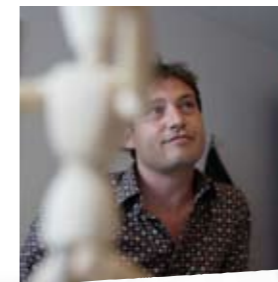
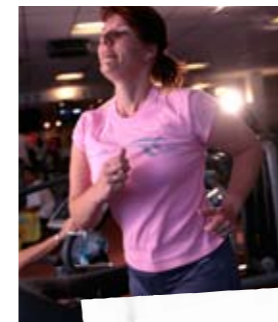


Zilveren Kruis Achmea
Postbus 30000
2200 GA Noordwijk
Telefoon (071) 364 19 10
Bereikbaar op werkdagen
van 08.00 tot 21.00 uur
en op zaterdag van 10.00 tot 14.00 uur.
www.zilverenkruis.nl



Onze medewerkers proberen uiteraard uw (eventuele) klacht naar tevredenheid af te handelen. Bent u het echter niet eens met ons antwoord, dan kunt u een vervolklacht indienen bij de Geschillencommissie Zorgverzekeringen. Zilveren Kruis Achmea is aangesloten bij de Stichting Klachten en Geschillen Zorgverzekering in Zeist (www.skgz.nl).

Zilveren Kruis Achmea is geregistreerd bij de Autoriteit Financiële Markten (AFM).

Aan de inhoud van deze brochure kunt u geen rechten ontleen.

Haal het beste uit jezelf,
haal het beste uit de zorg.

Welkom bij Zilveren Kruis Achmea!

Zilveren Kruis Achmea staat voor de vitaliteit van u én de vitaliteit van de zorg. Of u nu gezond bent of niet. Wij zien het als onze taak om samen met zorgverleners te zoeken naar kansen en verbeteringen voor u én de zorg. Daarnaast vinden wij het belangrijk u te ondersteunen om zo gezond mogelijk in het leven te staan.

Zij halen het beste uit de zorg!

Zilveren Kruis Achmea steunt zorg- en gezondheidsprojecten

Wat hebben een toerist in Thailand, een herniapatiënt en een dansend meisje van 11 met elkaar gemeen? Veel. Want allemaal halen ze het beste uit zichzelf en uit de zorg. Mede dankzij de dekking van de Beter Af Polis en de vele initiatieven van Zilveren Kruis Achmea. De volgende bijzondere gezondheidsprojecten onderstrepen dat nog eens.



Laura Monteiro (11 jaar)

'Baby where'd you get that body from?' schalt het door danszaal Odeon in Rotterdam. In het midden neemt de elfjarige Laura Monteiro een 'hele coole stand' aan. 'Zo eentje die we doen als we een show hebben!' roept de dansjuf de hele groep toe. De show waar ze voor oefenen is het streetdance-onderdeel van The Final, een door Zilveren Kruis Achmea gesponsorde competitie tussen scholen. Kinderen die normaal niet zoveel bewegen, worden hiermee enthousiast gemaakt voor het dansen. Ook Laura is helemaal om. Door de juf, de lessen en het resultaat.

Vijf kilo kwijt

'Mijn moeder doet aerobics, maar dat vind ik saai', vertelt Laura. 'Dit is niet saai want het is op hiphop! En juf Reshmay is heel erg grappig.' Ze oefent elke dag, gewoon

in de huiskamer. Het liefst giechelend met halfzus Gaby. 'Moet je zien hoe lenig ik ben', zegt Laura terwijl ze een halve handstand achterover doet. 'Ik voel me ook veel lekkerder. Maar dat komt omdat ik nu gezonder eet, want ik was een beetje te veel aangekomen. En ik doe buikspieroefeningen!'



Afvallen was hard nodig voor haar reumaklachten. Op de 5 kilo die ze al kwijt is, is Laura heel trots: 'Sommige kinderen blijven dik, maar ik niet. Dik zijn is gevaarlijk, vooral voor je hart.' Na afloop wil ze nog wel even voor de spiegel poseren. 'Vraag maar aan jezelf of het goed met je gaat!' zegt de fotograaf. Een stralende lach is het antwoord.



Reshmay Jankie (danslerares)

'Kids worden zich bewust van hun gezondheid'

'Toen ik gevraagd werd als ambassadrice van Zilveren Kruis Achmea, ben ik me een beetje gaan inlezen. Ik schrok er echt van hoeveel kinderen te dik zijn. Door projecten als The Final en door het sponsoren van mijn dansschool, wil Zilveren Kruis Achmea daar iets aan doen. Laura is echt een goed voorbeeld. Toen ze hier binnenkwam, was ze nog een beetje terughoudend. Moet je haar nu zien: superspontaan! Ik zag haar veranderen. En volgens mij is ze alweer afgevallen, of niet? Dat is het mooie aan dansen. Die kids worden zich bewust van hun gezondheid en lichaam. Precies waar Zilveren Kruis Achmea zo graag aan wil bijdragen.'

