



Demir Sağlık

DEMİR SAĞLIK VE HAYAT AYLIK YAYINI

Dijital

Demir Sigortalılara yolcu360° 'ta Özel Seyahat Avantajları

Uçak biletlerinde 600 TL'ye varan indirim,
araç kiralamada yurt içi %10, yurt dışında
%15 indirimle seyahatinizi avantajlı hâle
getirin!



Yaz Yavaşlar, Sen de Öyle

Tatiller yavaş yavaş azalır, gölgeler uzar,
akşam serinliği seni kendine çağırır



Demir Sağlık ile Her Mevsime Uyum

Bazen iyi bakmak, sadece dışa değil, içe doğru bir
dikkatle mümkündür



Bir Sigortadan Fazlası

Seyahate çıkarken, yolculuğun her
anında huzurlu hissetmek

yolcu360°

Demir Sigortalılara Yolcu360'ta Seyahat Avantajları!

Seyahat etmeyi sevenler için harika bir haberimiz var! Demir Sağlık sigortalılar, Yolcu360 iş birliği sayesinde uçak biletlerinden araç kiralamaya kadar birçok hizmette özel indirimlerden faydalanabiliyor. İster yurt içinde kısa bir tatil planlayın, ister yurt dışına heyecan dolu bir keşif yolculuğuna çıkın, avantajlar seyahatinizi daha keyifli ve ekonomik hale getiriyor.





Uçak Biletlerinde Özel İndirimler.

Yolculuğunuzun ilk adımı uçak bileti almaksa, Demir Sağlık sigortalılar için hazırlanan özel indirimleri kaçırmayın. Yurt içi gidiş-dönüş uçak biletlerinde **300 TL'ye kadar**, yurt dışı gidiş-dönüş uçak biletlerinde ise **600 TL'ye kadar indirim** sizleri bekliyor. Bu sayede tatilinizi planlamak artık hem kolay hem de bütçe dostu!

Araç Kiralamada Avantajlar.

Tatil boyunca özgürlüğünüzü artırmak isteyenler için araç kiralama fırsatları da unutulmamış. Yurt içinde araç kiralamalarda **%10**, yurt dışında araç kiralamalarda ise **%15 indirim** avantajıyla konforlu bir yolculuk deneyimi sizi bekliyor. Artık seyahatlerinizi toplu taşıma veya sınırlı seçeneklerle kısıtlamadan, dilediğiniz gibi planlayabilirsiniz



Nasıl Yararlanabilirsiniz?

Kampanyadan faydalanmak oldukça basit: Demir Sağlık sigortalısı olmanız yeterli. Kampanya detayları ve rezervasyon koşulları için [Yolcu360 Kampanya Sayfası](#)'nı ziyaret edebilirsiniz.

Seyahatinizi Planlayın, Keyfini Çıkarın

Artık tatil planlamak çok daha keyifli! Uçak bileti ve araç kiralama indirimleri sayesinde hem ekonomik hem de konforlu bir seyahat deneyimi sizleri bekliyor. Demir Sağlık ile güvence altında, Yolcu360 ile avantajlı bir yolculuk yapın. Haydi, bavulunuzu hazırlayın ve yola çıkmanın tadını çıkarın!

HAYATA İYİ BAK REHBERİ

Bazı mevsimler veda etmeyi öğretir. Ağustos, tam da bu mevsimlerden biridir. Ne tam bir başlangıçtır ne de bir bitiş. Fakat içimizde bir yer, yavaşça toparlanmaya, sadeleşmeye başlar.

Tatil fotoğrafları albüme girer, bavullar boşalır, ajandalar yeniden dolmaya başlar. Fakat bir detay unutulur: Kalbin hâlâ yolda olabilir. Çünkü yaz sadece bir mevsim değil, hislerin de açıldığı bir dönemdir.

Kapanışlar da Bakımdır. Nasıl ki bir kitabın son sayfası, ilk cümle kadar önemlidir... Yazın son haftaları da en az başlangıcı kadar anlam taşır.

- İlişkilerini onardın mı?
- Kendine yeterince alan tanıdın mı?
- Yavaşladın mı, yoksa sadece durmakla mı yetindin?

Küçük Hatırlatmalar

- Gün doğumuna bir kez daha denk gel.
- Güneşten korunurken, iç sesini de duy.
- Yaz boyunca susturduğun duygular varsa, şimdi onlara kulak ver.
- Kalbini yoran insanlarla vedalaş, iyileştirenleri yanında tut.

Hayata İyi Bakmak, Hâline Şefkatle Bakmaktır

Sağlık, sadece doktor muayenesi değil. Bazen bir dost sohbeti, bazen uzun bir yürüyüş, bazen de bir "nasılsın?" sorusuna verilen dürüst bir cevaptır. Ağustos, kendinle yeniden tanışmak için güzel bir aydır. Yorgun musun? Kırgın mısın? Mutlu musun? Her cevap kabul edilir. Yeter ki içten olsun.

