mon parcours d'assuré

Des services pour vous accompagner au quotidien.

La mission de l'Assurance Maladie n'est pas uniquement d'assurer mes remboursements de soins, elle m'aide aussi à mieux gérer ma santé.

En tant qu'assureur solidaire en santé, l'Assurance Maladie me fournit des services d'information, d'accompagnement, de prévention et de dépistage. Son objectif : m'aider à agir sur ma santé, à comprendre et à anticiper mes dépenses.

Santé Active me permet d'être mieux informé(e), et d'adopter de bons réflexes pour préserver ma santé.
Avec Santé Active, j'apprends à manger plus équilibré et à pratiquer une activité physique adaptée à ma situation. En préservant mon capital santé, je diminue les risques d'être malade. Avec Santé Active, j'ai toutes les cartes en main pour prendre soin de ma santé.

Pour en savoir plus…

Je me connecte sur **ameli-sante.fr** pour me renseigner sur ma santé.

J'appelle le **3646**
(prix d'un appel local sauf surcoût imposé par certains opérateurs)
pour avoir plus d'informations sur Santé Active.

Je me connecte à mon compte sur **ameli.fr** (ou je le crée le cas échéant).

Je me rends dans mon espace Santé Active le plus proche de chez moi :

Espace Santé Active

2, place Georges Pompidou - 78300 POISSY
15, rue du Maréchal Foch - 78000 VERSAILLES

Ouvert le mardi de 14h à 19h,
du mercredi au vendredi de 10h à 19h
et le samedi de 10h à 17h.

[NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE]

ANSTHALIE - DEP SACT 01/13 - R.C.S. Paris B 378 899 363 - © : C. Echard - Corbis.

JE DÉCOUVRE LE SERVICE SANTÉ ACTIVE

santé active
Le service pour préserver ma santé

SÉCURITÉ SOCIALE
L'Assurance Maladie
YVELINES

Des services

en accès libre pour tous

MON ESPACE SANTÉ ACTIVE

Des conseillers Santé Active spécialement formés sont à mon écoute. Ils m'accompagnent dans mes recherches et répondent à mes questions concernant la santé, la prévention et les services proposés par l'Assurance Maladie.

Ils peuvent aussi me renseigner sur les professionnels de santé et les associations médico-sociales de mon département.

Je consulte en toute liberté dans mon espace Santé Active :

- **un espace multimédia,**
- **des expositions.**

MA LIGNE NUTRITION ACTIVE, UN DIÉTÉTICIEN À L'ÉCOUTE

Quelle huile privilégier pour cuisiner ? Les plats préparés sont-ils trop salés ? Les produits allégés permettent-ils de perdre du poids ?

Un(e) diététicien(ne) qualifié(e) répond à mes questions et me donne des conseils adaptés à ma situation et à mes goûts au **0811 700 724***, les mercredis de 13h30 à 17h30.

* Prix d'un appel local depuis un poste fixe.

Des services personnalisés

en adhérant à Santé Active

LE COACHING SANTÉ ACTIVE POUR M'AIDER À ADOPTER LES BONS RÉFLEXES AU QUOTIDIEN

À l'issue d'un entretien avec un conseiller Santé Active, au cours duquel je fais le point sur mes habitudes de vie, mes attentes et ma motivation, je peux participer gratuitement **à l'un des trois programmes de coaching**. Je choisis celui qui me correspond le mieux en fonction de ma situation.

Dans ce programme, je participe à des ateliers réalisés en groupe et animés par des professionnels (sous réserve de places disponibles). Ces ateliers me permettent de poser des questions et d'obtenir des conseils pratiques.

- **Le programme « Santé du Cœur »** m'aide à prendre soin de mon cœur en abordant des sujets sur lesquels je peux agir comme l'alimentation, l'activité physique, le tabac…
- **Le programme « Nutrition Active »** me conseille concrètement sur la façon de manger équilibré et de bouger plus au quotidien.
- **Le programme « Santé du Dos »** m'apprend des gestes simples pour prévenir les lombalgies, me soulager et bouger librement.

Ces programmes sont destinés aux assurés en bonne santé qui souhaitent le rester.

Si j'ai des problèmes de santé, j'en parle à mon médecin traitant, il pourra me conseiller sur les précautions à prendre.

À la fin de mon coaching, mon conseiller Santé Active m'aide à poursuivre mes efforts en me proposant un suivi régulier et personnalisé.

Retrouvez toutes les actualités Santé Active sur la page Facebook « Assurance Maladie des Yvelines ».

MON BILAN NUTRITION ACTIVE

Une fois par an, je peux rencontrer un(e) diététicien(ne) lors d'un entretien d'une heure pour faire le point sur mes habitudes de vie (sous réserve de places disponibles).
À l'issue de ce rendez-vous, je bénéficie de conseils pratiques et personnalisés pour préserver mon capital santé au quotidien.

MA LETTRE D'INFORMATION

Je reçois régulièrement **une lettre** qui m'informe de l'actualité de mon espace Santé Active, des dates des prochaines manifestations santé, des nouveautés proposées en ateliers…

J'adhère vite pour prendre

ma santé en main !

Pour adhérer gratuitement à Santé Active, je remplis le formulaire ci-dessous et je le renvoie ou le dépose à :

l'Espace Santé Active
(voir adresses au dos)

Je recevrai alors un livret expliquant tous les atouts du service.

☐ Mme ☐ M.

Nom* : .....

Prénom* : .....

Date de naissance* : ☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐

Adresse postale* : .....

.....

Code postal* : ☐☐☐☐☐

Ville* : .....

Un conseiller Santé Active peut être amené à me contacter dans le cadre de mon accompagnement :

☐ J'accepte de recevoir des informations par SMS.

Téléphone mobile : ☐☐ ☐☐ ☐☐ ☐☐ ☐☐

☐ J'accepte de recevoir des informations par e-mail.

Adresse e-mail : .....

☐ **OUI, j'accepte de bénéficier des services de Santé Active.**

Signature de l'assuré(e) :

Vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données qui vous concernent, ainsi qu'un droit d'opposition à leur traitement. Ces droits s'exercent auprès du Directeur de votre caisse d'assurance maladie.

Santé Active est un service de l'Assurance Maladie **gratuit** et **sans incidence sur votre niveau de remboursement**. Il est destiné aux assurés sociaux et ayants droit du régime général de plus de 18 ans.

*** Champs obligatoires**