


CIGNA WELLBEING[®] APP

**Vous connecter à une meilleure santé,
où que la vie vous mène**

Prenez votre santé en main





Nous avons tous des emplois du temps surchargés et il est parfois difficile de trouver un juste équilibre entre vie professionnelle et vie privée. Evidemment, notre santé et notre bonheur s'en trouvent affectés. En outre, lorsque vos missions vous conduisent à l'étranger, les services de santé locaux sont susceptibles de ne pas vous proposer la même qualité de soins que celle dont vous profitez à votre domicile.

Pourtant, votre santé ne doit être négligée sous aucun prétexte. Notre nouvelle application Cigna Wellbeing® app vous permet de reprendre le contrôle en vous offrant tous les outils et les services dont vous avez besoin pour gérer votre santé et faire les bons choix en matière de mode de vie. Et si vous avez besoin d'une aide supplémentaire, notre équipe de médecins spécialisés* est disponible en un clic.

PRENEZ VOTRE SANTE EN MAIN GRACE A CIGNA WELLBEING®

Aujourd'hui, chacun s'attend à pouvoir accéder à toutes les informations nécessaires à tout moment, que ce soit à la maison, au bureau ou en déplacement. Chez Cigna, nous pensons que cela doit également s'appliquer à votre bien-être. Nous souhaitons que vous restiez en bonne santé, que vous soyez heureux et que vous gardiez le contrôle, où que la vie vous mène. Découvrez comment y parvenir.

Cigna Wellbeing® app est conçue pour vous aider à préserver votre santé dans trois domaines clés:

- › L'accès aux soins dont vous avez besoin, à tout moment
- › La gestion des soins qui vous sont dispensés pour vous rétablir
- › La modification de vos comportements quotidiens pour rester en bonne santé

Chaque domaine de soutien est axé sur des aspects spécifiques se rapportant aux soins de santé. C'est toutefois leur impact collectif qui permet d'améliorer considérablement votre santé et votre bien-être personnel.

Grâce à la Cigna Wellbeing® app vous pouvez très facilement:



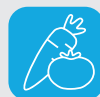
Programmer une consultation avec un médecin par téléphone ou vidéo-conférence*



Evaluer et suivre votre état de santé en toute simplicité, à l'aide d'évaluations en ligne



Obtenir un soutien pour gérer les affections chroniques telles que le diabète et les maladies cardiovasculaires



Trouver des articles pertinents sur le bien-être et des recettes santé



Participer à des programmes de coaching en ligne afin de gérer votre alimentation, votre activité physique ou votre sommeil

*Sous réserve des modalités de votre contrat d'assurance



ACCES



GESTION



CHANGEMENT

ACCES



L'accès aux soins dont vous avez besoin, à tout moment

Nous pensons que vous devriez pouvoir accéder à un médecin expérimenté et aux soins dont vous avez besoin à tout moment et dans le monde entier. Grâce à notre service Telehealth*, vous pouvez programmer une consultation par téléphone ou vidéo-conférence et parler à un médecin qualifié. Ce service international et multilingue vous est proposé 24h/24 et 7j/7*. Les rendez-vous sont généralement programmés le jour même, ce qui vous garantit d'obtenir les soins dont vous avez besoin, un diagnostic rapide et un traitement approprié.

GESTION



Gérez les soins qui vous sont dispensés pour vous rétablir

Il s'agit à présent de se concentrer sur votre état de santé actuel. Grâce à l'application, vous pouvez sauvegarder et suivre l'évolution de vos principales données médicales et établir un point de référence par rapport auquel des éléments tels que votre rythme cardiaque, votre tension artérielle et d'autres indicateurs de santé sont mesurés et surveillés. Autre avantage essentiel, si vous souffrez d'une affection chronique telle que le diabète ou une maladie cardiovasculaire, nous veillons à ce que vous bénéficiiez d'un soutien clinique approprié et de tous les encouragements dont vous avez besoin pour gérer vos soins de façon plus proactive.

