BAKKAVÖR

AVIVA Workplace

அவீவா டிஜிகேருக்கான வழிகாட்டி

பக்காவோர் சக ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களுக்கு இலவச உடல்நலஉடல்நலப் பராமரிப்பு சலுகை.



அறிமுகம்

உங்களுக்கு கிடைக்கும் நன்மைகள் தொகுப்பின் ஒரு பகுதியாக, பக்காவோர் இப்போது அனைத்து சக ஊழியர்களுக்கும் கிடைக்கும் ஒரு அருமையான, இலவச உடல்நல சலுகையை உங்களுக்கு வழங்குகிறது .

உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் வழங்கப்படும் சேவைகளைப் பற்றி நீங்கள் நன்கு புரிந்துகொள்ளும் வகையில் இந்தத் தகவல்கள் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்த சிற்றேடில் உள்ளவை:

- வழங்கப்படும் சேவைகள் பக்கம் 3
- இந்த நன்மையைப் பயன்படுத்த எவ்வாறு அணுகுவது மற்றும் பதிவு செய்வது பக்கம் 4
- அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள் (FAQகள்) பக்கம் 5
- நமது சக ஊழியரின் சான்றுகள் பக்கம் 6

இந்த நன்மை உங்கள் சொந்த மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தின் ஆரோக்கியத்தை சிறப்பாக நிர்வகிக்க தேவையான கருவிகளை உங்களுக்கு வழங்கும் என்று நாங்கள் நம்புகிறோம்.



அவீவா டிஜிகேரால் உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் என்ன வழங்க முடியும்

உங்களுக்கு வழங்கப்படும் வருடாந்திர சேவைகள்:

1. **வீட்டு உடல்நல சோதனையில் உள்ளசோதனைகள்:**

- புரத ஆரோ
- சிறுநீரக ஆரோக்கியம்
- எலும்பு ஆரோக்கியம்
- கொழுப்பு
- கல்லீரல் ஆரோக்கியம்
- கீல்வாத ஆபத்து
- நீரிழிவு ஆபத்து

மேலும் ஒரு பின்தொடர்தல் *GP* அதாவது பொது மருத்துவருடன் ஆலோசனை

2. *3* **டிஜிட்டல் *GP* சந்திப்புகளுக்கான அணுகல்**



3. *3* **மனநல ஆலோசனைகளுக்கான மற்றும் நல்வாழ்வு உள்ளடக்கத்திற்கான அணுகல்**



4. *6* **ஊட்டச்சத்து நிபுணர் சந்திப்புகளுக்கான அணுகல்.**



மேற்கண்ட சேவைகளைப் பயன்படுத்த (வீட்டு உடல்நல சோதனையைத் தவிர) உங்கள் முகவரியில் வசிக்கும் உங்களைச் சார்ந்திருக்கும் *2* பேரை நீங்கள் சேர்க்கலாம்.

இந்த வருடாந்திர சேவைகளுக்கான படித்தொகைகள் உங்களுக்கும் உங்களைச் சார்ந்தவர்களுக்கும் இடையில் பகிர்ந்து கொள்ளப்படுகின்றன என்பதை கவனிக்கவும்.



பதிவு செய்வது எப்படி என்பது குறித்த வழிகாட்டி

Aviva DigiCare இல் பதிவு செய்ய கீழே தரப்பட்டுள்ள படிப்படியான வழிகாட்டியைப் படிக்கவும்.