Doe jezelf een plezier met Zilveren Kruis Achmea.

Binnen 25 minuten kunt u weten hoe gezond u bent met de health Check. U wordt voor 65 veel voorkomende behandelingen gegarandeerd geholpen. En u krijgt ook nog eens aantrekkelijke korting op de premie. Zilveren Kruis Achmea biedt het allemaal. En meer.

Met de collectieve zorgverzekering van Zilveren Kruis Achmea profiteert u van een aantrekkelijke korting op uw basispremie en bespaart u flink op de aanvullende verzekeringen. En wanneer u de Beter Af Plus Polis kiest, krijgt u gratis het Beter Af Extra Pakket. Met extra vergoedingen voor onder andere alternatieve geneesmiddelen, geneeswijzen en therapieën en spoedeisende zorg in het buitenland (max. 12 maanden). Kinderen tot 18 jaar zijn gratis verzekerd voor de basisverzekering. Bij Zilveren Kruis Achmea zijn uw kinderen ook gratis

aanvullend verzekerd. Maar deze collectieve zorgverzekering levert u ook op andere vlakken voordeel op.

health Klantvoordeel

Voor iedereen die bewust bezig is met gezondheid bieden wij health Klantvoordeel. Een unieke service die u helpt uw gezondheid te verbeteren en u vitaal te houden. En dat op een manier die bij u past. Van uitgebreide informatie op de website tot uiteenlopende mogelijkheden om actief aan uw gezondheid te werken. Zoals allerlei cursussen, extra voordeel op sporten bij een

van de 27 health Centers en de health Check (gezondheidskeuring) voor slechts € 15,-.

Altijd het beste zorgadvies

Hoe gezond u ook leeft, een ongeluk zit in een klein hoekje. Voor u het weet heeft u een sportblessure, een hernia of krijgt u last van uw heup en moet u een operatie ondergaan. Welk ziekenhuis levert u goede zorg? Waar kunt u het snelst terecht? In dit soort gevallen kunt u vertrouwen op onze wachttijdbemiddeling met zorgadvies. Wij weten waar u goed en snel geholpen wordt, welke klacht u ook heeft. Wij garanderen zelfs dat u voor 65 behandelingen binnen twee weken bij een zorginstelling terechtkunt.

Goede service

Bij Zilveren Kruis Achmea hoeft u nooit lang te wachten. Uw nota's worden snel vergoed, maar ook telefonisch wordt u snel geholpen.

de dinsdag erop kon ik geholpen worden, op slechts een uurtje rijden. Of een paar dagen later, nóg iets dichterbij. Daar heb ik toen voor gekozen.'

Achmea Health Center

Voor de MRI-scan stond een wachttijd van 3 weken. Maar weer kreeg Monique voorrang dankzij zorgbemiddeling. 'De neurochirurg vond een snelle behandeling noodzakelijk, maar opereren was pas na 3 tot 6 maanden mogelijk! Ik belde direct weer met zorgbemiddeling. Al moet ik naar Groningen!' riep ik. '6 maanden is écht te lang! Wat denk je? De week erop werd ik geopereerd. Ik revalideerde in het Achmea health Center en na vier weken was ik alweer aan het werk. Als zorgbemiddeling van Zilveren Kruis Achmea er niet was geweest,' besluit Monique, 'had ik maanden langer met mijn hernia rondgelopen. En was ik er minder fit uitgekomen.'

Monique Verveen (herniapatiënt)



'Binnen een uur belden ze me terug: ik kon terecht!'

Begin december maakte Monique Verveen een flinke val. Rond de kerst werd lopen al erg moeilijk en in januari kon ze alleen nog liggen. De diagnose: een hernia. De wachttijd voor een operatie: een half jaar. Toch was ze een maand later alweer op de been, dankzij zorgbemiddeling van Zilveren Kruis Achmea.

'Mijn huisarts gaf me alleen pijnstillers', vertelt Monique. Voor een MRI-scan werd ze doorverwezen naar een neuroloog, waar ze echter pas na 8 weken terecht kon. Daarom schakelde ze zorgbemiddeling in van Zilveren Kruis Achmea. Monique: 'Binnen een uur belden ze al terug:

Nico Klaasen (hartpatiënt 63 jaar)



'We waren nog bijna onze Zilveren Kruis-pasjes vergeten.'