CHANGEMENT



Modifier les comportements quotidiens pour rester en bonne santé

Améliorer votre santé implique d'apporter des changements à votre mode de vie. En quelques minutes, vous pouvez compléter une Evaluation bien-être et, à l'aide d'un rapport personnalisé et d'une «note» santé, identifier des domaines, tels que les niveaux de stress, le sommeil ou l'alimentation, où des changements pourraient s'avérer bénéfiques. Nos programmes de coaching d'encouragement personnalisés* sont conçus pour vous guider sur la bonne voie et vous aider à apporter des améliorations à votre mode de vie.

*Sous réserve des modalités de votre contrat d'assurance

*Les vidéos sont maintenant consultables 24/7 dans le monde entier, à l'exception de la Chine, où elles sont disponibles du lundi au vendredi de 9h00 à 21h00.

ACCES AUX SOINS DE SANTE

Global Telehealth*

Lorsque vos employés ne se sentent pas bien, ils souhaitent pouvoir se rétablir au plus vite. Il n'est pas toujours facile de se rendre dans un cabinet médical. C'est pourquoi nous leur offrons désormais un accès pratique à des soins de santé de qualité grâce à Global Telehealth, un nouveau service accessible à l'aide de l'application mobile, Cigna Wellbeing® app.

Global Telehealth permet à vos employés de consulter des médecins qualifiés dans le monde entier – par téléphone ou vidéo-conférence – pour tout problème de santé non-urgent. Il leur suffit de programmer une consultation par téléphone ou une vidéo-consultation à partir de l'application Cigna Wellbeing® app.

Les rendez-vous sont généralement programmés le jour même.



Quels sont les avantages de Global Telehealth pour mes employés?



Des consultations par téléphone ou vidéo-conférence avec un médecin qualifié



Un diagnostic en cas de problème de santé non-urgent et de trouble aigu



Des ordonnances pour les problèmes de santé courants, lorsque cela s'avère médicalement nécessaire



Une aide à la préparation d'une consultation à venir

*Sous réserve des modalités de votre contrat d'assurance

†Les vidéos sont maintenant consultables 24/7 dans le monde entier, à l'exception de la Chine, où elles sont disponibles du lundi au vendredi de 9h00 à 21h00.

Cigna est une marque de service déposée qui se réfère à Cigna Corporation et/ou ses filiales et sociétés affiliées. Cigna Global Health Benefits est un nom commercial qui se réfère à ces filiales et sociétés affiliées. Les produits et services européens sont fournis par ces filiales, ou par leur intermédiaire, en ce compris (sans toutefois s'y limiter): Cigna Life Insurance Company of Europe S.A.-N.V. et Cigna Europe Insurance Company S.A.-N.V (ainsi que leurs agences situées, notamment, en Espagne, au Royaume-Uni et en Suisse), toutes deux immatriculées en Belgique, Avenue de Cortenberg, 52, 1000 Bruxelles, et soumises à la supervision prudentielle de la Banque Nationale de Belgique et à la supervision de l'Autorité des services et marchés financiers dans le domaine de la protection des consommateurs. Il se peut que certains produits et services qui ne sont pas associés à des risques soient fournis par d'autres entités que celle chargée de la couverture. Si vous êtes un client/un assuré européen existant, veuillez consulter votre police d'assurance ou la documentation destinée aux assurés pour obtenir des informations relatives à l'entité Cigna chargée de l'administration de la couverture et/ou des services qui vous sont fournis.

Comment fonctionne Global Telehealth?



1 Demandez un rendez-vous.

Vos employés utiliseront leur Cigna Wellbeing® app pour prendre rendez-vous avec un médecin à tout moment, depuis n'importe quel endroit, 24h/24, 7j/7.



2 Parlez à un médecin.

La première consultation Global Telehealth de vos employés sera réalisée par un médecin généraliste, par téléphone ou visio-conférence†.

