



## MES ATTITUDES SANTÉ

### un service en ligne pour préserver votre santé

Accordez-vous à votre capital santé l'attention qu'il mérite ?

Malakoff Humanis et votre entreprise vous proposent un service de prévention en ligne afin de mieux entretenir votre capital santé au travail comme à la maison.

Un service en 3 étapes

- Je m'auto-évalue et découvre mon profil à l'aide d'un questionnaire sur un thème donné.
- Je m'informe et adopte les bonnes pratiques au travail comme au quotidien grâce à des conseils d'experts.
- Je teste mes connaissances à l'aide de modules interactifs.

12 thèmes majeurs sont abordés : les addictions, l'alimentation, l'activité physique, l'hygiène bucco-dentaire, la vue, l'audition, la mémoire, le sommeil, le stress, les troubles musculo-squelettiques, les vaccinations et les dépistages.

## Élaboré avec des experts

Mes attitudes santé est un service construit en collaboration avec des professionnels de santé. Chaque thème a été rédigé sous le contrôle d'un expert médical et les auto-questionnaires proposés sont tous scientifiquement approuvés par le corps médical.

**Démarrez votre programme en vous connectant de chez vous ou du travail sur :**

**Mot de passe :**

**Ce site est totalement confidentiel et anonyme. Les réponses que vous apportez aux auto-questionnaires ne sont pas conservées.**



**Intégré à votre contrat d'assurance entreprise, ce service vous est proposé par Malakoff Humanis dans le cadre de sa démarche de prévention de la santé et du bien-être des salariés.**

L'utilisation de ce site et les conseils donnés ne constituent pas un avis médical. Ils ne sauront remplacer en aucun cas une visite chez un professionnel de santé.