Transcription

Bonjour, je m'appelle Elizabeth et je suis infirmière autorisée; j'exerce actuellement de façon occasionnelle à temps partiel. Mais j'ai travaillé à temps plein en milieu hospitalier pendant environ 42 ans. Je suis aussi une grande adepte de jardinage. C'est ma passion. J'adore avoir les mains dans la terre. Je m'épanouis au grand air, et c'est bon pour ma santé et mon bien-être.

C'est mon conseiller qui m'a fait souscrire à l'assurance vie Manuvie. Il m'a dit que la compagnie offre le programme Manuvie *Vitalité Plus* qui aide à rester en santé. L'idée m'a plu.

Je participe au programme Manuvie *Vitalité* depuis trois ans, et j'ai maintenu le niveau Platine pendant ces trois années. Je trouve que les récompenses sont très motivantes. Pour moi, c'est facile d'accumuler des points, car je suis déjà active. Ça correspond à mon mode de vie.

Atteindre le niveau Platine me permet d'obtenir une réduction sur mes primes d'assurance vie, et c'est une grande motivation pour moi.

Je fais beaucoup de pas chaque jour. J'aime ça! Quand on vieillit, les gens s'attendent à ce qu'on accepte de voir nos capacités diminuer, mais ce n'est pas mon cas. Je veux rester en forme et en bonne santé.

J'ai 70 ans passés, et depuis que j'ai commencé le programme Manuvie *Vitalité Plus*, j'ai plus d'énergie. Je dors mieux. Je me sens tout simplement mieux. Je dois rester autonome parce que je vieillis. Mener une vie active et bouger, c'est vraiment bénéfique quand on prend de l'âge. On gagne en force.

En tant qu'infirmière, j'en ai vu, des gens qui ne sont pas en bonne santé. C'est pour ça que j'aime autant le programme : ça m'aide à rester en bonne santé. Quand on investit dans notre santé, on y gagne vraiment. En dehors du travail, je pratique également le tir à l'arc, et je souhaite continuer à pratiquer toutes ces activités aussi longtemps que possible, et rester active.

On ne regrette jamais d'avoir investi dans sa santé. Pour ma part, j'ai investi dans le programme Manuvie *Vitalité Plus*, et je suis heureuse des résultats; j'espère continuer dans cette bonne direction.

INTERNAL