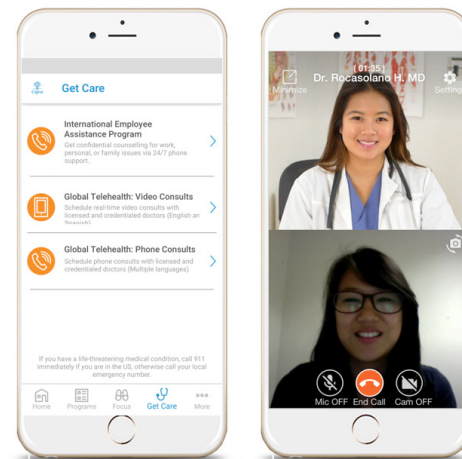


3 Rétablissez-vous.

Si cela s'avère nécessaire, une ordonnance sera envoyée à vos employés qui pourront la présenter à leur pharmacie locale.

Qu'est-ce qui fait la valeur du service ?

- **Accessibilité financière.** Il offre une alternative aux consultations dispensées en cabinet médical ou en clinique – sans aucune franchise ni coassurance
- **Commodité.** Inutile de quitter son domicile ou son lieu de travail
- **Un accès 24h/24 et 7j/7.** Un médecin joignable 24h/24, 7j/7, tous les jours de l'année, généralement dans un délai de 24 heures (ce délai peut varier en fonction de la langue choisie)



†Les vidéos sont maintenant consultables 24/7 dans le monde entier, à l'exception de la Chine, où elles sont disponibles du lundi au vendredi de 9h00 à 21h00.

Cigna est une marque de service déposée qui se réfère à Cigna Corporation et/ou ses filiales et sociétés affiliées. Cigna Global Health Benefits est un nom commercial qui se réfère à ces filiales et sociétés affiliées. Les produits et services européens sont fournis par ces filiales, ou par leur intermédiaire, en ce compris (sans toutefois s'y limiter): Cigna Life Insurance Company of Europe S.A.-N.V. et Cigna Europe Insurance Company S.A.-N.V. (ainsi que leurs agences situées, notamment, en Espagne, au Royaume-Uni et en Suisse), toutes deux immatriculées en Belgique, Avenue de Cortenberg, 52, 1000 Bruxelles, et soumises à la supervision prudentielle de la Banque Nationale de Belgique et à la supervision de l'Autorité des services et marchés financiers dans le domaine de la protection des consommateurs. Il se peut que certains produits et services qui ne sont pas associés à des risques soient fournis par d'autres entités que celle chargée de la couverture. Si vous êtes un client/un assuré européen existant, veuillez consulter votre police d'assurance ou la documentation destinée aux assurés pour obtenir des informations relatives à l'entité Cigna chargée de l'administration de la couverture et/ou des services qui vous sont fournis.

ACCES AUX SOINS DE SANTE

PROGRAMME INTERNATIONAL D'AIDE AUX EMPLOYES*

NIVEAU 1 Conseil téléphonique

Cigna offre l'accès illimité à un service de soutien téléphonique et jusqu'à 6 séances de conseils par téléphone. Ce programme est accessible 24 h/24 et 7 j/7 dans plus de 170 pays grâce à une ligne téléphonique gratuite. Notre équipe multilingue de conseillers qualifiés apporte son aide pour tout problème d'ordre professionnel, privé ou familial, en offrant notamment des conseils relatifs aux aspects légaux ou financiers, à la garde des enfants ou aux soins aux personnes âgées.

NIVEAU 2 Conseils par téléphone et en face à face

Cigna offre l'accès illimité à un soutien téléphonique et jusqu'à 6 séances de conseils proposées par téléphone, en face à face ou en vidéo. Ce programme est accessible 24 h/24 et 7 j/7 dans plus de 170 pays grâce à une ligne téléphonique gratuite. Notre équipe multilingue de conseillers qualifiés apporte son aide pour tout problème d'ordre professionnel, privé ou familial, en offrant notamment des conseils relatifs aux aspects légaux ou financiers, à la garde des enfants ou aux soins aux personnes âgées.



*Sous réserve des modalités de votre contrat d'assurance

Cigna est une marque de service déposée qui se réfère à Cigna Corporation et/ou ses filiales et sociétés affiliées. Cigna Global Health Benefits est un nom commercial qui se réfère à ces filiales et sociétés affiliées. Les produits et services européens sont fournis par ces filiales, ou par leur intermédiaire, en ce compris (sans toutefois s'y limiter): Cigna Life Insurance Company of Europe S.A.-N.V. et Cigna Europe Insurance Company S.A.-N.V (ainsi que leurs agences situées, notamment, en Espagne, au Royaume-Uni et en Suisse), toutes deux immatriculées en Belgique, Avenue de Cortenberg, 52, 1000 Bruxelles, et soumises à la supervision prudentielle de la Banque Nationale de Belgique et à la supervision de l'Autorité des services et marchés financiers dans le domaine de la protection des consommateurs. Il se peut que certains produits et services qui ne sont pas associés à des risques soient fournis par d'autres entités que celle chargée de la couverture. Si vous êtes un client/un assuré européen existant, veuillez consulter votre police d'assurance ou la documentation destinée aux assurés pour obtenir des informations relatives à l'entité Cigna chargée de l'administration de la couverture et/ou des services qui vous sont fournis.

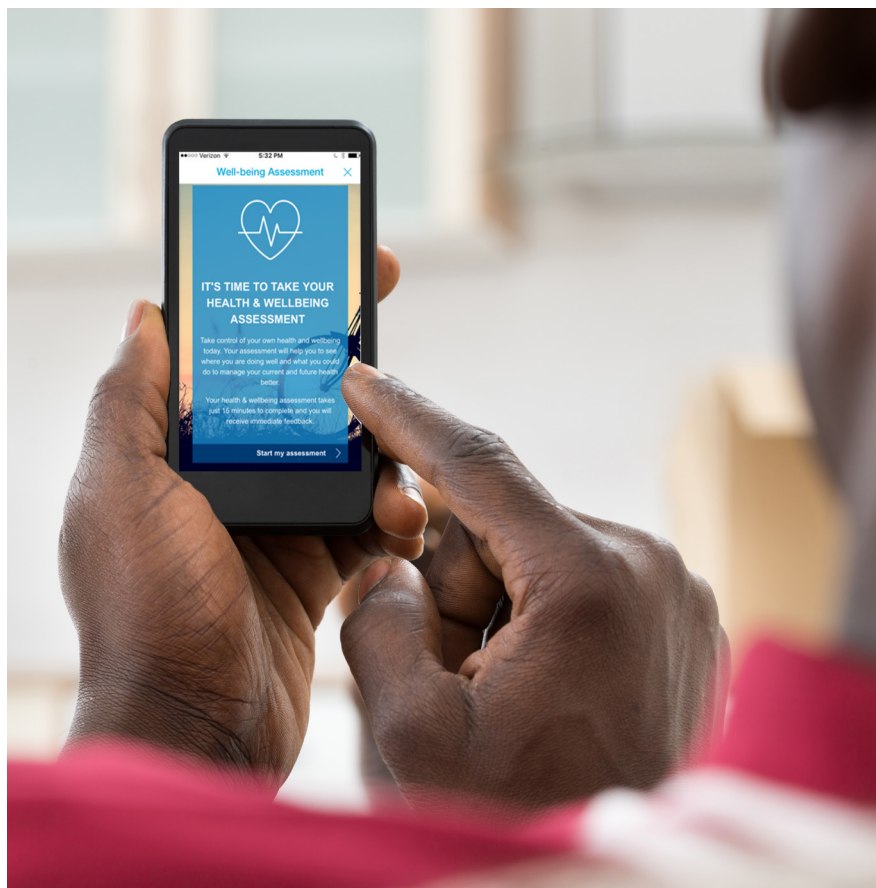
GESTION

VOUS SOUFFREZ D'UNE AFFECTION CHRONIQUE? NOUS SOMMES LA POUR VOUS AIDER!

Une vie professionnelle bien remplie et une affectation à l'étranger peuvent rendre la gestion du diabète, de l'hypertension ou d'une maladie cardiovasculaire difficile. Chez Cigna, nous savons que la gestion d'une affection chronique peut être source de stress. C'est pourquoi nous avons mis au point un programme, dirigé par nos infirmiers hautement qualifiés, qui vous aidera à prendre le contrôle de votre maladie chronique.

Inscrivez-vous au programme d'accompagnement des personnes atteintes d'affections chroniques

Complétez l'Évaluation des risques pour la santé de Cigna sur Cigna Wellbeing® ou sur Cigna Envoy, en toute confidentialité. Ensuite, il vous suffit d'indiquer si vous souhaitez être contacté par un infirmier spécialisé.



GESTION

Comment participer au programme d'accompagnement des personnes atteintes d'affections chroniques?

01

L'infirmier prenant en charge vos employés les contactera afin de mieux comprendre leur diagnostic, leur traitement (le cas échéant) et leur mode de vie.

02

vos employés définiront alors des objectifs à court et long termes, ainsi que des stratégies leur permettant de les atteindre. Les membres de la famille de vos employés peuvent également participer à ce programme si une aide complémentaire s'avère nécessaire.

03

Un suivi peut être mis en place aussi souvent que nécessaire, tous les quinze jours ou tous les mois, par exemple.

04

La durée de ce programme peut être librement décidée par vos employés, selon leurs besoins

Ainsi, que vous soyez à la maison ou en mission, vous ne serez jamais seul pour prendre soin de votre santé et de votre bien-être.

Laissez Cigna vous aider à prendre le contrôle de votre affection chronique.

CHANGEMENT

EVALUATIONS SANTE ET BIEN-ETRE

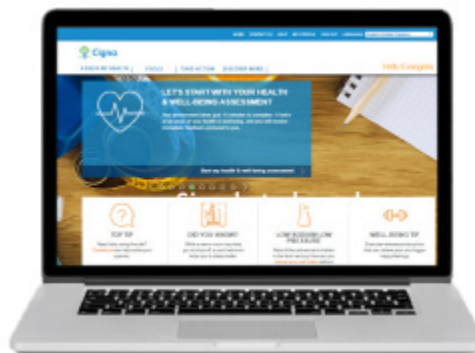


Participez aux évaluations santé et bien-être* grâce à Cigna Wellbeing® et découvrez-le dès aujourd'hui!

Evaluation des risques pour la santé

L'évaluation des risques pour la santé vous permet de produire votre propre rapport personnalisé, en toute confidentialité. Cette présentation à 360° de votre santé vous indique:

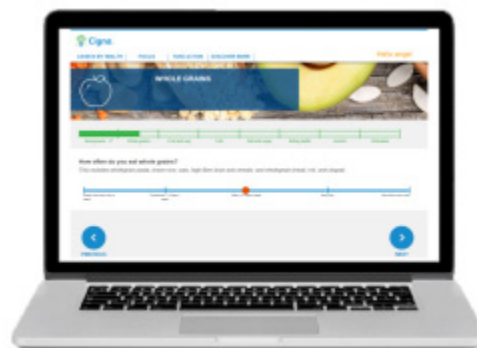
- › Les domaines positifs
- › Les domaines susceptibles d'être améliorés
- › Les domaines de risque



Evaluations ciblées des risques

Nos évaluations ciblées des risques examinent quatre domaines spécifiques plus en détails afin de déterminer si vous:

- › Suivez une alimentation saine
- › Avez une activité physique suffisante
- › Dormez correctement
- › Parvenez à gérer votre stress



