



CONSTAMMENT EN ACTION, UN SOUCI DE SANTÉ PEUT NÉANMOINS VENIR PERTURBER VOTRE ACTIVITÉ. C'EST POURQUOI IL EXISTE DES SERVICES POUR VOUS ACCOMPAGNER AU QUOTIDIEN SUR CERTAINS ASPECTS...COMME LA NUTRITION, LE SOMMEIL OU ENCORE LA GESTION DU STRESS.

### UN ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN

VOTRE MÉDECIN OU SPÉCIALISTE N'EST PAS DISPONIBLE OU VOUS N'AVEZ PAS LE TEMPS DE VOUS DÉPLACER ?

- Accédez à des **TÉLÉCONSULTATIONS** 24h / 24 et 7j / 7 sans limite de nombre et sans frais.
- Prenez rendez-vous sur le créneau horaire qui vous convient et avec le praticien de votre choix.



EN SAVOIR +

AVEC MAAF, VOUS AVEZ ÉGALEMENT ACCÈS À DES RÉSEAUX DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ PARTENAIRES :

- Opticiens dentistes, audio-prothésistes, ostéopathes, diététiciennes...
- Vous bénéficiez de soins et d'équipements de qualité à des **TARIFS NÉGOCIÉS JUSQU'À -35%**.



EN SAVOIR +

### DU MAL-ÊTRE PASSAGER AUX TROUBLES PLUS SÉVÈRES

VOTRE CHARGE MENTALE PEUT ÊTRE MISE À RUDE ÉPREUVE...

MAAF vous propose une offre dédiée "**Bien dans ma tête**" afin de vous aider à affronter le stress du quotidien mais aussi les événements ou les accidents de la vie...

Des solutions adaptées à vos besoins :

- Analyser ses symptômes et être orienté.
- Être coaché sur son bien-être.
- Démarrer une consultation vidéo (avec un psychologue, un psychiatre ou un psychothérapeute).
- Trouver un psychologue pour une consultation en cabinet.
- Être informé pour anticiper ou savoir où se rendre en cas d'hospitalisation (services psy, urgence).

#### LES + GARANTIES DU CONTRAT VIVAZEN

Participation au remboursement de l'accompagnement psychologique pris en charge par le régime obligatoire.



EN SAVOIR +

### TROUVER UN ÉQUILIBRE AVEC MON COACHING SOMMEIL

VOUS POUVEZ ÊTRE EXPOSÉ AU MANQUE DE SOMMEIL (AMPLITUDE HORAIRE, DÉPLACEMENTS, CHARGE DE TRAVAIL...).

Pour retrouver naturellement le sommeil en 3 mois et sans médicament.

MAAF vous propose "**Mon coaching sommeil**" avec :

- Un bilan détaillé de votre sommeil
- Un agenda du sommeil en ligne et les bilans personnalisés qui l'accompagnent pour reconditionner positivement votre sommeil.
- Un apprentissage axé sur des exercices adaptés au quotidien pour améliorer l'hygiène du sommeil, pratiquer la relaxation et améliorer la transition vers le sommeil.
- Un accompagnement par des coachs psychologues.

#### LES + GARANTIES DU CONTRAT VIVAZEN

Prise en charge des médecines douces : ostéopathes, chiropracteurs, psychologues (non pris en charge par le régime obligatoire), acupuncteurs, étioopathes...



EN SAVOIR +

#### L'ALIMENTATION EST UN FACTEUR CLÉ POUR UN ÉQUILIBRE DU SOMMEIL.

MAAF vous propose aussi "**Mon coaching nutrition**".



EN SAVOIR +

Les prises en charge sont faites en application des garanties/options souscrites et des limites, conditions et exclusions des garanties fixées aux conditions générales ou à la notice d'information du contrat Vivazen disponibles sur [maaf.fr](http://maaf.fr) ou en agence. MAAF Assurances SA - Entreprise régie par le Code des assurances - Société anonyme au capital de 160.000.000 euros entièrement versé - R.C.S. NIORT 542 073 580 - Siège social : Chaban 79180 Chauray

POUR EN SAVOIR +

