



Live Healthier, Longer, Better Lives

**มุ่งสนับสนุนให้คนไทยมี สุขภาพแข็งแรง
มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีอายุยืนยาว**

AIA Vitality



**THE REAL LIFE
COMPANY**

เอไอเอ ไวท์ลิสต์ ในองค์กรคืออะไร?

โครงการดูแลสุขภาพที่สนับสนุนและให้รางวัลพนักงาน
เพื่อส่งเสริมให้พนักงานมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น

เพราะสุขภาพของพนักงานเป็นกุญแจสำคัญของความสำเร็จขององค์กร

สิทธิพิเศษจากพันธมิตรมากมาย เพื่อส่งเสริมให้คุณมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น

ข้อมูล ณ วันที่ 18 พฤษภาคม 2559

เครื่องมือและแอปพลิเคชันเพื่อสุขภาพ





 เบบ์ออนไลน์





 อายุเฉลี่ยทำนายเพื่อสุขภาพ AIA Vitality แอปพลิเคชัน

ตรวจสุขภาพ


 ส่วนลดสูงสุด 50%^{1,2}
 ตรวจสุขภาพ
 ตรวจสุขภาพพื้นฐาน ลด 10%
 ตรวจพิเศษ ลด 10%




 สมิติเวช PHYATHAI




 BNH HOSPITAL Paolo


 WS
 บูเนสฟิตเนส Fitness Explorer

ประกัน


 ส่วนลดเบี้ยประกันสูงสุด 25%⁴



ไลฟ์สไตล์


 รับสิทธิ์ซื้อตั๋วหนัง 100 บาท (4 ใบ / สัปดาห์)


 ส่วนลด 20%


 ส่วนลดสูงสุด 20%


 ส่วนลด 25%

การออกกำลังกาย


 ส่วนลดสูงสุด 50%


 ส่วนลดสูงสุด 35%


 ส่วนลด 30% e-voucher³
 authorized retailer of NIKE

อุปกรณ์เพื่อสุขภาพ


 ส่วนลดสูงสุด 20%


 ส่วนลด 25%

อาหารเพื่อสุขภาพ



 ส่วนลด 15%^{on top}
 อาหารเพื่อสุขภาพ


 บริษัทประกันภัยชั้นนำ^{1,2}
 เพียง 200 บาท




 สมิติเวช BNH HOSPITAL

ท่องเที่ยว


 ส่วนลดสูงสุด 50%⁴

เงื่อนไขของส่วนลดและการันประกันอาจมีเงื่อนไขตามที่กำหนดของบริษัท
 1. เฉพาะผู้ถือบัตรสมาชิก AIA Vitality.co.th
 2. ราคาเป็นไปตามอัตราค่ารักษาพยาบาลที่ประกาศใช้ ณ วันที่
 3. เฉพาะบัตรสมาชิก AIA Vitality 30% ส่วน e-voucher ไม่ได้รับส่วนลด
 4. สิทธิประโยชน์ ขึ้นอยู่กับประเภทของบัตรสมาชิก