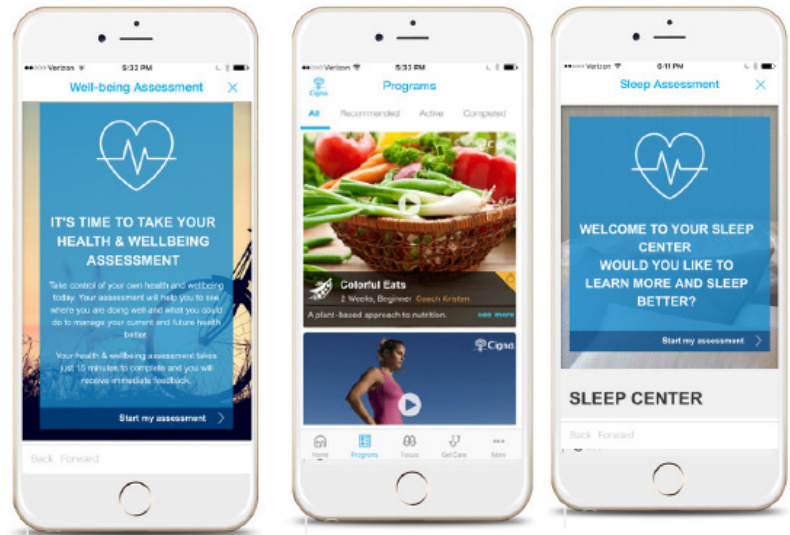
Des données claires, des conseils pratiques et un soutien continu.

CHANGEMENT

Il serait parfois bénéfique pour nous tous d'apporter quelques changements positifs à notre mode de vie. Les facteurs tels que le stress, le sommeil, le poids et l'alimentation peuvent avoir un impact considérable sur notre santé. Il est donc important de savoir où nous en sommes à cet égard. Grâce à Cigna Wellbeing® App, vous pouvez concentrer vos efforts sur les domaines dans lesquels vous devez apporter des changements.

Suivi des données médicales

- › Sommeil
- › Taille / poids
- › Glycémie
- › Tension artérielle
- › Cholestérol
- › Vos notes santé



Programmes de coaching

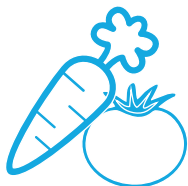
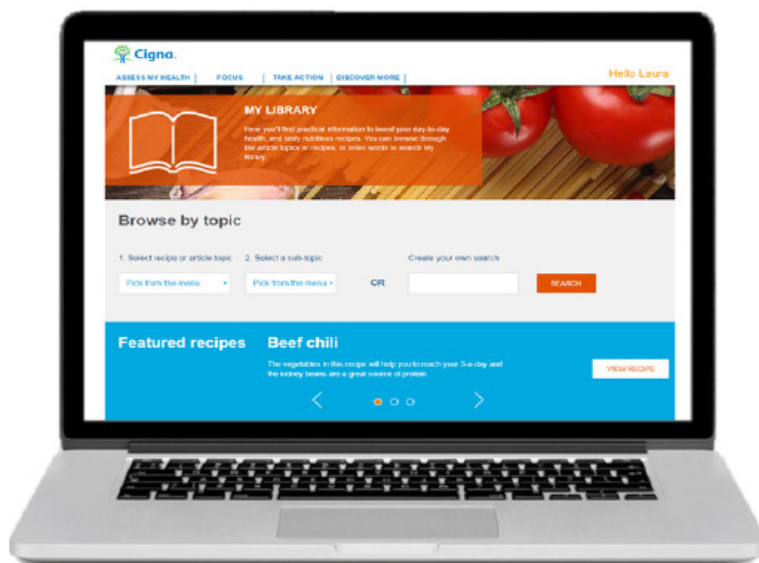
Des programmes et des vidéos conçus par des experts bien-être pour vous aider à mettre en œuvre des changements concrets.

