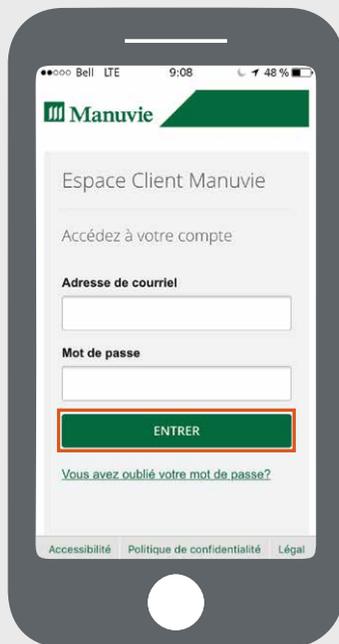


## Soumettez des activités en trois étapes simples!

Accumulez des points Vitalité<sup>MC</sup> pour les gestes que vous posez au quotidien pour rester en santé, comme faire du sport, consulter le dentiste ou maintenir un poids santé. Vous pouvez soumettre vos activités facilement en utilisant l'application Manuvie Vitalité, en visitant la page Manuvie.ca/Vitalite ou en synchronisant votre moniteur d'activité physique.

### L'application Manuvie Vitalité

L'application Manuvie Vitalité, une façon facile de soumettre vos activités dans le creux de votre main.



- 1 Ouvrez une session dans l'application Manuvie Vitalité.



- 2 Sélectionnez « Soumettre l'activité » dans le menu de navigation au bas de l'écran.



- 3 Remplissez les champs, puis soumettez votre activité.



### VOTRE MONITEUR D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

En connectant votre moniteur d'activité physique à votre compte Manuvie Vitalité, votre information se mettra à jour à chaque synchronisation. Consultez le site Manuvie.ca/Vitalite pour obtenir plus de renseignements.

## Le site Web Manuvie Vitalité à l'intention des participants

The screenshot shows the Manuvie Vitalité website interface. At the top, there is a navigation bar with the Manuvie logo, the Vitalité logo, a search bar, and a settings gear icon highlighted with a red box. Below the navigation bar, there are five tabs: ACCUEIL, PROFIL SANTÉ, POINTS, RÉCOMPENSES, and CENTRE D'INFORMATION. The main content area features a large image of two cyclists in a field with mountains in the background. A welcome message says 'Bienvenue! MATTHEW'. Below the image, there is a box showing '5,290 POINTS VITALITÉ'. To the right, there is a section 'GÉRER VOS LIENS' with options for 'APPAREILS' and 'APPLICATION MOBILE'. Further right, there is a circular progress indicator showing '69' and 'VITALITY AGE'. To the right of that, there are two 'ARGENT' reward levels: 'ARGENT NIVEAU DE RÉCOMPENSE' and 'ARGENT POINTS STATUT'.

- 1 Allez à [Manuvie.ca/Vitalite](https://Manuvie.ca/Vitalite) > **Votre compte** > **Formulaires**.  
Grâce aux formulaires en ligne, vous pouvez soumettre une preuve d'activité et accumuler des points Vitalité facilement.  
Choisissez parmi les formulaires suivants :
- 2 Indiquez les détails de votre activité et fournissez la preuve indiquée sur le formulaire en ligne.
- 3 Cliquez sur « Soumettre ».

- Événement sportif, comme une course de 5 km ou une marche organisée au profit d'un organisme de bienfaisance
- Vérification RCR
- Vérification des premiers soins
- Exercice en salle, comme des pilates, du yoga ou un camp d'entraînement
- Prévention, comme recevoir un vaccin contre la grippe ou un examen dentaire
- Demande de test de dépistage ExamOne
- Bilan Vitalité<sup>MC</sup> pour soumettre votre analyse biométrique ou les résultats de votre examen physique annuel

Vous pouvez accumuler des points uniquement pour les activités complétées à partir de la date de début de votre programme Manuvie Vitalité.

Pour obtenir plus de renseignements, vous pouvez visiter le site [Manuvie.ca/Vitalite](https://Manuvie.ca/Vitalite), composer le **1 888 Manuvie**, du lundi au vendredi, de 8 h à 20 h, heure de l'Est, ou envoyer un courriel à [manuvievitalite@manuvie.com](mailto:manuvievitalite@manuvie.com).



Vitalité est le fournisseur du programme Manuvie Vitalité, de votre contrat d'assurance vie Manuvie. Les produits d'assurance vie sont offerts par la Compagnie d'Assurance-Vie Manufacturers. Le nom Manuvie, le logo qui l'accompagne, les quatre cubes et les mots « solide, fiable, sûre, avant-gardiste » sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance-Vie Manufacturers qu'elle et ses sociétés affiliées utilisent sous licence. Le nom Vitalité est une marque de commerce de Destiny Health Inc. que La Compagnie d'Assurance-Vie Manufacturers et ses sociétés affiliées utilisent sous licence. Le nombre de points requis pour atteindre un niveau Vitalité et le nombre de points accordés pour chaque activité peuvent changer. L'admissibilité à certaines récompenses ou à certains programmes de récompenses peut varier selon la province de résidence, le niveau Vitalité atteint, le type de contrat d'assurance Manuvie Vitalité et son statut.