

# Ekstra Fordele

Ekstra Fordele er til dig, der samler flere af dine forsikringer hos os. Med Ekstra Fordele får du adgang til fordele, der skaber tryghed i din hverdag. Nogle fordele får du automatisk, andre skal du selv vælge til.

Ekstra Fordele er et fordelsprogram for dig, der har samlet flere af dine forsikringer hos os. Med Ekstra Fordele får du rabat på en række forsikringer og adgang til fordele, der skaber tryghed i din hverdag. Nogle fordele får du automatisk, andre skal du selv vælge til.

Er du kvalificeret til Ekstra Fordele, får du automatisk adgang til:

- **Tryg ID** – adgang til rådgivning og hjælp, hvis nogen misbruger din identitet
- **Tryg Lægehotline** – tag lægen med i lommen
- **Tryg i Livet@** – sundheds- og krisehotline
- **Tryg Bolighotline** – rådgivning om din bolig

Bedre forsikringer med Ekstra Fordele

- **Psykologisk krisehjælp** – ved akut psykisk krise
- **Ën selvrisiko pr. skade** – selvom flere forsikringer er i brug

## Ekstra Fordele

### Tryg ID

Vi lever i høj grad vores liv på nettet – og de sociale medier som Facebook, Snapchat og Twitter er en stor del af vores hverdag.

Desværre oplever flere og flere, at deres personlige oplysninger og identitet bliver misbrugt. Enten ved at man pludselig modtager regninger på ting, man ikke har købt, eller ved at ens digitale identitet bliver misbrugt på de sociale medier i form af fx falske profiler og uønsket spredning af billeder.

Med Tryg ID får du hjælp, hvis du oplever, at din identitet bliver misbrugt. Både hvis du oplever økonomisk misbrug, men Tryg ID hjælper dig også, hvis du oplever, at din digitale identitet bliver misbrugt på de sociale medier. Vi hjælper dig med det praktiske for at begrænse misbruget af din identitet.

Vi kan også rådgive dig om, hvordan du undgår misbrug, fx hvis du har mistet din pung eller rejsepapirer. Eller hvis dine personlige brugeroplysninger er blevet opsnappet.

Tryg ID har åbent døgnet rundt og kan kontaktes på telefon 44 20 45 20.

Du kan læse mere om Tryg ID på [www.tryg.dk/fdmforsikringer/trygid](http://www.tryg.dk/fdmforsikringer/trygid). Her kan du også se de konkrete vilkår og betingelser for Tryg ID.

### Tryg Lægehotline

Videokonsultation med en læge – uden for din egen læges åbningstid.

Som børnefamilie kan sygdom, bekymringer og lægebesøg tage pusten fra enhver. Og er du taget i sommerhus, eller er du enlig eller fx ung på rejse, har du ikke altid lige mulighed for at komme til at tale med en læge – når det passer dig.

Med Tryg Lægehotline kan du eller andre i din husstand blive tilset af en læge med samme uddannelse som din egen praktiserende læge, uden at I behøver gå uden for en dør.

Det er nemt at have Tryg Lægehotline med i lommen:

- Hent vores gratis app Tryg Lægehotline, der hvor du normalt henter apps, eller gå ind på [tryg.dk/laege](http://tryg.dk/laege)
- Log ind med MitID
- Forbered dig, før du ringer, ved at tage temperaturen og finde evt. medicin frem
- Lægen kan vurdere din sygdom, vejlede dig, udskrive recepter og evt. henvise dig til nærmeste skadestue til en fysisk undersøgelse.

En konsultation med Tryg Lægehotline koster 149 kr., og du betaler nemt over app'en eller på hjemmesiden.

Tryg Lægehotline har åbent:

- Hverdage kl. 8-22
- Weekend og helligdage kl. 9-17.

Læs mere på [www.tryg.dk/fdmforsikringer/laegehotline](http://www.tryg.dk/fdmforsikringer/laegehotline).

## Tryg i Livet®

Det kan ske for alle, at livet ikke helt går som ventet. Måske har du fået en alvorlig sygdom tæt ind på livet eller har svært ved at få det hele til at hænge sammen? Måske har du svært ved at finde rundt i det danske sundhedsvæsen? Måske er grænsen nået for, hvad der er sundt for helbredet? Måske giver familien dig lidt for mange grå hår? Eller måske er der noget andet, som giver bekymringer og stress i din hverdag?

Uanset hvad der bekymrer dig, kan du altid ringe til vores sundheds- og krisehotline Tryg i Livet, uden at det koster ekstra. Dit opkald er anonymt for Tryg.

