

# Margriet geniet van de natuur en van de voordelen van Groen & Fit. En jij?

Benieuwd naar deze voordelen? Kijk op [defriesland.nl/groenenfit](https://defriesland.nl/groenenfit)



Bespaar tot  
€ 200,- op  
uw premie

Jij en De Friesland

**DE FRIESLAND**  
**ZORGVERZEKERAAR**

## Margriet ontvangt als fitte natuur- liefhebber 50 extra punten. En jij?

U weet hoe fijn het is om lekker uit te waaien. Er lekker op uit trekken, de buitenlucht in. Naast de voordelen die de natuur u geeft, geniet u in het Groen & Fit Collectief van veel meer voordelen die bijdragen aan een fitter leven. Dankzij de samenwerking met vele natuur-, wandel- en fietsorganisaties in Nederland kunnen wij u **8% korting** op uw zorgpremie aanbieden. Dit levert een besparing op die kan oplopen tot wel € 200,- per gezin per jaar. Maar wij bieden u graag meer dan dat, omdat we geloven dat meer bewegen in de natuur gezondheidsklachten helpt voorkomen.



### Doe mee in het Groen & Fit Collectief. Ontvang in 2015:

- ✓ 8% korting op uw premie. Bespaar tot € 200,- per jaar
- ✓ Deze korting geldt ook voor uw gezin
- ✓ Steun uw natuurorganisatie. Voor elke deelnemer ontvangt deze € 15,-
- ✓ Een welkomstcadeau zoals een workshop Mindfulness of een sportarmband\*
- ✓ 10% korting op uw reisverzekering
- ✓ Nog meer voordelen via uw lidmaatschap

\*Als fitte natuurliefhebber ontvangt u als welkomstcadeau 150 Fitpunten. Deze punten kunt u in de Fan van Fit webwinkel besteden vanaf 1 februari 2015.

Direct meedoen? Dat kan via [www.defriesland.nl/groenenfit](http://www.defriesland.nl/groenenfit)

## ONZE GRATIS SERVICES

### Fan van Fit, daar wordt iedereen beter van

Fan van Fit is een spaarprogramma. Iedere klant ontvangt 100 Fitpunten. Als fitte natuurliefhebber ontvangt u daarboven op nog eens 50 extra fitpunten. Met uw totaal van 150 punten kunt u deze naar wens besteden aan gratis producten, workshops, evenementen en e-healthprogramma's via de Fan van Fit webwinkel. U kunt ook een donatie doen aan een Groen & Fit project. Het hele assortiment draagt bij aan een fitter leven. Daar wordt iedereen beter van.

Doe mee en word fan via:

[www.defriesland.nl/fanvanfit](http://www.defriesland.nl/fanvanfit)

### Zorgwijzer

Een handige service waar u ook gratis gebruik van kunt maken is onze Zorgwijzer. Deze online service wijst u de weg in de zorg. U kunt hier onder andere ziekenhuizen en zorgverleners in de buurt vinden, door heel Nederland. Twijfelt u of u nu bij de gemeente moet zijn of bij uw zorgverzekeraar? Zorgwijzer helpt. Staat u op de wachtlijst? Wanneer dit nodig is wordt u sneller geholpen dankzij Wachtlijstbemiddeling of twijfelt over een diagnose van uw arts? Een second opinion is zo geregeld.

Wij wijzen u graag de weg in de zorg via:

[www.defriesland.nl/zorgwijzer](http://www.defriesland.nl/zorgwijzer)

# Uw zorgverzekering overzichtelijk in beeld

Een zorgverzekering is er in verschillende variaties en vormen. Voor elk wat wils. Wij bieden u graag een duidelijk overzicht, zodat u makkelijk een keuze kan maken welke verzekering bij u past. U ziet hieronder ook de premies. De 8% korting van het Groen & Fit Collectief is hierin meegenomen. Bij stap 4 ziet u een rekenvoorbeeld met extra korting bij keuze voor het vrijwillig eigen risico.

## Stap 1 → Uw basisverzekering, u kunt kiezen uit de Alles Verzorgd Polis of de Vrije Keus Polis

De basisverzekering is wettelijk verplicht voor iedereen. U bent verzekerd voor o.a. de huisarts, hulp- en geneesmiddelen, verblijf en behandeling in het ziekenhuis en kraamzorg. Alle vergoedingen vindt u op [www.defriesland.nl/vergoedingen](http://www.defriesland.nl/vergoedingen).