สิทธิประโยชน์ของ
สมาชิก เอไอเอ ไลฟ์ลิตี

เรียกความเฟิร์ม เพิ่มความฟิต

F fitness first

ส่วนลดสูงสุด

50%

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

โยคะ ดีทั้งกายและใจ

U ABSOLUTE YOGA

ส่วนลดสูงสุด

35%

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

fitbit

GARMIN

JAW BONE

ส่วนลดสูงสุด

25%

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

เทคนิคเลือกซื้อ รองเท้ากีฬา

เลือกซื้อรองเท้า ช่วงเย็น

เลือกรุ่นที่เหมาะสมกับรูปทรงเท้า

สมัคร AIA Vitality รับส่วนลด พลิกทันใจที่ **30%**

AIA Vitality

แสดงบัตรสมาชิก AIA Vitality

เมื่อซื้อผัก - ผลไม้สด และนมพาสเจอร์ไรส์สูตรพร้อมมันเนย ที่ร่วมรายการ

รับส่วนลดทันที **15%**

พร้อมรับ 1 คะแนน จากยอดซื้อทุกๆ 5 บาท ก่อนที่ส่วนลด

* ส่วนลดสูงสุด 200 บาทต่อเดือน และรับคะแนนต่อเดือน 400 คะแนนต่อเดือน

วันที่ - 31 ธ.ค. 2561

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

รู้จักสุขภาพมากขึ้น ประหยัดค่าใช้จ่ายกับ เอไอเอ ไลฟ์สไตล์

ตรวจสุขภาพ

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จุฬาลงกรณ์ โรงพยาบาล

ส่วนลดสูงสุด 50%

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

ใช้ชีวิตทุกวันแบบ เอไอเอ ไลฟ์สไตล์

เฉพาะพลีชีพลับกับสิทธิประโยชน์

100฿

ทุกห้อง ทุกแถว (4 ใบ/สัปดาห์)

MAJOR

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

สร้างแรงบันดาลใจใหม่

บินไปกับ เอไอเอ ไลฟ์สไตล์

Air Asia

ส่วนลดสูงสุด

50%

#AIAVitalityTH

AIA Vitality

aiavitality.co.th | call center 1581



สิทธิประโยชน์ Fitness First

1. การออกกำลังกาย / Exercise

AIA Vitality เป็นพันธมิตรกับ

ฟิตเนส เฟิร์สท์



< รับคะแนนวันละ 100 >

รับส่วนลดสูงสุด **50%**

โดยรับส่วนลดค่าสมาชิกรายเดือน 20% และรับ cash back 30%

กรณีสมาชิกออกกำลังกายอย่างน้อย 24 ครั้งในแต่ละไตรมาสปฏิทิน



+ ทำการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย (Fitness Explorer Test) ฟรี!!

(จองผ่าน Website ของ AIA Vitality)

< 750/ 1,500 คะแนน โดยทำได้ 2 ครั้งต่อปี = สูงสุด 3,000 คะแนน
ฉะนั้นควรทำครั้งแรก ภายใน 6 เดือนแรก!! >

FIT & FUN

- คลับ 39
- เฟลทตินัม แลนด์มาร์ค พลาซ่า
- เฟลทตินัม สาทร สแควร์
- เฟลทตินัม คิว เฮาส์ ลุมพินี
- เฟลทตินัม สยาม พารากอน
- เฟลทตินัม เอไอเอ-แคปปิตัล เซ็นเตอร์
- เซ็นทรัลพลาซ่า บางนา
- เซ็นทรัลพลาซ่า แจ๊วฒนะ
- เซ็นทรัลพลาซ่า ชลบุรี
- เซ็นทรัลพลาซ่าแกรนด์ พระราม 9
- เซ็นทรัลพลาซ่า ขอนแก่น
- เซ็นทรัลพลาซ่า ปิ่นเกล้า
- เซ็นทรัลพลาซ่า พระราม 3
- เซ็นทรัลพลาซ่า รัตนาธิเบศ
- เซ็นทรัลพลาซ่า อุดรธานี
- เทอร์มินอล 21
- เดอะ โพรเมอนาด
- ฟิวเจอร์ปาร์ค รังสิต
- โฮมโปร เพชรเกษม
- เมกาบางนา
- ซีคอนสแควร์
- เดอะมอลล์ ท่าพระ
- เดอะมอลล์ บางกะปิ
- เดอะมอลล์ บางแค
- เดอะมอลล์ โคราซ
- เดอะมอลล์ งามวงศ์วาน
- เดอะคริสตัล เอสบี ราชพฤกษ์
- เดอะ คริสตัล รามอินทรา



สิทธิประโยชน์ และเงื่อนไขการให้บริการของสมาชิกเอไอเอ ไวทัลลิตี้ ที่ **Fitness First**