In Thailand kreeg Nico Klaasen een hartaanval. Het plaatselijke ziekenhuis verwees hem naar Bangkok, waarna het regelwerk begon. Nico: 'We waren niet meer verzekerd via onze reisverzekering, omdat we al te lang in Thailand verbleven. Via het alarmnummer op onze Zilveren Kruis-pasjes kwamen we bij Eurocross terecht. Zij stelden ons gerust en vertelden dat alle kosten reeds waren gedekt. Wat een opluchting! En dan te bedenken dat we die pasjes bijna vergeten waren!'

Fit-to-fly

Nico knapte snel op. 'Met Eurocross hadden we bijna dagelijks contact. Ik kreeg een fit-to-fly-verklaring en werd naar huis begeleid door een Nederlandse arts, die speciaal was ingevlogen. Ook regelden zij dat mijn vrouw en ik ongeveer tegelijk op Schiphol aankwamen.' Of de lange reizen nu verleden tijd zijn? 'Ben je gek, de volgende reis is al geboekt! En de Zilveren Kruis-pasjes gaan zéker mee.'

Wilt u ook profiteren van onze aantrekkelijke collectieve zorgverzekering?

In deze brochure heeft u kunnen lezen wat Zilveren Kruis Achmea u te bieden heeft. Hieronder nog even de 6 grootste voordelen op een rij:

- **Aantrekkelijke basispremie met extra korting op aanvullende verzekeringen**
- **Gratis Beter Af Extra Pakket bij afsluiting van een Beter Af Plus Polis**
- **Het beste zorgadvies: Zorggarantie en zorgbemiddeling** Wij adviseren u waar u goed en snel geholpen wordt, welke klacht u ook heeft. Wij garanderen zelfs dat u voor 65 behandelingen binnen twee weken bij een zorginstelling terecht kunt
- **health Klantvoordeel** Een unieke service die u helpt uw gezondheid te verbeteren en u vitaal te houden
- **Kinderen tot 18 jaar zijn gratis verzekerd voor de basisverzekering. Bij Zilveren Kruis Achmea zijn uw kinderen ook gratis aanvullend verzekerd**
- **Goede telefonische bereikbaarheid**

Wilt u ook het beste uit uzelf en de zorg halen én profiteren van onze aantrekkelijke collectieve teitskorting? Gebruik dan bijgevoegd aanvraagformulier voor de collectieve zorgverzekering. Nog sneller: ga naar www.zilverenkruis.nl en sluit af. Natuurlijk kunt u ons ook bellen 0900-8435 (€ 0,05 /min.) dan kunt u de Beter Af Polis direct afsluiten! Onze adviseurs zijn bereikbaar op werkdagen van 08.00 uur tot 21.00 uur en op zaterdag van 10.00 tot 14.00 uur.

Lideke van Rees Vellinga (arts Eurocross):

'Ook bij Eurocross halen we het beste uit de zorg.'

'Ik herinner me meneer Klaasen nog heel goed. Hij oogde heel rustig en fit. Toch is het belangrijk (en daarom verplicht) dat patiënten als meneer Klaasen persoonlijk naar huis worden begeleid door een arts of ic-verpleegkundige. De lange vlucht, de lage druk in het vliegtuig en de stress van

het vliegen kunnen problemen veroorzaken. Ook moet de medicatie soms afgestemd worden op het tijdsverschil. Dat, en nog veel meer, zoals al het papierwerk, regelen we bij Eurocross. Als een van de grootste alarmcentrales van Nederland bieden we bij Eurocross 24 uur per dag hulpverlening. We zijn in 1982 opgericht door Zilveren Kruis Achmea en hebben inmiddels een netwerk van meer dan 80.000 zorgverleners en instanties. Net als Zilveren Kruis Achmea halen wij altijd het beste uit de zorg. Ook in het buitenland.'

Kies de aanvullende verzekering die bij u past.

Collectief verzekeren betekent: samen korting voor goede zorg bedingen. Maar verder is uw zorgverzekering juist een persoonlijke zaak. Gelukkig zijn er genoeg aanvullende verzekeringen waarmee u zelf uw polis op maat kunt maken. Dus afgestemd op uw wensen en uw gezinssituatie.

* De Beter Af Polis 1 ster. Goede basis.

Enkele belangrijke vergoedingen:

- Ruime buitenlanddekking.
- Vergoeding voor brillen en korting op lenzen bij Pearle Opticiens en Eye Wish.
- Maximaal 6 behandelingen fysiotherapie.
- 100% vergoeding van een aantal preventieve onderzoeken (m.u.v. bevolkingsonderzoek).

** De Beter Af Polis 2 sterren. Meer vergoedingen.

Met onder andere:

- Alternatieve geneeswijzen.
- Medisch noodzakelijke cosmetische chirurgie.
- Maximaal 9 behandelingen fysiotherapie.