### Allles Verzorgd Polis

Kiest u voor deze polis, dan heeft u de keus uit veel zorgverleners waar De Friesland uitstekende afspraken mee heeft gemaakt. U ontvangt deze zorg zonder dat u de rekening hiervan ziet. Alles wordt geregeld. **€ 93,79 pp/pm**

OF

### Vrije Keus Polis

Vindt u het prettig om zelf uw zorgverlener te kiezen? Dan kunt u kiezen voor de Vrije Keus Polis. Als wij geen afspraken hebben gemaakt met uw zorgverlener, krijgt u uw kosten marktconform vergoed. Krijgt u de rekening thuisgestuurd, dan kunt u deze bij ons declareren. **€ 97,98 pp/pm**

## Stap 2 → Kies uw aanvullende verzekering

Verwacht u meer zorg nodig te hebben dan door de basisverzekering wordt vergoed? Dan is het verstandig een aanvullende verzekering te kiezen. In het overzicht ziet u welke zorg extra wordt vergoed. U kunt kiezen uit vier aanvullende pakketten.

Meest voorkomende vergoedingen		MEEST GEKOZEN			
Deze zorg zit niet of niet volledig in de basisverzekering		AV BUDGET	AV STANDAARD	AV EXTRA	AV OPTIMAAL
	Bevalling en kraamzorg				Eigen bijdrage basisverz.: Bevalling en kraamzorg
	Sterilisatie				Volledig
	Psychologische zorg vanaf 18 jaar (1 <sup>e</sup> lijn)				Max. € 375,-
	Dieetadvisering (in aanvulling op basisverzekering)				Max. € 120,-
	Orthodontie tot 18 jaar			Max. € 1.750,-	Max. € 2.000,-
	Kroon- en brugwerk tot 18 jaar			Volledig	Volledig
	Brillen en contactlenzen		Max. € 60,- per 3 jaar	Max. € 75,- per 3 jaar	Max. € 150,- per 3 jaar
	Reizigersvaccinaties		Volledig bij GGD, anders 80%	Volledig bij GGD, anders 80%	Volledig bij GGD, anders 80%
	Alternatieve geneeswijzen		Max. € 250,-; max. € 45,- per dag	Max. € 500,-; max. € 45,- per dag	Max. € 750,-; max. € 45,- per dag
	Fysiotherapie	Max. 9 behandelingen	Max. 12 behandelingen	Max. 20 behandelingen	Max. 36 behandelingen; op aanvraag extra beh.
	Aanvullende buitenlanddekking	Volledig (Europadekking)	Volledig (Werelddekking)	Volledig (Werelddekking)	Volledig (Werelddekking)
	Anticonceptiva vanaf 21 jaar	Volledig	Volledig	Volledig	Volledig
Premie per maand per persoon (vanaf 18 jaar) Incl. 8% premiekorting		<b>€ 5,98</b>	<b>€ 12,42</b>	<b>€ 17,71</b>	<b>€ 34,27</b>

## Stap 3 → Kies uw aanvullende tandartsverzekering

Tandartskosten voor kinderen tot 18 jaar worden vergoed uit de basisverzekering met uitzondering van orthodontie, kronen en bruggen. Tandartsbehandelingen voor volwassenen zoals controles, vullingen, kronen en bruggen worden niet vergoed, behalve in uitzonderlijke gevallen. Het kan dus verstandig zijn een aanvullende tandartsverzekering af te sluiten.

	AV TAND STANDAARD	AV TAND EXTRA	AV TAND OPTIMAAL*
	Tandartskosten maximaal € 250,-	Tandartskosten maximaal € 500,-	Tandartskosten maximaal € 1.000,- <small>*Wij vragen een tandartsverklaring</small>
18 tot 22 jaar	€ 8,23	€ 15,18	€ 24,38
Vanaf 22 jaar	€ 10,07	€ 17,02	€ 26,22

