



ADOPTÉZ LES BONNES PRATIQUES & PRÉSERVEZ VOTRE CAPITAL SANTÉ !



Consultez des médecins conventionnés secteur 1

Ils **ne pratiquent pas ou peu de dépassement d'honoraires**.

Retrouvez la liste sur <https://annuaire.sante.ameli.fr/trouver-un-professionnel-de-sante/>



Respectez le parcours de soins

Votre médecin traitant (préalablement déclaré à la Sécurité sociale) vous dirige vers un spécialiste. Ainsi vous êtes **remboursé normalement**.



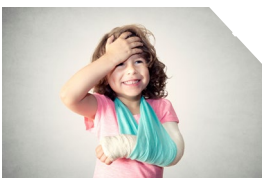
Privilégiez les réseaux de soins

Connectez-vous à votre **espace santé**, dans la rubrique « Mes services » et **géolocalisez un praticien proche de chez vous**, appartenant au réseau de soins et bénéficiez d'une **meilleure prise en charge**.



Activez la télétransmission

Pour des **remboursements + simples et + rapides**. Depuis votre **espace santé**, activez la télétransmission entre la Sécurité sociale et Colonna.



Demandez des devis

Consultez **différents praticiens** avant d'entamer vos soins importants. Demandez **plusieurs devis** (100% santé/hors 100% santé).



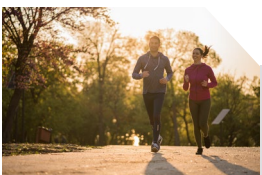
Effectuez des suivis réguliers

Profitez de **bilans gratuits** pris totalement en charge par l'Assurance maladie. **Faites-vous dépister** pour agir plus rapidement sur d'éventuelles maladies.



Pensez aux médicaments génériques

Pour un **meilleur remboursement** et vérifiez vos stocks avant tout achat **pour éviter les dépenses inutiles**.



Adoptez une bonne hygiène de vie

Pratiquez une **activité sportive régulière** et adoptez une **alimentation saine et équilibrée** pour préserver votre santé au quotidien.