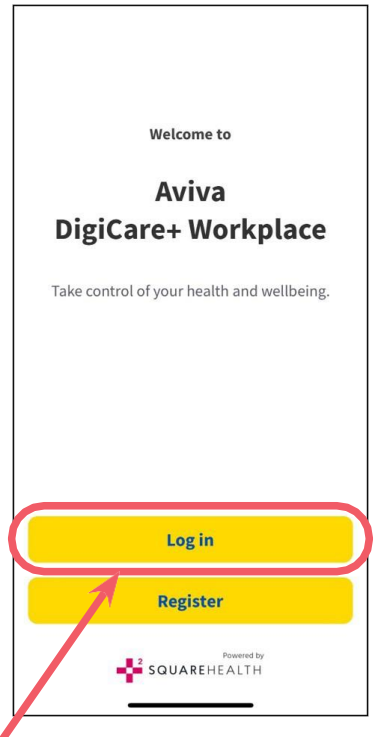
1. இந்தச் சேவையை அணுக, நீங்கள் MyReward-க்குப் பதிவு செய்துள்ளீர்கள் என்பதை உறுதிசெய்ய வேண்டும். MyReward கணக்கிற்குப் பதிவு செய்ய (வாராந்திர ஊதியம் பெறும் சக ஊழியர்களுக்கு), QR குறியீடை (வலதில் உள்ளது). ஸ்கேன் செய்யவும் நீங்கள் மாதாந்திர ஊதியம் பெற்று, MyReward கணக்கை அணுக முடியாவிட்டால், வெகுமதி குழுவை reward.benefits@bakkavor.com. மூலம் தொடர்பு கொள்ளவும்:

2. நீங்கள் MyReward-க்குப் பதிவு செய்ததும், நீங்கள் பதிவு செய்யப் பயன்படுத்திய மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு **no-reply@squarehealth.com** இலிருந்து ஒரு மின்னஞ்சல் அனுப்பப்படும்.

3. இந்த மின்னஞ்சல் கிடைத்ததும், வழிமுறைகளைப் பின்பற்றி 'மின்னஞ்சலைச் சரிபார்க்கவும்' என்ற இணைப்பைக் கிளிக் செய்யவும். இதிலிருந்து உங்கள் மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு ஒரு தற்காலிக கடவுச்சொல் அனுப்பப்படும்:

4. Aviva DigiCare+ Workplace செயலியை ஆப் அல்லது கூகிள் பிளே ஸ்டோரிலிருந்து பதிவிறக்கவும் (பதிவு மின்னஞ்சலிலும் இணைப்புகள் வழங்கப்பட்டுள்ளன).

5. செயலி பதிவிறக்கம் செய்யப்பட்டவுடன், 'உள்நுழை' என்பதைத் தேர்ந்தெடுத்து உங்கள் மின்னஞ்சலை பயனர் பெயராக உள்ளிடவும் மற்றும் கடவுச்சொல் புலத்தில் உங்களுக்கு அனுப்பப்பட்ட தற்காலிக கடவுச்சொல்லை உள்ளிடவும்.



அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

இந்த சேவையைப் பயன்படுத்துவது குறித்து உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகள் இருந்தால், கீழே உள்ள எங்கள் "அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகளைப்" படிக்கவும்.
கீழே உள்ள எதுவும் உங்கள் கேள்விக்கு பதிலளிக்கவில்லை என்றால், reward.benefits@bakkavor.com என்ற மின்னஞ்சல் முகவரியை தொடர்பு கொள்ளவும்.

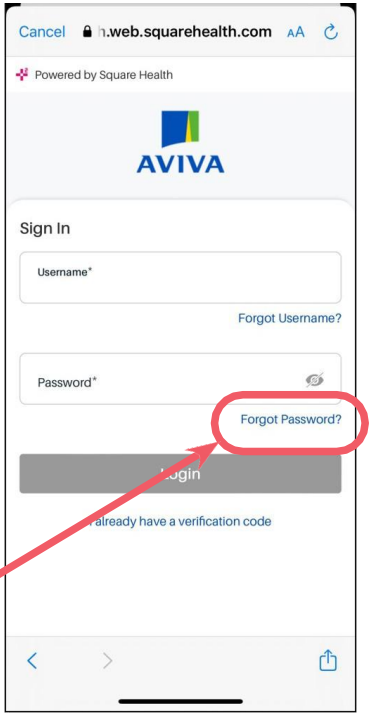
Q. இந்த நன்மையைப் பயன்படுத்த யார் தகுதியுடையவர்கள்?
A. அனைத்து பக்காவோர் ஊழியர்களும்.

