


d - nyt nr. 1 ♥ februar 2024

A black and white photograph of a woman and a young child performing handstands on mats in a room. The woman is in the foreground, smiling, with her head touching the mat. The child is behind her, also in a handstand. The room has a teddy bear on the floor and some framed pictures on the wall.

En kortvarig lukning  
i maj

■ Side 3

Medlemstilfredshed  
steget igen

■ Side 4

Psykologsamtaler  
letter unge

■ Side 6

Lyt dig klogere  
på det svære

■ Side 5

Brug MobilePay  
til automatisk  
betaling

■ Side 4

## Her finder du "danmark"

Hjemmeside:  
[sygeforsikring.dk](http://sygeforsikring.dk)

Telefon:  
70 10 90 70

### Telefonerne er åbne:

Mandag-onsdag kl. 8.30-15.30

Torsdag kl. 8.30-17.00

Fredag kl. 8.30-14.00

### Kontorer:

#### Jylland

- Fønnesbechsgade 3  
7400 Herning
- Esbjergvej 20  
6000 Kolding
- Vesterbro 54  
9000 Aalborg
- Søndergade 76/Sønder Allé 5  
8000 Aarhus C

#### Øerne

- Sct. Olai Gade 39  
3000 Helsingør
- Palægade 5  
1261 København K
- Vestergade 65  
5000 Odense C
- Sct. Hansgade 25  
4100 Ringsted

### Åbningstider:

Mandag-onsdag kl. 10.00-15.00

Torsdag kl. 10.00-17.00

Fredag kl. 10.00-14.00

### d-nyt udgives af:

Sygeforsikringen "danmark"  
Palægade 5  
1261 København K

### Ansvarshavende redaktør:

Katrine Krebs

Grafisk tilrettelægning: Parabole

Tryk: Bording

Oplag 190.000

ISSN 0109-4750

d-nyt udkommer

4 gange årligt.



PurePrint™ by KLS  
Produced 100% recycled  
at KLS PurePrint A/S



## SoMe:

## Følg os på sociale medier

Facebook, LinkedIn og Instagram. De tre SoMe - eller sociale medier - kan du nu følge "danmark" på. Her er links til nye podcast-afsnit, nyheder og relevant indhold om tilskud, medlemskab og meget mere. På SoMe bliver også vigtige nyheder delt løbende, så det er et godt sted også at følge "danmark".



## Nyhedsbrev:

## Vil du læse om sundhed, velvære og livsstil?

I nyhedsbrevet Nyt & Sundt kan du blive klogere på de udfordringer og glæder, du kan møde i forskellige faser af dit liv, når det gælder sundhed.

Du får de fire årlige udgivelser af nyhedsbrevet ved at logge dig ind på [sygeforsikring.dk](http://sygeforsikring.dk) med MitID og tilmelde dig med korrekt e-mailadresse. Så er der artikler på vej om sundhed, sygdom, kost og motion.

**Bliv tilmeldt Nyt & Sundt**

## VARSEL:

# En kortvarig lukning i maj

” Sygeforsikringen "danmark" får her i 2024 implementeret et nyt it-system. Da vi håndterer mange følsomme personoplysninger, tester vi grundigt alt, inden vi tager systemet i brug.

### Ingen synlig ændring

Som medlem vil du ikke opleve ændringer i vores løsninger, men vi er nødt til at lukke helt ned for både digital selvbetjening og telefoner, mens data bliver overført og de sidste test foretaget.

### Lukket en uges tid

Vi forventer, at nedlukningen bliver i perioden fra 8. -17. maj. De præcise datoer varsler vi i næste nummer af d-nyt samt på vores hjemmeside og sociale medier, hvor vi løbende fortæller mere.

**"danmark"**  
skifter it-system



## Det offentlige nye post-løsning: Få din digitale post på mit.dk

” I "danmark" sender vi fortsat alle beskeder til selvbetjeningen på sygeforsikring.dk, men snart vil du også på mit.dk modtage udvalgte beskeder fra os om betalinger, beslutninger eller andet, der indeholder personlige oplysninger.

Også det offentlige og flere virksomheder anvender nu post-løsningen *mit.dk*.

### Bedre sikkerhed og service

*mit.dk* er bygget på ny og moderne teknologi, der gør det lettere at servicere alle medlemmer, minimere falske e-mails og sikre, at elektronisk post altid når frem. Når vores nye it-system er implementeret, kan du læse udvalgt post fra os i *mit.dk*. Få adgang til post-løsningen via hjemmesiden *mit.dk* og via appen *mit.dk*.

