METTEZ VOS PRESTATIONS

de santé de l'ASEBP à votre service

AMÉLIORER VOTRE SANTÉ ET VOTRE BIEN-ÊTRE PHYSIQUE

QUE CHOISIR?
Physiothérapie, chiropractie, massage ou acupuncture

PHYSIOTHÉRAPIE

TRAITEMENT : Peut inclure des exercices prescrits, des ajustements corporels manuels, des ultrasons thérapeutiques, une stimulation musculaire électrique, et plus encore.

VISITE TYPIQUE : 30 à 60 minutes

Les physiothérapeutes ne se limitent pas au traitement des blessures graves. Ces experts de la santé font appel à une variété de traitements pour rétablir et maintenir une fonction corporelle et une qualité de vie optimales.

CHIROPRATICIEN

TRAITEMENT : En général, une combinaison d'ajustements manuels de la colonne vertébrale, de massages locaux, de thérapie chiropratique au laser et d'exercices recommandés.

VISITE TYPIQUE : 15 à 45 minutes

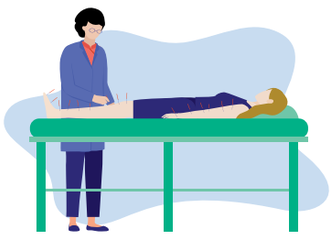
Les chiropraticiens sont des spécialistes de l'appareil locomoteur qui identifient les symptômes et proposent des traitements pratiques et non médicamenteux pour atténuer la douleur, rétablir la mobilité et prévenir les récidives.

MASSOTHÉRAPIE

TRAITEMENT : Une combinaison du massage manuel avec les mains, les coudes ou les outils de massage clinique.

VISITE TYPIQUE : 30 à 90 minutes

Les massothérapeutes autorisés identifient les problèmes musculaires et articulaires et proposent des traitements au moyen de techniques manuelles et de recommandations d'exercices.



ACUPUNCTURE

TRAITEMENT : Comprend la stimulation de points thérapeutiques pour la protection de la santé et le traitement.

VISITE TYPIQUE : 45 à 60 minutes

Les acupuncteurs emploient une variété d'outils thérapeutiques inspirés de la médecine traditionnelle chinoise pour promouvoir le bien-être général et aider à traiter une série de conditions physiques.

VOTRE PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS ET AUX FAMILLES (PAEF)

Connectez-vous à un professionnel de la santé agréé, au moyen du PAEF, pour obtenir des conseils confidentiels sur un mode de vie sain, la cessation du tabagisme, la gestion d'un problème de santé, et bien plus encore. Visitez **wellness.asebp.ca/efap** pour de plus amples informations.

Pour toute question concernant votre couverture par l'ASEBP, veuillez nous appeler au 1-877-431-4786 ou envoyer un courriel à benefits@asebp.ca. Vous trouverez plus de détails à **asebp.ca/my-benefits**

asebp
ALBERTA SCHOOL EMPLOYEE BENEFIT PLAN