

DEPLASE JAN OU VLE, LÈ OU VLE, AVÈK SILVERSNEAKERS



SilverSneakers® plis pase yon pwogram kondisyònman fizik nòmal. Se yon opòtinite pou amelyore sante w, kwè nan tèt ou plis epi konekte w ansanm ak kominote w. Mete sou sa, li fè pati plan sante w **san sa pa koute w plis.**

Avèk SilverSneakers, ou lib pou deplase nan fason ki bon pou ou.

Nan djim

- Plizyè milye sant k ap patisipe¹ nan tout peyi a e ki genyen ekipman ki varye
- Posiblite pou enskri nan plizyè sant nenpòt ki lè
- Kou SilverSneakers² ki fèt pou diferan kalite moun ki gen diferan kapasite

Adomisil oswa lè w an vwayaj

- Kou SilverSneakers LIVE sou Entènèt ak atelye kote gen enstriktè ki jwenn yon fòmasyon espesyal, 7 jou sou 7
- Videyo SilverSneakers On-Demand ki disponib 24 sou 24, 7 jou sou 7
- Aplikasyon mobil SilverSneakers GO ak resous pèsonalize, plan antrènman ou ka ajiste ak plis bagay ankò
- Aksè ak Burnalong® avèk yon kominote vityèl k ap soutni w ak plizyè milye kou pou moun ki enterese nan diferan bagay e ki gen diferan kapasite

Nan kominote w

- Aktivite ak kou an gwoup² ki ofri andeyò djim nan
- Evènman ki gen ladann pataj repa, selebrasyon jou konje ak aktivite sosyal nan klas

Ou gentan gen SilverSneakers atravè plan sante w.

Sèl sa ou bezwen pou kòmanse, se nimewo idantifikasyon manm ou an. Gade do dokiman sa a pou jwenn plis detay.

[SilverSneakers.com/StartHere](https://www.silversneakers.com/StartHere)

Ou gen kesyon? Rele nou.

1-888-423-4632 (TTY: 711) Lendi – Vandredi, 8 a.m. – 8 p.m. Lè Zòn Lès

Èske w te konnen?

88%

nan manm
yo fè konnen
SilverSneakers te
amelyore kalite
lavi yo.³


SilverSneakers

ANNOU KÒMANSE



Pran nimewo idantifikasyon SilverSneakers ou



Si w poko janm itilize SilverSneakers, ale sou **SilverSneakers.com/StartHere** epi suiv kèk ti etap ki tou senp.



Si w manm deja, konekte sou **pòtay manm yo** sou **SilverSneakers.com** epi klike sou **Profile/Member ID**.

Nimewo idantifikasyon SilverSneakers mwen an

				-						-								
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

Ekri nimewo idantifikasyon w lan nan espas sa a. Ou ka koupe pati sa a oswa fè yon foto ak telefòn ou pou w toujou gen nimewo idantifikasyon w sou ou.

Nòt:



Jwenn enspirasyon!

Eskane l pou jwenn plis enfòmasyon sou SilverSneakers oswa ale sou **SilverSneakers.com/AboutUs**



Toujou diskite ansanm ak doktè ou avan w kòmanse yon pwogram ki mande pou fè egzèsis.

1. Sant k ap patisipe yo ("PL") se pa Tivity Health, Inc. oswa etablisman ki afilye avè l yo ki pwopriyete oswa k ap jere yo. Itilizasyon instalasyon ansanm ak ekipman yo limite selon tèm ak kondisyon pwosesis de baz pou vin manm PL. Enstalasyon ak ekipman yo varye selon PL yo.
2. Pwosesis pou vin manm nan gen ladann kou kondisyonman fizik an gwoup yon monitè SilverSneakers ap dirije. Gen kèk sant ki ofri manm yo kou adisyonèl. Kou yo varye an fonksyon sant lan.
3. Sondaj ànyèl 2023 pou manm SilverSneakers yo

Burnalong se yon mak anrejistre ki pou Burnalong, Inc. SilverSneakers se yon mak anrejistre ki pou Tivity Health, Inc. Logo SilverSneaks ki gen fòm soulye senplifye a se yon mak ki pou Tivity Health, Inc. © 2024 Tivity Health, Inc. Tout dwa rezève. SSFP7406_CRE_0724