***mit.dk* findes som hjemmeside og app**

## Betalingsmetoder:

# Brug MobilePay til automatisk betaling



” Muligheden for automatisk kortbetaling af kontingent hos "danmark" er udgået, så det er vigtigt at skifte betalingsaftale, hvis du ikke allerede har gjort det.

Du kan vælge Betalingsservice eller MobilePay, og begge betalingsmåder sikrer, at dit

kontingent bliver betalt til tiden.

### Nemt at skifte betalingsaftale

Hvis du har været tilmeldt automatisk kortbetaling, skal du blot ændre betalingsaftale inden næste opkrævning, som du ellers skal betale manuelt.

I dag giver MobilePay mulighed for at oprette betalingsaftaler fra forskellige konti i din bank og ikke kun den konto, dit kort hører til. Du kan let ændre din betalingsmetode til MobilePay eller Betalingsservice i selvbetjeningen på [sygeforsikring.dk](https://sygeforsikring.dk).

**Skift til MobilePay på selvbetjeningen**



### Ny måling:

## Medlemstilfredshed steget igen

” Det er ikke kun i den brede befolkning, at "danmark" har et godt ry. Det er der også blandt medlemmerne, hvor 85 % er "meget tilfreds" eller "tilfreds" i den seneste undersøgelse af medlemstilfredsheden.



Podcasts:

## Lyt dig klogere på det svære



” Der er så meget, vi ikke kan se og derfor ikke ved. For tusindvis af danskere giver skjulte lidelser udfordringer i mødet med omverdenen, og det fortæller de om i podcastserien ”Det, du ikke kan se”, der er produceret i samarbejde med Heartbeats.

### De unge fortæller også

Som et led i at supplere Ungelinjen er også podcast-serien ”Noget på hjerte?” startet op. Her fortæller unge åbenhjertigt om forskellige udfordringer, de har haft i forbindelse med f.eks. forældres skilsmisse, sorg, ensomhed, identitet og seksualitet.

**Find alle podcasts på Spotify, Podimo eller Apple Podcast**

Ungelinjen:

# Psykologsamtaler letter unge



” Unges mistrivsel fylder i mediebilledet og i alt for mange familier. Ofte starter de store problemer i det små, og derfor er en tidlig indsats vigtig.

Alle medlemmer af "danmark" mellem 16 og 25 år kan ringe og få en aftale om en gratis samtale med en psykolog hos Ungelinjen, som vi lancerede i sensommeren 2023.

**Selv en time gør en forskel**  
Indtil videre har cirka 1.000 unge benyttet sig af tilbuddet om telefonsamtale med en autoriseret psykolog.

Over 80 procent af de unge fortæller, de har fået hurtigt hjælp til at foretage konkrete handlinger og hjælp til at løse lignende udfordringer i fremtiden.

**Hav policennummeret klar**  
Unge medlemmer af "danmark" kan ringe til Ungelinjen på 70 22 02 79 alle hverdage mellem 9.00 og 15.30 og booke tid til en telefonisk samtale med en psykolog.

Husk at have dit policennummer klar, når du ringer op. Du kan finde det ved at logge ind på [sygeforsikring.dk](https://sygeforsikring.dk) med MitID.

**Ungelinjen hjælper  
16-25-årige**

## Omdømmeanalyse:

### "danmark" har det bedste omdømme

” For 6. år i træk er "danmark" det forsikrings-selskab i landet med det bedste omdømme i den danske befolkning ifølge mediet FinansWatch.

#### Det bedste image

Undersøgelsen er gennemført af analysevirksomheden Wilke og baseret på over 3.000 interviews af et repræsentativt udsnit af den danske befolkning over 18 år. "danmark" får den bedste vurdering på 8 ud af 9 parametre og dermed det bedste overordnede image blandt alle landets forsikringssselskaber.

**I. pladsen for 6. år i træk**

## MedicinTjekker:

# Bliv klogere på din medicin

” MedicinTjekker.dk er skabt, for at du både kan blive klogere på din medicin og mindet om at tage den.

Du finder den både online på MedicinTjekker.dk og som appen MedicinTjekker.

### Indsigt i medicin og kombinationer

MedicinTjekker må aldrig erstatte dialog med din læge ved gener eller tvivl, men den kan være en hjælper på vejen.

I MedicinTjekker kan du søge på medicin og se indlægssedler samt søge på kombinationen af flere slags medicin. Du kan også melde bivirkninger og dele dine erfaringer.