Når du ringer til Tryg i Livet, er du i trygge hænder. Vi samarbejder med SOS International – og det er dem, som besvarer dit opkald. De har alle en faglig baggrund som fx sygeplejer, socialrådgiver mv.

Ring til Tryg i Livet på telefon 44 20 45 61, hvis du har brug for hjælp, eller hvis der er noget, som du vil tale om. Tryg i Livet har åben alle hverdage fra kl. 07.30-18.

Læs mere på [www.tryg.dk/fdmforsikringer/trygilivet](http://www.tryg.dk/fdmforsikringer/trygilivet).

### Tryg Bolighotline

Bekymringer er der nok af som boligejer – uanset om man bor i hus, lejlighed eller har et fritidshus.

Med Tryg Bolighotline kan du få rådgivning til at udbedre små skader, inden de udvikler sig og bliver store. Fx hvis vandrørene lækker, der flyver små dyr rundt i køkkenet eller hvis gulvvarmen på badeværelset ikke virker.

Du kan ringe til Tryg Bolighotline på telefon 44 20 47 20 alle hverdage fra kl. 9-16, hvor eksperter med byggeteknisk baggrund sidder klar til at rådgive dig om netop det problem, som du har i din bolig. Du har også mulighed for at sende mail til [trygbolighotline@slhdk.dk](mailto:trygbolighotline@slhdk.dk) med billeder af problemet.

## Bedre forsikringer med Ekstra Fordele

### Psykologisk krisehjælp

Hvad nytter det at få udbetalt penge efter en skade, hvis det er din sjæl, der har lidt skade? Få op til 10 timers psykologisk krisehjælp, hvis du eller nogen i din nærmeste familie\*, indenfor de seneste 3 måneder har været involveret i eller har overværet en alvorlig hændelse i privatlivet, der kræver professionel psykologisk krisehjælp. Det kan være en alvorlig ulykke, en pludseligt opstået livstruende sygdom i familien eller et overfald. Hændelser, som kan få enhver i psykisk ubalance.

Vi har psykologer, der er særligt uddannede til at yde netop denne form for hjælp. Har du brug for psykologisk krisehjælp, skal du ringe til Tryg Linjen på telefon 44 20 45 54. Åbent alle hverdage fra 8 - 16.

Du kan læse mere om psykologisk krisehjælp i dine Indbo-betingelser.

\*Din nærmeste familie er ægtefælle/samlever/registreret partner, børn, svigerbørn, børnebørn, forældre, bedste- og oldeforældre og søskende.

### Kun én selvrisiko pr. skade

Hvis uheldet er ude, skal du kun betale én selvrisiko pr. skade – den højeste – selv om skaden involverer flere af dine forsikringer købt igennem FDM Forsikringer ved Tryg.

Har du eksempelvis indbrud i dit hus, hvor en række ting bliver stjålet, vil både husforsikringen og indboforsikringen blive involveret. Her skal du kun betale selvriskoen på den forsikring, der har den højeste selvrisiko.

## Hvordan bliver du Ekstra Fordels-kunde?

Du kan få adgang til Ekstra Fordele, hvis du har din Indbo-forsikring og min. 2 andre forsikringer\* gennem FDM Forsikringer ved Tryg.

\*Gælder dog ikke Børneforsikring, Kæledyr, Campingvogn, Trailer- samt Knallertforsikring.

## Hvis du op siger de adgangsgivende forsikringer

Hvis du op siger en eller flere af dine forsikringer, så du ikke længere opfylder adgangskravene til Ekstra Fordele, mister du også automatisk retten til af gøre brug af fordele og rabataftaler.

## Hvem kan bruge Ekstra Fordele

Ekstra Fordele gælder for dig, din ægtefælle/samlever og børn, som bor og er tilmeldt cpr-registeret på din adresse (forsikringsstedet). Logerende og lejere er ikke omfattet.

Fordelene gælder for kunder, der bor i Danmark. Kunder, der bor på Færøerne, Grønland og i resten af verden, kan ikke gøre brug af Ekstra Fordele.

## Ændringer i Ekstra Fordele

Du kan se de aktuelle fordele, som du har adgang til på [www.fdk.dk/forsikring/ekstrafordele](http://www.fdk.dk/forsikring/ekstrafordele).

Vi forbeholder os ret til at ændre i Ekstra Fordele med én måneds varsel på hjemmesiden til henholdsvis den 1. januar og 1. juli hvert kalenderår.