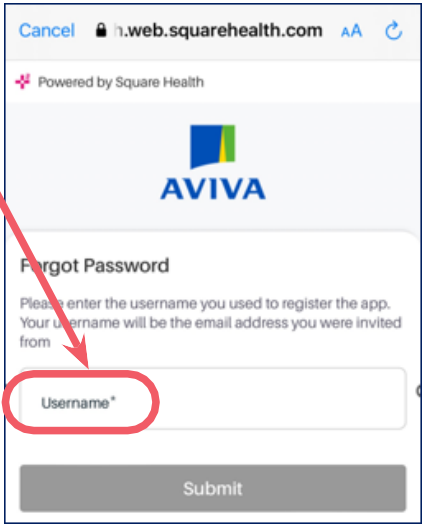
Q. இந்த சேவை இலவசமானதா?
A. இந்த சேவை அனைத்து சக ஊழியர்களுக்கும் முற்றிலும் இலவசம். GP சேவைகளைப் பயன்படுத்துவதன் விளைவாக உங்களுக்கு வழங்கப்படும் மருந்துச் சீட்டுகளுக்கு மட்டுமே நீங்கள் பணம் செலுத்த வேண்டியிருக்கும் .

Q. பதிவு மின்னஞ்சலுக்குள் 'உங்கள் மின்னஞ்சலைச் சரிபார்க்கவும்' இணைப்பு காலாவதியாகிவிட்டால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும் ?
A. செயலியை பதிவிறக்கி, 'உள்நுழை' என்பதை தேர்ந்தெடுத்து 'கடவுச்சொல் மறந்துவிட்டதா' என்ற இணைப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து, பயனர்பெயர் புலத்தில் உங்கள் மின்னஞ்சல் முகவரியை உள்ளிடவும். இது உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீட்டமைத்து உங்கள் கணக்கில் உள்நுழைவதற்கான இணைப்பை உங்கள் மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு அனுப்பும்.

Q. இந்தசேவையை அணுகுவதற்கு முன்பு நான் ஏன் *MyReward* ஐப் பயன்படுத்த பதிவு செய்ய வேண்டும்?
A. இதனால் Aviva DigiCare ஐப் பயன்படுத்துவதற்கான ஆரம்ப பதிவு மின்னஞ்சலை உங்களுக்கு அனுப்புவதற்காக, *MyReward* இல் பதிவு செய்ய நீங்கள் பயன்படுத்திய அதே மின்னஞ்சல் முகவரியை நாங்கள் பயன்படுத்த முடியும்.

Q. இந்த சேவைகளைப் பயன்படுத்த நான் ஒரு NHS GP அதாவது பொது மருத்துவரிடம் பதிவு செய்ய வேண்டுமா ?
A. இல்லை, நீங்கள் இந்த சேவைகளைப் பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு ஒரு NHS பொது மருத்துவரிடம் பதிவு செய்வது பரிந்துரைக்கப்பட்டாலும் , அது கட்டாயமில்லை.





நமது சக ஊழியரின் கருத்து!



"நான் பல்வேறு தோல் பிரச்சினைகளை அனுபவித்து வருவதால் இரண்டு முறை என் NHS மருத்துவரிடம் சென்றேன், இரண்டு மாத காலப்பகுதியில் எனக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்ட மூன்று வெவ்வேறு நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகள் என்னை முற்றிலும் மோசமாகிவிட்டதால், நான் விரக்தியடைந்து, மருந்துச் சீட்டு இல்லாமல் எனக்கு உதவக்கூடிய மருந்துகளைப் பெற முடியுமா என்று பார்க்க ஒரு மருந்தகத்திற்குச் சென்றேன். அவர்கள் என்னை மீண்டும் மருத்துவரிடம் செல்லுமாறு அறிவுறுத்தினர். என் மருத்துவரை சந்திக்க எந்த முன்பதிவும் கிடைக்காததால், மறுநாள் மீண்டும் முயற்சிக்கச் சொன்னார்கள். என் மேலாளர் அவீவா டிஜிகேரை முயற்சிக்குமாறு அறிவுறுத்தனதால், நானும் பதிவுசெய்தேன், ஒரு மணி நேரத்திற்குள் ஒரு மருத்துவரிடம் சந்திப்பு நேரம் கிடைத்து , அவர் உடனடியாக என்னை ஒரு நிபுணரிடம் பரிந்துரைத்தார்.

