

Ma Bonne Santé^{MC}

VOTRE GUIDE VERS UNE MEILLEURE SANTÉ.



Accéder à la santé et au mieux-être peut être difficile. Le site Web **Ma Bonne Santé^{MC}** peut vous aider avec les éléments suivants :

- ✓ Renseignements exhaustifs sur la santé et le mieux-être
- ✓ Outil d'évaluation de la santé
- ✓ Recommandations personnalisées sur les moyens que vous pouvez prendre pour améliorer votre santé et votre mieux-être, et ce, dès maintenant.

Nous sommes fiers de vous guider vers un mode de vie plus sain.

Tirez parti du site Web Ma Bonne Santé :

Renseignements

- ✓ Contenu canadien fiable, exhaustif et à jour sur la santé et le mieux-être
- ✓ Répertoire des produits de santé naturels
- ✓ Renseignements sur les médicaments, les maladies et les conditions médicales
- ✓ Répertoire des tests diagnostiques et des procédures
- ✓ Conseils pour un mode de vie sain, bulletins électroniques et nouvelles sur la santé
- ✓ Ressources communautaires

Outils interactifs

- ✓ Calculatrices et guides liés à la santé
- ✓ Auto-évaluations
- ✓ Tests de connaissances sur la santé
- ✓ Vérificateur de symptômes
- ✓ Outils et suivis liés aux risques

Résumé personnalisé de votre état de santé et de la voie à prendre

Utilisez vos renseignements personnels dans l'outil d'évaluation des risques pour la santé, notamment des données cliniques mesurables, pour :

- ✓ Créer le profil personnalisé de votre état de santé et de vos risques
- ✓ Repérer les améliorations possibles à la santé et évaluer votre préparation au changement
- ✓ Respecter un programme personnalisé pour la santé
- ✓ Obtenir des faits, trouver la motivation et accéder à des ressources pour faire de meilleurs choix liés à la santé
- ✓ Déterminer les objectifs, créer des plans d'action et envoyer des rappels par courriel
- ✓ Obtenir une rétroaction immédiate

Rien de plus simple qu'être en meilleure santé :

Étape 1

Créer un compte à l'aide de votre carte d'identification Croix Bleue Medavie et vous connecter.

Étape 2

Remplir votre profil de santé.

Étape 3

Utiliser votre rapport personnalisé pour vous guider vers une meilleure santé!

cbmedavie.mabonnesante.ca



medavie.croixbleue.ca



[@CBMedavie](https://twitter.com/CBMedavie)



unpasalafoismedavie.com

^{MC} Ma Bonne Santé est une marque de commerce de Croix Bleue du Pacifique, utilisée sous licence par Croix Bleue Medavie.

SM Le symbole et le nom Croix Bleue sont des marques de commerce déposées de l'Association canadienne des Croix Bleues (ACCB), utilisées sous autorisation avec permis de Croix Bleue Medavie, un titulaire de licence indépendant de l'ACCB.

FLY146F 05/13