

UW WELZIJN-PARTNERSERVICES

Als onderdeel van onze optionele Internationale Gezondheid en Welzijn- module hebt u toegang tot onze welzijn-partnerservices bestaande uit het Ondersteuningsprogramma Levensmanagement- programma en de telefonische welzijnscoaching*.

EMOTIONELE ONDERSTEUNING

- › **Kortdurende begeleiding** die telefonisch, via video of persoonlijk kan worden gegeven.
- › Veelvoorkomende voorbeelden: omgaan met angst en depressie, ondersteuning van koppel- en gezinsrelaties, rouw en meer.
- › U hebt toegang tot 6 sessies per onderwerp, met een **onbeperkt aantal onderwerpen** per dekkingperiode.



U wordt **gekoppeld aan een counselor of coach** die het beste aan uw specifieke behoeften voldoet.

FYSIEKE ONDERSTEUNING

- › We kunnen u helpen uw doelen voor **voeding, fitness, slaap en gewichtsbeheersing** te bereiken via onze telefonische welzijnscoaching.
- › U wordt gekoppeld aan uw eigen welzijnscoach om **doelen te identificeren die belangrijk voor u zijn**, een actieplan op te stellen en voortdurende ondersteuning te krijgen voor blijvende veranderingen.



Ons CBT-programma kan mensen met lichte tot matige **angst, stress of depressie helpen**.

GEDRAGSGEZONDHEID

Programma voor online cognitieve gedragstherapie (CBT)

- › Zelfhulpprogramma om veerkracht op te **bouwen en welzijn** te verbeteren.
- › 7 online sessies, met de **optie van e-mail- of telefonische** ondersteuning van een counselor om uw voortgang bij te houden.
- › Onbeperkte toegang gedurende 6 maanden.

Coaching van mindfulness

- › Toegang tot 6 telefonische coachingsessies met een **MBSR-getrainde gezondheids- en welzijnsprofessional** als u stress ervaart en moeite hebt met focus en concentratie.
- › U ontvangt **gepersonaliseerde ondersteuning**, evenals online hulpmiddelen voor zelfbegeleiding.

PRAKTISCHE BEHOEFTE

- › Live hulp is altijd beschikbaar om **onmiddellijke ondersteuning** en een tastbaar actieplan en volgende stappen te bieden.
- › We kunnen **vooraf gekwalificeerde** verwijzingen bieden om uw uitdagingen op het gebied van werk-privébalans te ondersteunen, waaronder verhuizingslogistiek, kinder- of ouderenzorg, juridische of financiële diensten.

CAREER SUPPORT

Assistentie van de manager

- › Adviesservice voor managers die hun vaardigheden op het gebied van **personeelsmanagement willen ontwikkelen**.

Life coaching

- › Werknemers koppelen aan een professionele coach om hun **persoonlijke en professionele doelen te ondersteunen**.



Ondersteuning is **24/7 beschikbaar**, met **meerdere taalopties**.



We kunnen **helpen bij loopbaanontwikkeling** en prestatieverbetering.

Neem vandaag nog contact op met ons verkoopteam voor meer informatie:



In de VS: 877 539 6295

Buiten de VS: +44 (0) 1475 492 119



cignaglobal_sales.team@cigna.com

Together, all the way.™



* Het Life Management Assistance-programma en telefonische wellnesscoaching worden geleverd door de door ons gekozen zorgverlener. Cigna is niet aansprakelijk voor schade of verlies, op welke manier dan ook veroorzaakt, in verband met het gebruik van of het vertrouwen in eender welke informatie, materiaal, besluit en/of uitkomst gemaakt of verstrekt door de coachingaanbieder met betrekking tot de dienst. Dit document geldt alleen als referentie en vormt geen onderdeel van een juridisch contract. De informatie hierin wordt geacht accuraat te zijn op het moment van publicatie en is onderhevig aan wijzigingen. Dit materiaal is alleen voor informatiedoeleinden en bevat een gedeeltelijke en algemene beschrijving van de aanvullende pakketten. We adviseren dat u uw (product) polis nauwkeurig bestudeert om zeker te zijn van de precieze voorwaarden en dekking. Dekking en aanvullende pakketten zijn beschikbaar, behalve wanneer dit door toepasselijke wetgeving wordt verboden. "Cigna" en het "Tree of Life"-logo zijn geregistreerde servicemerken van Cigna Intellectual Property, Inc., gelicentieerd voor gebruik door Cigna Corporation en haar uitvoerende dochterondernemingen. Alle producten en diensten worden alleen door of via dergelijke dochterondernemingen geleverd en niet door Cigna Corporation. Dergelijke uitvoerende dochterondernemingen omvatten Cigna Global Insurance Company Limited, Cigna Life Insurance Company of Europe S.A.-N.V., Cigna Europe Insurance Company S.A.-N.V. en Cigna Worldwide General Insurance Company Limited. © 2021 Cigna