இந்த சேவைக்கு மிக்க நன்றி, இதை எந்தளவுக்கு நான் பரிந்துரைத்தாலும் அது போதாது!"

ஷோனா ரீட் - நேவார்க்கில் மனிதவள அசோசியேட்



"இந்த செயலியை அமைப்பது விரைவாகவும் எளிதாகவும் இருந்தது. நான் இரத்த பரிசோதனையை முடித்து 48 மணி நேரத்தில் பெற்ற அறிக்கையில்,. என்னுடைய கொழுப்பு அளவு எல்லைக்கோட்டுக்கு அருகில் இருந்தது , அதனால் அதை கட்டுக்குள் கொண்டுவர நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ள நான் ஒரு உடல்நல பரிசோதனை ஆலோசனையை மேற்கொண்டேன். இது அனைத்து சக ஊழியர்களுக்கும் வாழ்க்கையை மாற்றும் ஒரு நன்மையாக இருக்கும் என்று நான் நினைக்கிறேன்."

கிரிராஜ் படேல் - பக்காவோர் பீட்சா ஹாரோவில் டீம் லீடர்

“செயலியை பதிவிறக்கம் செய்து பதிவு செய்யும் செயல்முறை மிகவும் விரைவானது மற்றும் எளிமையானது. இந்த செயலி மூலம், சந்திப்புகளை முன்பதிவு செய்வதிலிருந்து, உங்கள் உடல்நல அறிக்கையைப் பெறுவது வரை, அனைத்தையும் எளிதாகச் செய்யமுடியும். நான் உடனடியாக எனது உடல்நலப் பரிசோதனைக்காக முன்பதிவு செய்தேன், அது 2 நாட்களுக்குள் எனக்குக் கிடைத்தது. சோதனைக் கிட்டிலேயே முழுமையான வழிமுறைகள் இருந்தன. வழிமுறைகளை முழுமையாகப் பின்பற்றுவது தான் நான் கூறும் ஒரு முக்கிய குறிப்பு. கிட்டை திரும்ப அனுப்பிய சில நாட்களுக்குள் எனக்கு முடிவுகள் கிடைத்தன. இது ஒரு விரிவான மற்றும் எல்லாவற்றையும் உங்களுக்கு விளக்கும் அறிக்கையாக இருந்தது, மற்றும் இதைத் தொடர்ந்து உங்கள் முடிவுகளை விளக்க ஆலோசனை பெறலாம். ஒரு ஊட்டச்சத்து நிபுணருடனான சந்திப்பிலிருந்தும் நான் பயனடைந்தது நான் என் நேரத்தை வீணாக்கவில்லை என்பதை உணர வைத்தது.

இந்த செயலியை அனைவரும் முயற்சிக்குமாறு நான் பரிந்துரைக்கிறேன். இது மன அமைதியை வழங்கும்.”



சாரா ஸ்ட்ருட்விக் - பொறியியல் கையிருப்பு கட்டுப்பாட்டாளர் மற்றும் வசதிகளுக்கான நிர்வாகி



பக்காவோர் க்ரூப் plc.

ஃபிட்ஸ்ராய் பிளேஸ்,
5வது மாடி 8 மோர்டிமர்
தெரு, லண்டன், W1T 3JJ

www.bakkavor.com

இந்த அவிவா டிஜிகேர் சிற்றேடு தயாரிப்புக்கும் ,
அதில் உள்ள உள்ளடக்கத்தின் எதிர்கால
புதுப்பிப்புகளுக்கும் மனித வளத் துறையே
பொறுப்பாகும்.

இந்த சிற்றேடு நவம்பர் 2024 இல் வெளியிடப்பட்டது.