### Hjælp til at huske medicin

I appen MedicinTjekker kan du få hjælp til at huske din medicin.

Du kan indtaste navnet eller skanne pakken og herefter vælge både hvor ofte og præcist hvornår, appen skal sende dig notifikationer, så du bliver mindet om at tage din medicin. På den måde er MedicinTjekker en hjælper.

### MedicinTjekker som hjælper



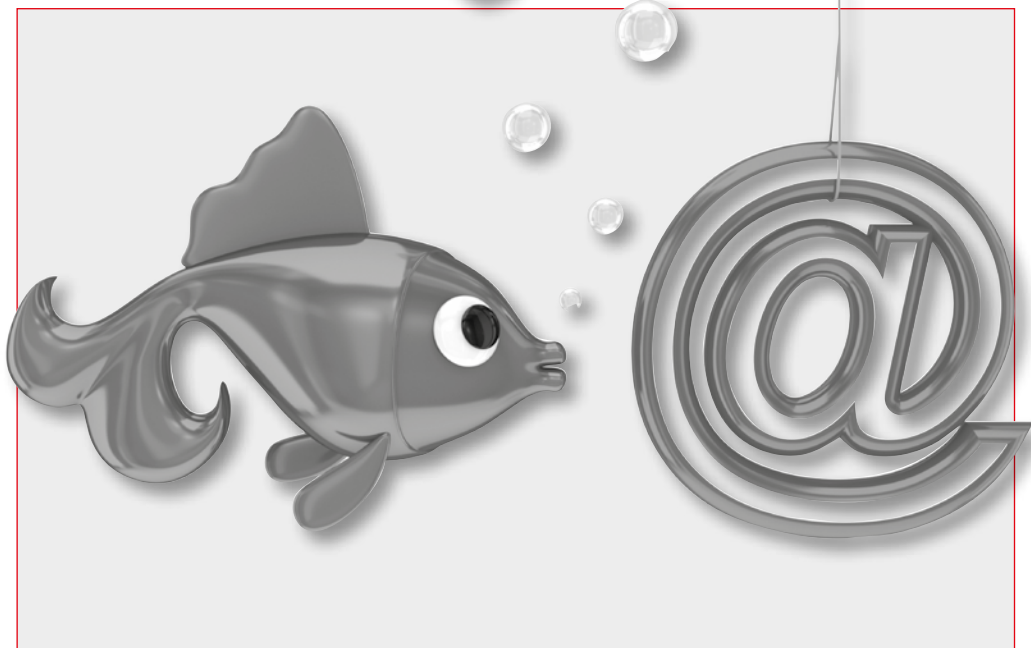
### Medlemsforslag:

## Forslag fra medlemmerne selv

” De første måneder af året blev der traditionen tro afviklet medlemsmøder i "danmark", og i år blev 43 medlemsforslag behandlet på de 23 møder rundt omkring i landet.

### Aktivt medlemskab

Det er typisk forslag til nye tilskudsområder eller ændring af eksisterende tilskud, der bliver stillet forslag om, og alle medlemmer er velkomne til at anvende muligheden for at komme til orde. Næste gang er til medlemsmøderne i 2025, og fristen for at sende forslag hertil er 15. november i år.



## Phishing:

# Falske e-mails fortsætter



” De såkaldte phishing-mails giver fortsat store problemer i samfundet, fordi svindlerne hele tiden bliver bedre i deres forsøg på at lokke informationer og penge ud af folk, med deres falske e-mails. Vær derfor ekstra påpasselig med at klikke på links.

### Forskel på falske og ægte links

Links til artikler i nyhedsbreve eller andet, du selv har valgt, er som regel sikre at følge, men her deler du heller intet.

På alle hjemmesider, e-mails og sms bør du undgå at dele persondata og passe på med at klikke på links, der ser mistænkelige ud.

### Del aldrig oplysninger over e-mail

I kontakten med "danmark" skal du altid logge ind på [sygeforsikring.dk](http://sygeforsikring.dk) med MitID. Del aldrig oplysninger om betaling, tilskud, kontooplysninger eller andet vigtig i almindelig e-mail. Det skal altid kun foregå på [sygeforsikring.dk](http://sygeforsikring.dk).

### Få det nyeste om digital svindel

Med appen "Mit digitale selvforsvar" kan du få løbende besked om forsøg på digital svindel med phishing-mails, sms'er og opslag på sociale medier.

Et netværk af myndigheder, politi, banker og it-sikkerhedsfirmaer står bag appen.

### Pas på phishing fortsat