Bir Soru Sor Kendine: "Bu yaz bana ne iyi geldi?"

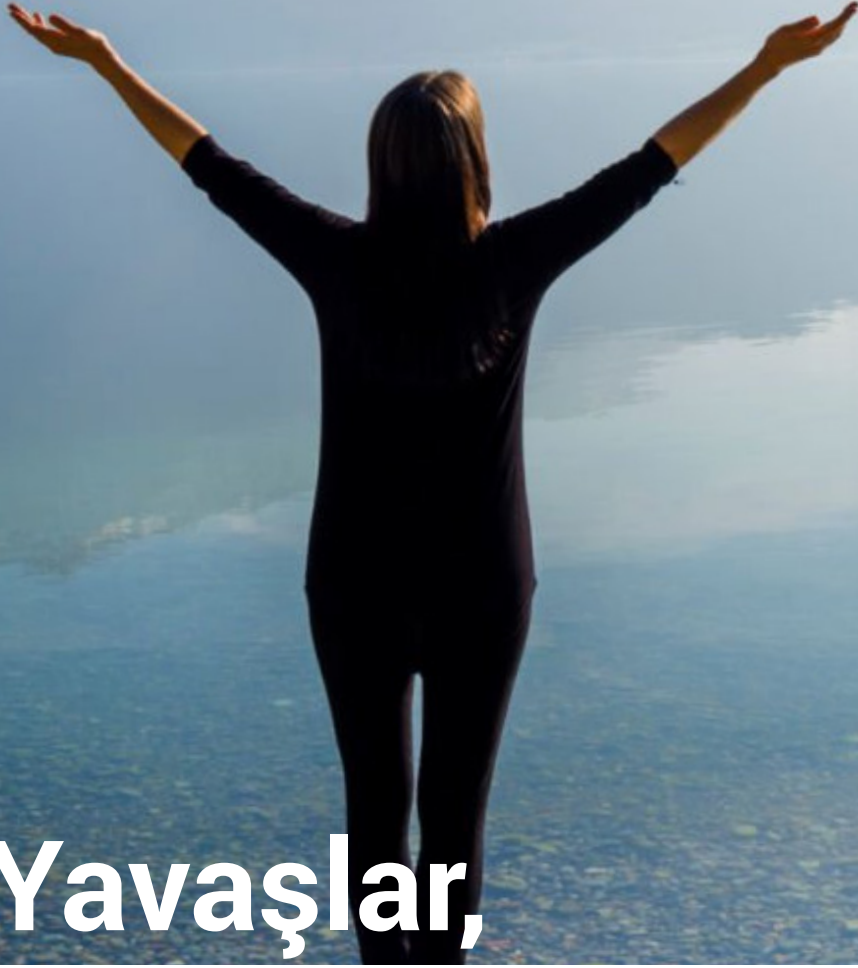
Bu sorunun cevabını yanında taşımaya devam et.

Demir Sağlık ile Her Mevsime Uyum

Biz sağlık hizmeti sunarken, sadece bedeninizi değil, yaşam döngünüzü de önemsiyoruz. Yaz biterken de, sonbahara hazırlanırken de, yeni bir ritme geçerken de yanınızdayız. Çünkü hayata iyi bakmak, her anın hakkını vermekle başlar.

Bazen iyi bakmak, sadece dışa değil, içe doğru bir dikkatle mümkündür.

YAŞAM TARZI



Yaz Yavaşlar, Sen de Öyle...

Yaz ayları bitmeden önce biraz dur. Ağustos, takvimin “geç kalmadan” dediğin o ay.

Her şeyin başında değil, sonunda durmak gibi. Tatiller yavaş yavaş azalır, gölgeler uzar, akşam serinliği seni kendine çağırır. Doğa bile Ağustos'ta bir durur. Peki ya sen?



Yavaşlamaya Cesaret Et

Yazın başındaki o heyecan yerini bir doygunluğa bırakır Ağustos'ta.

"Koşmalıyım" diyen iç sesin, yerini "biraz kalayım"a bırakır. İzin ver kendine. Sıcak bir öğleden sonra hiçbir şey yapmamayı hak ediyorsun. Belki bir kitap, belki bir soğuk içecek, belki de sadece durmak.

Küçük Ritüellerin Gücü

Ağustos, alışkanlık başlatmak için ideal. Her sabah kısa bir meditasyon.

Günde bir kez kendine açık hava yürüyüşü. Bir akşam yemeği sessizce, telefonsuz yemek. Sürekli bir değişim değil; sadeliğin içindeki iyilik hâli.

Bu Yazdan Sana Ne Kalsın?