*** De Beter Af Polis 3 sterren. Nog uitgebreidere vergoedingen.

Met onder andere:

- Behandeling van diverse huidaandoeningen.
- Leefstijltraining tot een maximum van € 1000,-.
- Maximaal 27 behandelingen gecontracteerde fysiotherapie.
- 100% vergoeding eigen bijdrage psychotherapie.

**** De Beter Af Polis 4 sterren. De beste keuze als u compleet verzekerd wil zijn.

Met onder andere:

- 100% vergoeding van de eigen bijdrage bij tandheelkundige prothesen.
- Zelfs een vergoeding voor medisch niet noodzakelijke cosmetische chirurgie.
- Vergoeding eigen bijdrage farmaceutische zorg.

Medische selectie op de Beter Af Plus Polis vier sterren Voor alle nieuwe verzekerden geldt dit jaar een medische selectie op de Beter Af Plus Polis met vier sterren. Wilt u een Beter Af Plus Polis met vier sterren afsluiten, dan betekent dit dat wij u, voor het afsluiten van de verzekering, een aantal vragen zullen stellen. Deze vragen zullen zich uitsluitend richten op het gebruik van fysiotherapie.

U vindt het totale vergoedingenoverzicht op www.zilverenkruis.nl.

**** Het Beter Af Vitaal Pakket. Voor mensen vanaf 50 jaar.

Met onder andere:

- 100% vergoeding van de griepvaccinatie tot 60 jaar.
- Korting op preventieve cursussen.
- Extra vergoeding voor gebitsprothese.
- Aanvullende vergoeding op hoortoestellen.

Tandartsverzekeringen

* De Beter Af Tandarts Polis 1 ster. Vergoedt tot € 225,- per jaar.

De Beter Af Tandarts Polis met 1 ster vergoedt:

- Consulten, mondhygiëne, vullen van gaatjes en trekken van tanden en kiezen voor de volle 100%.
- Alle andere behandelingen voor 75%.
- Het maximumbedrag dat u jaarlijks vergoed krijgt is € 225,-.

** De Beter Af Tandarts Polis 2 sterren. Vergoedt tot € 450,- per jaar.

U krijgt hetzelfde vergoed als bij 1 ster, maar het jaarlijkse maximum is dan € 450,-.

*** De Beter Af Tandarts Polis 3 sterren. Vergoedt tot € 900,- per jaar.

U krijgt hetzelfde vergoed als bij 1 ster, maar het jaarlijkse maximum is dan € 900,-.

**** De Beter Af Tandarts Polis 4 sterren. Het gebit optimaal verzekerd.

Met de Beter Af Tandarts Polis 4 sterren worden alle behandelingen 100% vergoed tot maar liefst € 1150,- per jaar.

Sluit nu af, en kies uit 5 welkomstgeschenken!

Sluit nu af!

Sluit nu een Beter Af Polis af en ontvang een van de onderstaande welkomstgeschenken*.

*U geeft, na ontvangst van uw polisblad, uw definitieve keuze aan.

1. Een abonnement op Mind, Top Santé, Beter, Gezond nu of Happinez.

2. Een 'lekker in je vel pluim' (wellnessbon op www.pluimen.nl).

3. Een sportcheque, onbeperkt in te wisselen bij sportwinkels, fitnesscentra, zwembaden etc.

4. Een boek van het Voedingscentrum (Balansdag kookboek, Kinderen en Gezondheid of Een paar kilo minder).

5. Donatie aan de Hartstichting, het Diabetesfonds of het Astmafonds.

'We maken patiënten medeverantwoordelijk voor hun gezondheid.'

Zilveren Kruis Achmea steunt het project Kroonluchter, dat patiënten met COPD (longemfyseem en chronische bronchitis) helpt om weer gezond te worden. Want medicijnen helpen helaas niet genoeg. Initiatiefnemer Niels Chavannes: 'We leggen patiënten uit hoe ze klachten kunnen herkennen en beter met de ziekte om kunnen gaan. Ook helpen we hen bewegen en hun medicijnen beter te

gebruiken. Huisarts, diëtiste, fysiotherapeut, verpleegkundige, apotheker en longarts werken hierbij nauw samen. Die persoonlijke aanpak, in combinatie met eigen verantwoordelijkheid van de patiënt werkt: 90% van onze deelnemers zet door en geeft aan dat hun kwaliteit van leven verbeterd is. Soms gaat iemand van 12 naar 2 ziekenhuisbezoeken per jaar. Daar doen we het voor!'

Niels Chavannes (huisarts-onderzoeker):

