

ThriveWellSM, en asociación con Personify Health

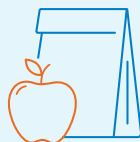
Bienestar para todos, todo en un Solo lugar

Presentamos ThriveWell, una base de operaciones digital para su salud y bienestar. Nuestra asociación con Personify Health le proporcionará las herramientas y el apoyo necesarios para introducir pequeños cambios cotidianos en su bienestar, centrados en las áreas que más desea mejorar. Adquirirá hábitos saludables, se divertirá con sus amigos y experimentará las recompensas de una mejor salud y bienestar para toda la vida.

Con ThriveWell, puede:



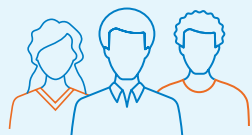
Conectarse a un monitor de actividad física para registrar su actividad y observar pequeñas mejoras con el tiempo.



Definir sus intereses y elegir trabajar en las áreas que más le importan, como los hábitos alimentarios, el sueño, la actividad física, las relaciones o las finanzas.



Ver una imagen clara de su salud con una evaluación certificada de riesgos para la salud (chequeo médico).



Agregar amigos y familiares y conectarse con hasta 10 personas más para animarse y motivarse mutuamente.



¡Reunir a los compañeros de trabajo para el último desafío de pasos de la empresa! O reunir a un pequeño grupo de compañeros de trabajo o amigos y retarse mutuamente a iniciar un nuevo hábito saludable.



Utilizar la herramienta de asesoramiento digital para introducir cambios sencillos en su salud, paso a paso.



ThriveWell ahora se incluye con su plan de salud. Inicie sesión en su cuenta de miembro para comenzar. Member.ExcellusBCBS.com

© 2024 Excellus BlueCross BlueShield, licenciario independiente sin ánimo de lucro de la Blue Cross Blue Shield Association. Personify Health es una empresa independiente y ofrece un servicio de bienestar digital en nombre de Excellus BlueCross BlueShield. Nuestro plan de salud cumple con la ley federal de derechos civiles. No discriminamos por motivos de raza, color, origen, edad, discapacidad ni sexo. Atención: Si habla español, contamos con ayuda gratuita de idiomas disponible para usted. Consulte el documento adjunto para ver las formas en que puede comunicarse con nosotros.

注意：如果您说中文，我们可为您提供免费的语言协助。请参见随附的文件以获取我们的联系方式。

B-8371y25-SP / 19454-24M

A11yCRG-081624