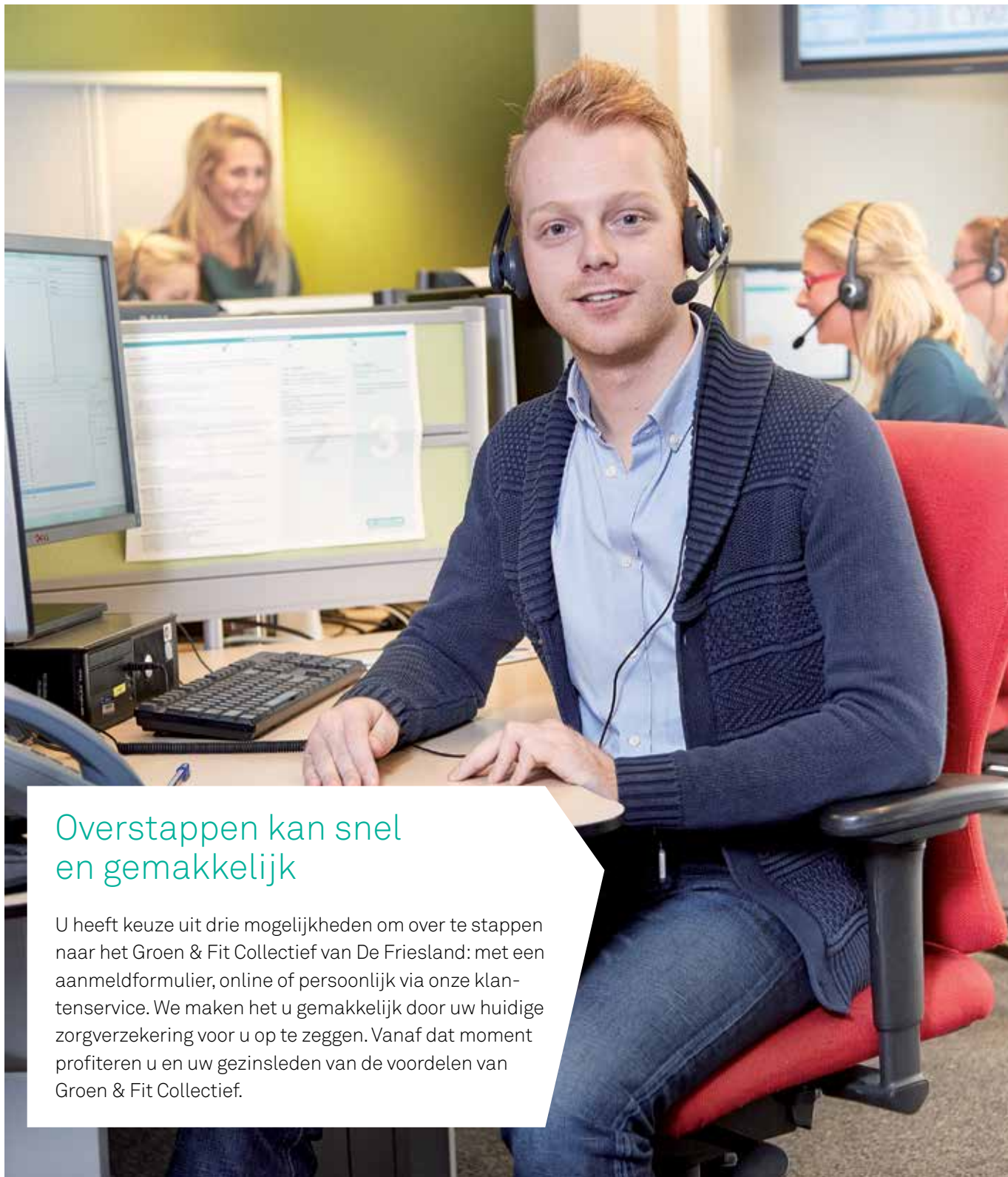
## Stap 4 → Kies uw vrijwillig eigen risico

De overheid bepaalt dat iedereen vanaf 18 jaar in Nederland een verplicht eigen risico heeft van € 375,-. U kunt kiezen om uw eigen risico vrijwillig te verhogen. U betaalt dan minder premie.

### Rekenvoorbeeld Groen & Fit Collectief

	Zonder vrijwillig eigen risico	Met vrijwillig eigen risico (keuze € 500,- = € 22,- korting)
Allles Verzorgd Polis	€ 101,95 p.p./p.m.	€ 79,95 p.p./p.m.
Korting Groen & Fit Collectief	€ 8,16 p.p./p.m.	€ 6,40 p.p./p.m.
<b>Besparing op jaarbasis</b>	<b>€ 93,79 p.p./p.m.</b>	<b>€ 73,55 p.p./p.m.</b>

Hoe hoger uw eigen risico hoe lager uw premie!



## Overstappen kan snel en gemakkelijk

U heeft keuze uit drie mogelijkheden om over te stappen naar het Groen & Fit Collectief van De Friesland: met een aanmeldformulier, online of persoonlijk via onze klantenservice. We maken het u gemakkelijk door uw huidige zorgverzekering voor u op te zeggen. Vanaf dat moment profiteren u en uw gezinsleden van de voordelen van Groen & Fit Collectief.

### Persoonlijk contact

Stel uw vraag via

**[www.defriesland.nl/contact](http://www.defriesland.nl/contact)**  
of bel met (058) 291 31 31

Wij helpen u graag verder.

### Bereken uw persoonlijke voordeel online:

- ✓ Ga naar [www.defriesland.nl/groenenfit](http://www.defriesland.nl/groenenfit)
- ✓ Kies daar een natuurorganisatie en ga verder om uw persoonlijke premie te berekenen
- ✓ Kies uw zorgverzekering en sluit direct af