

# myStep. Indemnisation pour les pas effectués. La récompense de votre activité physique.

myStep, une offre liée au portail login client myCSS, encourage à pratiquer davantage d'activité physique grâce à un podomètre électronique et stimule ainsi la joie d'être en bonne santé. Le nombre de pas relevé est synchronisé dans le portail myCSS avec le compte myStep. L'utilisateur peut ensuite voir ces données. N'oublions pas que chaque pas compte. En effet, les objectifs atteints en termes de pas sont indemnisés dans le compte «santé».

## Collecter les pas

Tous les assurés possédant un compte «santé» qui participent à myStep bénéficient de l'indemnisation pour les pas effectués dans le cadre de myStep. Ainsi, le nombre de pas peut être automatiquement transmis.

Pour chaque jour au cours duquel 10 000 pas et plus sont comptabilisés sur le compte personnel myStep, CHF 0.40 sont crédités. Entre 7500 et 9999 pas par jour, CHF 0.20 sont crédités.

Par année civile, il est possible d'atteindre au maximum une indemnisation de CHF 146 (365 jours à CHF 0.40).

## Recevoir les contributions pour les pas effectués

La condition pour un versement est l'avoir disponible sur le compte «santé» au moment du décompte (domaine de l'offre «Fitness»). Vous trouverez de plus amples informations à propos du compte «santé» sur [www.css.ch/comptesante](http://www.css.ch/comptesante).

Pour les assurés enregistrés sur myCSS qui ont choisi de recevoir les documents ainsi que les décomptes de prestations sous forme électronique (mode d'envoi «portail»), le versement lié au nombre de pas se fait sur une base mensuelle (premier paiement en septembre 2016). Les assurés qui ont choisi le mode d'envoi «poste» (envoi des documents aussi sous forme papier) reçoivent les versements sur une base semestrielle (premier paiement en janvier 2017).

## Choisir son podomètre

Les fabricants de podomètres compatibles pour myStep figurent sur [www.css.ch/mystep](http://www.css.ch/mystep). La condition nécessaire à la synchronisation du nombre de pas avec myStep est la création d'un compte auprès du fabricant.

## Avantages de myStep

- Indemnisation pour les pas effectués chaque jour
- Informations transparentes et actuelles sur les données concernant les pas dans l'aperçu myStep
- Manipulation facile, synchronisation des pas automatique
- Inscription et désinscription de myStep possibles à tout moment et sans frais

## Une plus-value agréable

Les assurés bénéficiant d'un bonus du compte «santé» reçoivent, toutes les trois années civiles assurées, un bon de CHF 50 pour l'achat de leur podomètre. La bonification se fait lors de la première synchronisation du nombre de pas pendant l'année civile en question.



### Informations:

Hotline de myCSS: 0844 277 397\*

Du lundi au vendredi de 8h00 à 18h00

[mysupport@css.ch](mailto:mysupport@css.ch)

[www.css.ch/mystep](http://www.css.ch/mystep)

\*Frais de téléphone selon prestataire

# myStep. Inscription et déroulement.

Bienvenue sur myStep: rien de plus simple.

## Inscription et synchronisation

<b>Etape 1</b>	Procurez-vous un podomètre compatible. Créez un compte auprès du fabricant du podomètre que vous aurez choisi (si ce n'est pas déjà le cas)
<b>Etape 2</b>	Enregistrez-vous dans le portail login client myCSS (my.css.ch) comme utilisateur (si ce n'est pas déjà le cas)
<b>Etape 3</b>	Inscrivez-vous sur myCSS pour myStep et lancez la synchronisation automatique de votre podomètre entre le compte du fabricant et le compte myStep
<b>Etape 4</b>	Le compte du fabricant est ensuite relié au compte myStep
<b>Etape 5</b>	Une fois que le podomètre a été relié avec succès, les données concernant le nombre de pas sont automatiquement synchronisées avec le compte myStep et affichées dans l'aperçu myStep. Seules les données concernant le nombre de pas que l'utilisateur a synchronisées avec le portail du fabricant sont transmises au compte myStep

## Fonctionnement et décompte

Le nombre de pas synchronisé qui a été enregistré jusqu'à trois mois avant la période de décompte (mensuelle ou semestrielle) est pris en compte.

Etant donné que la durée de la mémoire du podomètre diverge d'un fabricant à l'autre, nous recommandons une synchronisation régulière avec le compte du fabricant.

myStep fonctionne également à l'étranger. Si le nombre de pas effectués à l'étranger n'a pas pu être synchronisé (p. ex. à cause de l'absence de WLAN), la synchronisation se fait automatiquement, également avec effet rétroactif, dès qu'une synchronisation entre le compte du fabricant et le compte myStep est effectuée pour le podomètre en question.

Les données myStep actuelles, telles que le nombre de pas ou le droit à une indemnisation pour les pas effectués, sont visibles à tout moment sur le compte myStep.

## Désinscription

myStep contribue judicieusement au maintien de votre bonne santé. Toutefois, une désinscription est possible à tout moment. Après la désinscription, plus aucune donnée relative aux pas ne sera transmise à myCSS.

## Protection des données

Le nombre de pas est utilisé pour la représentation dans l'aperçu personnel myStep, pour calculer l'indemnisation pour les pas effectués et à des fins de marketing. Les données peuvent par ailleurs être utilisées par la CSS à l'interne pour concevoir une offre. Elles ne sont en aucun cas transmises à des tiers.

## Problèmes techniques?

Si l'inscription à myStep ne fonctionne pas, la hotline de myCSS vous vient en aide. S'il s'agit de problèmes techniques relatifs au compte du fabricant lors de l'installation du podomètre, il convient de s'adresser à la hotline du fabricant. Il en va de même pour des questions techniques concernant le podomètre et le compte du fabricant de manière générale.

Les conditions de participation déterminantes se trouvent sur myStep dans le portail login client myCSS.