Her mevsimin bir izi kalır. Peki bu yazdan ne kalsın? Bir iç döküş anı mı? Gölgedeki uzun bir sessizlik mi? Her sabah içtiğin limonlu suyu kışa taşıyacak mısın?

Yoksa ilk kez denediğin bir nefes egzersizini kendinle mi götüreceksin?

Demir Sağlık olarak, mevsim geçişlerini beden kadar ruhun da yaşadığını biliyoruz.

Ve seni sadece sağlıkla değil, yaşamın ritmiyle de buluşturmaya çalışıyoruz.

Çünkü iyi yaşamak, Yalnızca iyi olmak değil; Ne zaman duracağını, Ne zaman kalacağını ve ne zaman hafifleyeceğini bilmektir.



Serinliğin Peşine Düş

Gölgedeki bir banka otur. Balkonuna geç. Buzlu limonlu su hazırla. Klimayla değil, kendinle serinle. Her şeyin bir versiyonu var: Serin uyku, serin kahve, serin düşünce.

Ruhunu yakmadan yaşamının yolu, bu küçük serinliklerde saklı olabilir.



SİGORTA ÜRÜNLERİ ANLATIYOR

Bir Sigortadan Fazlası Seyahat Boyunca Güvence

Seyahate çıkarken bavulunu, biletini hazırlarsın; ama asıl ihtiyaç çoğu zaman gözden kaçır: yolculuğun her anında huzurlu hissetmek.

Demir Sağlık, Seyahat Sağlık Sigortası'nı bu yüzden farklılaştırıyor. Sadece sağlık risklerini değil, yolculuğun tüm akışını güvence altına alıyoruz.

Yol Arkadaşın Kapsamlı Teminatlar

Tatilde en keyifsiz sürpriz, valizinin kaybolması ya da pasaportunun çalınmasıdır. İşte bu noktada sigortan yanında:

- Bagaj kaybı teminatı ile eşyaların,
- Pasaport kaybı teminatı ile planların korunur.

Beklenmedik durumlarda yalnız kalmaz, yolculuğuna güvenle devam edersin.

Sağlık Her Yerde Yanında

Yeni bir ülkeye giderken aklında hep aynı soru vardır: "Orada bir şey olursa ne yaparım?"

Demir Sağlık, hastalık veya kaza anında acil sağlık hizmetleri ve destek hattı ile seni yalnız bırakmaz. Nerede olursan ol, güvенеbileceğin bir sistemin parçası olursun.



Seyahatini Kolaylaştıran Küçük Detaylar

Sigorta sadece büyük riskler için değil, küçük rahatlıklar için de vardır.

- Plan değişse bile destek hattından yönlendirme,
- İhtiyacın olduğunda danışabileceğin uzman desteği,
- Seyahatin stresini azaltan güven hissi...

Tüm bunlar, yolculuğunu sadece güvenli değil, huzurlu da kılar



Demir Sağlık ile
Yolculuk Daha Rahat

Bizim için seyahat sigortası, yalnızca "acil durumda" devreye giren bir poliçe değil.

Aynı zamanda valizinden pasaportuna, sağlığından planlarına kadar her adımda yanında olan bir yol arkadaşıdır.

Çünkü gerçek güvence, sadece riskleri değil, yaşamın akışını da kapsayan bir destektir.

ANNE - ÇOCUK

3 Yaş Kimlik Kazanmanın İlk Provası

Sorular artar, inatlaşmalar sıklaşır, sınırlar zorlanır. 3 yaş, bir dönüm noktasıdır. Büyümek artık bir gelişim değil, bir kişilik meselesidir.

Bu dönem, çocuğunuzun sadece adımlarını değil, kararlarını da sahiplendiği;

sizi sadece anne-baba değil, aynı zamanda bir "karşıt fikir" olarak gördüğü bir zamandır. Ve evet... Bu çok kıymetli bir şeydir.



"Ben Yapacağım!" İnat Değil, İfade Arzusu

Bu dönemde çocuklar her şeyi kendi başlarına yapmak ister. Üstünü giyerken, çorbasını içerken, hatta yürürken bile "yardım" kelimesini istemez. Bu bağımsızlık arzusu, kişiliğinin ilk taşlarını döşer.

İpucu: Yardımcı olmak yerine yanında olmayı tercih edin. Karar vermesine alan tanımak, öz güvenin en erken yatırım biçimidir.

Küçük Bir Birey, Büyük Bir Merak

"Seni kim yaptı?" "Neden düşmüyor?" "Kedi de büyür mü?"

Bitmeyen sorular, sonsuz tekrarlar... Çünkü çocuk artık dünyanın bir parçası olduğunu fark eder. Sorgulamak, anlamaya çalışmanın doğal sonucudur.

