



# HOLD FAST GRUPPEFORSIKRING

- Rådgivning og behandling af dårligt helbred eller sygdom, så du kan komme hurtigt tilbage i job.



## Hold Fast hjælper dig til at blive klar til arbejde

Har du smerter, spændinger, er stresset eller er du ofte sygemeldt og har svært ved at overskue dit arbejde, så er Hold Fast en god løsning for dig.

## Du får din egne erfarne socialrådgiver

Med Hold Fast får du tildelt en personlig socialrådgiver fra PenSam's erfarne rådgiverkorps. Socialrådgiveren og du taler sammen om årsagerne til problemerne, gennemgår dine muligheder og rettigheder og ser på forskellige løsninger.

## Socialrådgiveren lægger en plan sammen med dig

Når I har lagt en plan sammen, hjælper rådgiveren dig med at kontakte din kommune, læge eller andre vigtige personer, hvis det er nødvendigt. Det kan for eksempel være en sundhedsfaglig konsulent, der kender sundhedssystemet indefra, og som kan hjælpe med at "presse på" de nødvendige steder, så du oplever et så hurtigt forløb som muligt.

## Du får adgang til følgende behandling:

Hvis din socialrådgiver vurderer, at du har behov for en behandling, kan du få tildelt forskellige typer behandling:

- Anden læges vurdering (second opinion)
- Stressbehandling
- Psykolog
- Misbrugsrådgivning (alkohol, narkotika, medicin mm.)
- Genoptræning
- Vægttabsvejledning
- Fysioterapi \*
- Kiropraktor \*
- Massage \*
- Zoneterapi \*

\* max. 12 behandlinger inden for 12 måneder

## Du er dækket døgnet rundt når:

- Du er under 65 år
- Du er i Pensionsordningen for Ledere eller i FOAs Kost og Service sektor
- 12 måneder efter sidste pensionsindbetaling.

## Sådan gør du

Hjælpen er kun et telefonopkald væk. Alt, du behøver at gøre, er at ringe til vores erfarne socialrådgivere.

Ring direkte til PenSam's socialrådgivere på **44 39 33 41** eller send en mail til [holdfast@pensam.dk](mailto:holdfast@pensam.dk).

**PenSam**