

Få hjælp til bedre trivsel med AP Care

Hvis du mistrives enten mentalt eller fysisk, kan du få hjælp og rådgivning af vores helbredsvejledere i AP Care. Det er en del af nærpensions tilbud til dig, som du kan bruge allerede i dag.

Hvad er AP Care?

I AP Care sidder en række helbredsvejledere klar til at hjælpe dig. De har forskellige sundhedsfaglige specialkompetencer inden for blandt andet sygepleje og socialrådgivning samt generel vejledning i øvrigt – og de kan dermed dække bredden i de forskellige udfordringer, du oplever.

Hos vejlederne kan du få støtte og rådgivning, hvis du ikke trives fysisk eller mentalt. Formålet er at forebygge, at du bliver ramt af sygdom, eller at hjælpe dig sikkert tilbage på fødderne, hvis du allerede er blevet syg.

Gennem fortrolig og omsorgsfuld samtale hjælper helbredsvejlederen dig med at finde ud af, hvad der skal til, for at du kan få det godt igen. Helbredsvejlederne trækker på et stort netværk af interne og eksterne eksperter, som kan hjælpe dig med lige præcis de udfordringer, du har. Netværket består blandt andet af coaches, sygeplejersker, socialrådgivere, fysioterapeuter, psykologer, speciallæger og mange andre.

Helbredsvejlederen vil være din tovholder, som sørger for, at der bliver tænkt hele vejen rundt om din situation. Han eller hun vil også løbende følge op med dig og evaluere, om forløbet har det ønskede udbytte.

Hvorfor hedder det AP Care?

Du har gennem dit pengeinstitut tegnet en Tab af erhvervsevne-forsikring hos nærpension, som er ejet af AP Pension. Deraf navnet AP Care, som er et af de tilbud hos AP Pension, du får adgang til via dine forsikringer.

Hjælp og støtte til et sundere liv

Med AP Care får du hjælp og støtte til et sundere liv med større trivsel, og det kan være med til at forebygge en eventuel fremtidig sygemelding. Vores helbredsvejledere kan blandt andet hjælpe dig med:

- At afdække dine behov og sammensætte et målrettet forløb til dig
- At oplyse om dine muligheder for blandt andet coaching, behandling og genoptræning
- Dine rettigheder i forhold til din kommune og arbejdsplads
- At komme trygt og sikkert tilbage på arbejdet, hvis du er sygemeldt.

AP Care er et tilbud til dig, der via nærpension har en firmapensionsordning eller har oprettet en Tab af erhvervsevne-forsikring hos AP Pension.

Sådan kontakter du AP Care

Du er velkommen til at kontakte AP Care alle hverdage mellem klokken 8.00 og 17.00 på **7080 5020** eller **care@appension.dk**.

Helbredsvejlederen er underlagt tavshedspligt.