CHANGEMENT

Contenu santé

Des articles et des recettes élaborés pour contribuer à promouvoir la santé et offrir toutes les informations nécessaires pour faire des choix plus judicieux dans les domaines du sommeil, du stress, de l'alimentation et de l'activité physique.

- › Bibliothèque en ligne
- › 39 langues et localisations
- › Moteur de recherche
- › Sujets:
 - Mode de vie
 - Santé générale
 - Alimentation / Poids
 - Recettes santé
 - Activité physique
 - Stress





REPRENDRE LE CONTROLE

Prenez votre santé en main grâce à la Cigna Wellbeing® App. Elle vous permet d'accéder à un médecin, aux soins dont vous avez besoin dans n'importe quelle région du monde et au soutien pratique nécessaire pour prendre les bonnes décisions en matière de mode de vie – tout en vous aidant à vous y tenir.

Mais mieux vaut donner la parole à nos assurés. Nous avons demandé à Joan d'expliquer en quoi l'application l'avait aidée à gérer un quotidien surchargé.

'Avec mes deux enfants en bas âge et un emploi à temps plein, je ne m'ennuie jamais! Mon époux travaille également et nous avons toujours beaucoup de choses à gérer, mais nous aimons la vie que nous menons.

Je suis globalement en bonne santé, mais je suis sujette aux sinusites chroniques et, comme nous venons juste d'arriver dans le pays et que nous n'avons pas encore de solution pour la garde des enfants, je peux difficilement me rendre au cabinet d'un médecin.

C'est là que mon Wellbeing appme vient en aide. La semaine dernière, je me suis réveillée avec les symptômes que je connais si bien. J'ai appelé le service et j'ai pu prendre rendez-vous pour une vidéo consultation avec un médecin plus tard dans la journée.

Nous avons discuté de mes symptômes, de mes antécédents médicaux, de mes allergies aux médicaments et des détails concernant mes traitements en cours. Sur la base de ces informations, le médecin m'a confirmé que je souffrais d'une sinusite, a rédigé une ordonnance et l'a chargée sur mon téléphone.



Il m'a suffi de l'imprimer et de me rendre dans ma pharmacie locale afin de récupérer mes médicaments. Difficile de faire plus simple.

Grâce à mon application, j'ai pu parler à un médecin et obtenir rapidement un traitement sans quitter la maison. Oui, ce service est pratique et adapté à ma situation, mais il est surtout très complet.

Le médecin s'est montré agréable et attentif et m'a rassurée au moment où j'en avais besoin.'



Consultez <http://eu.cignaglobalhealth.com/cwa/>
pour découvrir une démonstration de l'ensemble des
caractéristiques et des avantages



Cigna est une marque de service déposée qui se réfère à Cigna Corporation et/ou ses filiales et sociétés affiliées. Cigna Global Health Benefits est un nom commercial qui se réfère à ces filiales et sociétés affiliées. Les produits et services européens sont fournis par ces filiales, ou par leur intermédiaire, en ce compris (sans toutefois s'y limiter): Cigna Life Insurance Company of Europe S.A.-N.V. et Cigna Europe Insurance Company S.A.-N.V (ainsi que leurs agences situées, notamment, en Espagne, au Royaume-Uni et en Suisse), toutes deux immatriculées en Belgique, Avenue de Cortenberg, 52, 1000 Bruxelles, et soumises à la supervision prudentielle de la Banque Nationale de Belgique et à la supervision de l'Autorité des services et marchés financiers dans le domaine de la protection des consommateurs. Il se peut que certains produits et services qui ne sont pas associés à des risques soient fournis par d'autres entités que celle chargée de la couverture.

Si vous êtes un client/un assuré européen existant, veuillez consulter votre police d'assurance ou la documentation destinée aux assurés pour obtenir des informations relatives à l'entité Cigna chargée de l'administration de la couverture et/ou des services qui vous sont fournis.