İpucu: Her soruya cevap vermek zorunda değilsiniz, birlikte merak edin. "Bilmiyorum, birlikte araştıralım" cümlesi, güvenli öğrenmenin kapısını açar.

Sınırlar Şefkatle İnşa Edilir

Kuralları zorlar, karşı çıkar, bazen saatlerce ağlar. Bu davranışlar sizi yorabilir ama unutmayın; çocuk için sınırlar güven demektir.

İpucu: Net ama yumuşak olun. "Bunu yapamazsın" yerine "Bunu yapmanı istemiyorum çünkü..." demek, hem sınır çizer hem bağ kurar.



Oyun = İletişim

Oyunlar artık daha kurgulu, daha hikâyeli. Rol yapar, oyuncakları konuşturur, duygularını senaryolaştırır. Bu, iç dünyasının dışa yansımasıdır.

İpucu: Onun oyununa katılın ama yön vermeyin. Kurduğu hikâyelerde kendini nasıl gördüğünü anlamaya çalışın.

Ebeveynliğin Yeni Dönemi Eşlik Etmek

3 yaş, ebeveynlikte de bir kırılma noktasıdır. Artık sadece bakım veren değil, rehberlik eden, birlikte düşünen, duyguları tanıtan bir figürsünüz.

İpucu: Yorgun hissettiğinizde kendinize mola verin. Demir Sağlık'ın online psikolog, online doktor ve beslenme danışmanlığı hizmetleriyle hem çocuğunuzun hem sizin ruh sağlığınızı destekleyin.

Çünkü 3 yaş, bir yolculuktur. Ve bu yolculukta sadece çocuğunuz değil, siz de yeni bir versiyonuza evrilirsiniz. Demir Sağlık, bu dönüşüm sürecinde sizinle birlikte.

SEYAHAT İPUÇLARI

Yolda Olmak Gitmekten Daha Fazlası

Gidecek çok yer var, ama bazen asıl mesele yola nasıl çıktığın. Bavulunu erken topladığında değil, aklındaki karışıklığı hafıflettiğinde başlar gerçek yolculuk.

Ulaşım bir ihtiyaç gibi görünse de, bazen bir rahatlık, bazen bir kurtarıcı, bazen de sadece “yetişmek” değil, “yetişmeden de varabilmek” hissidir.

İyi bir yolculuk, yalnızca ulaşmak değildir.

Uçağa zamanında binmek kadar, biletini zamanında almak da huzurdur. Güvenle kullanılan bir araç, sadece tekerlek değil; zaman kazandıran, özgürlük tanıyan bir konfordur.

Kiraladığın bir araba, seni yalnızca gitmek istediğin yere değil; istemediğin duygulardan da uzaklaştırabilir.

Yol boyunca kulağında bir müzik varsa, molada yediğin tost iyiye, kahveyi dökmeden içebildiysen...

Bunlar da birer ipucu: Seyahat iyi gidiyor.



Ve birkaç kişisel hatırlatma daha

- Biletini son ana bırakma. Erken karar, huzurlu valiz demektir.
- Navigasyonun değil, iç sesin de sana yol gösterebilir.
- Gidiş dönüş arasında mutlaka sadece kendinle olacağın bir an yarat.
- Dönüş biletin cebinde olsa da, ruhun hâlâ oradaysa, kısa bir yürüyüşle vedalaş

Yolun açık olması dileği bazen bir temenni değil, gerçek bir ihtiyaçtır. Demir Sağlık'ın sağladığı ulaşım kolaylıklarıyla, bu yaz yolda olmak daha kolay.

Araç kiralama esnekliği, uçak bileti ayrıcalığı ve her durumda yanında olan sağlık desteğiyle...

Yolculuk artık sadece mesafe değil;
Hissedilen bir hafiflik,
Yüklerden arınmış bir plan,
Ve vardığında "İyi ki çıktım" diyebileceğin bir yol hâli



Seyahat Sağlık Sigortamız ile İçiniz Rahat!

Yılların tecrübesi ve yeniliklerin öncüsü
Demir Sağlık ve Hayat Sigorta seyahatlerinizde hep yanınızda!



Yurt dışında yüksek maliyetli sağlık giderlerini karşılayarak, seni tam koruma altına alıyoruz.

VIP Seyahat Sigortası ile **valizini güvence altına alıyoruz.**

Tıbbi danışmanlık hizmetimizle yurt dışında da 7/24 telefonda **bize ulaşmanı sağlıyoruz.**

Teminatlarımız ile Dünyanın Her Yerinde Güvendesin!



Tıbbi Bilgi ve Danışma



Tıbbi Tedavi Teminatı



Tıbbi Nakil Teminatı



Cenaze Nakil Teminatı



healthtourism.demirsaglik.com.tr



Müşteri Hizmetleri
0850 252 04 04



demirsaglikvehayat



DHSigorta



demirsaglikvehayat