

PREOCÚPESE MENOS. DISFRUTE MÁS.

Los juegos y actividades de Happify,
con base científica, pueden ayudarle.



happify™ OFRECIDO A TRAVÉS DE  **Cigna**®

En Cigna, nos comprometemos a ayudarle a tomar control de su salud, y eso incluye su salud emocional. Por eso nos unimos a Happify, una aplicación gratuita que tiene juegos y actividades con base científica diseñados para ayudarle a:

- › Superar los pensamientos negativos
- › Ganar confianza
- › Reducir el estrés y la ansiedad
- › Aumentar la conciencia plena y el bienestar emocional
- › Potenciar su salud y rendimiento

Usar Happify es divertido, gratis, rápido y fácil.



Responda algunas preguntas sencillas

Esto servirá para determinar qué juegos y actividades son más adecuados para usted.



Participe en los juegos y actividades

Trate de jugar algunos minutos por día, entre 2 y 3 días por semana. Hay más de 60 programas interactivos disponibles, incluidas actividades de autorreflexión, artículos, contenido en audio, seminarios web y mucho más.



Gane puntos por cada actividad que complete

Cada mes, puede participar por la posibilidad de ganar valiosos premios.* Desde ya, la recompensa más valiosa es desarrollar las herramientas que puedan ayudarle a mejorar su estado de ánimo, su actitud y su salud.



Siga jugando (y sonriendo)

Siempre se puede ir por más. Persevere, y podrá seguir aumentando la fortaleza y mejorando la salud emocional.

Regístrese y descargue la aplicación gratuita hoy mismo en happify.com/Cigna.**

Contigo paso a paso.®



Ofrecido por Cigna Health and Life Insurance Company o sus afiliadas.



***NO SE NECESITA NINGÚN TIPO DE COMPRA O PAGO PARA PARTICIPAR O GANAR. HACER UNA COMPRA NO AUMENTARÁ SUS PROBABILIDADES DE GANAR. SIN VALIDEZ EN LOS LUGARES DONDE ESTÉ PROHIBIDO POR LEY. ES POSIBLE QUE SE APLIQUEN RESTRICCIONES.** Patrocinador: Happify, Inc. 821 Broadway, 5th Floor, New York, NY 10003. Para conocer las Reglas oficiales, visite www.cigna.happify.com/happify-sweepstakes-official-rules.

** La descarga y el uso de la aplicación móvil Happify están sujetos a los términos y las condiciones de la aplicación y la tienda en línea desde la cual se descargue. Se aplican cargos estándares de telefonía celular y uso de datos. El sitio web y la aplicación móvil Happify tienen fines educativos únicamente. No proporcionan asesoramiento médico personalizado de ninguna manera. No constituyen asesoramiento médico y no sustituyen una atención sanitaria adecuada proporcionada por un médico. No utilice la información de la aplicación ni del sitio web como herramienta para realizar un autodiagnóstico. Consulte siempre a su médico para que le haga las recomendaciones apropiadas de exámenes, tratamientos, pruebas y servicios de cuidado de la salud. Happify, Inc. es una compañía independiente y es exclusivamente responsable por sus productos y servicios. Cigna no realiza manifestación alguna ni otorga ninguna garantía con respecto a la calidad o exactitud de la información proporcionada en el sitio web o la aplicación móvil Happify. Cigna no asume responsabilidad alguna ni será responsable por ninguna circunstancia que surja a raíz del uso o el uso indebido de dichos productos.

La disponibilidad de los productos puede variar según la ubicación y el tipo de plan, y está sujeta a cambios. Todas las pólizas de seguro de salud colectivo y los planes de beneficios de salud tienen exclusiones y limitaciones. Para conocer los costos y los detalles de la cobertura, consulte los documentos de su plan.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company (CHLIC), Cigna Behavioral Health, Inc. y HMO subsidiarias o compañías de servicios subsidiarias de Cigna Health Corporation, incluidas Cigna HealthCare of Arizona, Inc., Cigna HealthCare of California, Inc., Cigna HealthCare of Colorado, Inc., Cigna HealthCare of Connecticut, Inc., Cigna HealthCare of Florida, Inc., Cigna HealthCare of Georgia, Inc., Cigna HealthCare of Illinois, Inc., Cigna HealthCare of Indiana, Inc., Cigna HealthCare of St. Louis, Inc., Cigna HealthCare of North Carolina, Inc., Cigna HealthCare of New Jersey, Inc., Cigna HealthCare of South Carolina, Inc., Cigna HealthCare of Tennessee, Inc. (CHC-TN) y Cigna HealthCare of Texas, Inc. Formularios de pólizas: OK: HP-APP-1 y otras; OR: HP-POL38 02-13; TN: HP-POL43/HC-CER1V1 y otras (CHLIC); GSA-COVER y otras (CHC-TN). El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc.