

Faites votre bilan de prévention santé en ligne !

Vos habitudes de vie peuvent-elles favoriser l'apparition d'une maladie chronique ? Pour le savoir, le programme « Branchez-vous santé » d'AG2R LA MONDIALE vous donne accès au dispositif

« En Quête De Vie », qui identifie vos principaux facteurs de risque et vous accompagne pour faire évoluer durablement vos pratiques.

De quoi s'agit-il ?

C'est un **parcours de prévention santé personnalisé**, que nous avons développé avec notre partenaire Medialane.

Il comprend un **autodiagnostic en ligne** qui détecte vos facteurs de risque, notamment cardiovasculaires. Cette analyse repose sur une série de questionnaires validés scientifiquement. Votre santé est évaluée à travers **différentes thématiques : manger, bouger et dormir**. À l'issue de l'enquête, vous pouvez ainsi mieux vous situer dans chacun de ces domaines et repérer vos points forts, vos points faibles ainsi que vos axes d'amélioration. Enfin, si votre branche professionnelle s'est engagée pour aller plus loin, un professionnel de santé spécialisé peut **vous accompagner de façon personnalisée**.

Quel est son objectif ?

De façon ludique et pédagogique, « En Quête De Vie » sensibilise l'utilisateur à l'importance d'une **hygiène de vie saine** pour préserver son capital santé. Notre ambition : **vous donner les clés de votre santé pour agir en amont** et changer vos comportements au quotidien, afin de réduire le risque d'apparition de la maladie.



Puis-je en bénéficier ?

Oui, vous en bénéficiez en tant que **salarié affilié à un régime de protection sociale AG2R LA MONDIALE** (prévoyance ou santé), si votre branche professionnelle a mis en place le programme de prévention « Branchez-vous santé ».



Ce dispositif de prévention vient en complément d'un suivi médical régulier mais il ne s'y substitue pas !

Combien cela me coûtera-t-il ?

L'accès à l'autodiagnostic « En Quête De Vie » est **intégralement pris en charge** par le programme « Branchez-vous santé » d'AG2R LA MONDIALE.

Le service de coaching personnalisé peut également être pris en charge, si votre branche professionnelle l'a prévu.

Comment dois-je procéder ?

1. **Pour commencer l'évaluation en ligne, connectez-vous au site Internet www.eqdv.fr**

Répondez aux différents questionnaires des thématiques : « Manger », « Bouger », « Dormir ».

Chacun peut être complété de façon indépendante.

2. **À la fin de chaque étape, les résultats s'affichent immédiatement. Vous pouvez aussi les télécharger.**

3. **Si votre régime de branche l'a prévu, vous pourrez, si vous le souhaitez, accéder au programme d'accompagnement personnalisé.**

Le saviez-vous ?

Maladies cardiovasculaires, accidents vasculaires cérébraux, diabète, cancers, affections respiratoires chroniques...

En France, **20 millions de patients souffrent d'une maladie chronique**, soit un tiers de la population*.

Or, il est possible de prévenir certaines de ces pathologies en s'attaquant aux **facteurs de risque comportementaux** – tabagisme, mauvaise alimentation, obésité, sédentarité ou consommation excessive d'alcool.



Besoin de plus de précisions

Vous pouvez accéder à la page dédiée au dispositif « En Quête De Vie » sur le site Internet ag2rlamondiale.fr : <https://www.ag2rlamondiale.fr/conventions-collectives-nationales/prevention/en-quete-de-vie-eqdv>