1. รับส่วนลดค่าสมาชิกรายเดือน 20% (ขั้นต่ำ 12 เดือน)
2. รับ Cash Back เพิ่มอีก 30% ต่อเดือนจาก AIA Vitality เมื่อสมาชิกมาออกกำลังกายอย่างน้อย 24 ครั้งในแต่ละไตรมาสปฏิทิน (ในกรณีสมัครสมาชิก Fitness First ระหว่างไตรมาส Cash Back ที่จะได้รับจะคิดเป็นสัดส่วนตามระยะเวลาในการเป็นสมาชิก Fitness First ในไตรมาสนั้นๆ)
3. รับคะแนน 100 คะแนนทุกครั้งที่สมาชิกมาออกกำลังกาย
4. นัดเพื่อวัดความพร้อมของร่างกาย Fitness Explorer Test 2 ครั้งต่อปี และรับคะแนนสูงสุด 3,000 คะแนนต่อปี

เงื่อนไขอื่น ๆ เป็นไปตามที่บริษัทกำหนด
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ AIA Call Centre 1581 หรือ Fitness First โทร [02-789-9997](tel:02-789-9997)

สิทธิประโยชน์

ABSOLUTE YOU

แฉีกเซอลูทยู

< วันละ 100 คะแนน >

ABSOLUTE
YOU

รับส่วนลดสูงสุด 35%



อัมริน พลาซ่า (เฟลิจิต)

ตึก จี (พระราม 9)

สีลม (อาคารลิเบอร์ตีสแควร์)

อาคารเอกซ์เชนจ์ (สุขุมวิท)

เดอะคอมมอนส์ (ทองหล่อ)

ลาดพร้าว (สำนักงานเซ็นทรัลลาดพร้าว)

คริสตัลปาร์ค (ลาดพร้าว)

บีไฮฟ์ ไลฟ์สไตล์ มอลล์ (ปากเกร็ด)

บีที อเวนิว (ภูเก็ต)

โลม์ไลท์อเวนิว (ภูเก็ต)

แจส เออเบิร์น (สมุทรปราการ)

เซ็นจูรี เดอะมูฟวี่ พลาซ่า (อ่อนนุช)

เดอะเชอเคิล (ราชพฤกษ์)

มาร์เก็ตเพลซ (นางลิ้นจี่)

เงื่อนไขการใช้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

สิทธิประโยชน์ (นาฬิกาเพื่อสุขภาพ)

ซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพ โดยสมาชิก log in ผ่าน www.aiavitality.co.th
 หัวข้อ ดูแลสุขภาพคุณให้ดีขึ้น หัวข้อย่อย อุปกรณ์และแอปพลิเคชันเพื่อสุขภาพ
 คลิก อ่านเพิ่มเติม (ในช่อง Garmin หรือ Fitbit ที่ท่านต้องการซื้อ)

GARMIN.
 รับส่วนลดสูงสุด **20%**



fitbit.
 รับส่วนลดสูงสุด **25%**



เงื่อนไขการใช้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

สิทธิประโยชน์ PlayGround360

เพลย์กราวด์ สามหกศูนย์³
ผู้ค้าปลีกสินค้าไนท์อย่างเป็นทางการ



Authorized Retailer of NIKE

รับสิทธิส่วนลด **30%**
เมื่อซื้อสินค้าไนท์



สยามสแควร์ วัน

- สยามสแควร์ หนึ่ง (ตรงสถานีรถไฟฟ้าสยาม)
- สตเดียม วัน (ถนนบรรทัดทอง)
- เซ็นทรัลเวิร์ล
- เซ็นทรัลพลาซ่า ลาดพร้าว
- เซ็นทรัลพลาซ่า ปิ่นเกล้า
- เซ็นทรัลพลาซ่า ศาลายา
- เซ็นทรัลพลาซ่า เวสต์เกต

(แสดงบัตร **Vitality** ที่ร้านได้เลย!!)



ในรอบปีสมาชิก
รับส่วนลด **3,000 บาท**
ในวงเงิน **10,000 บาท**

เงื่อนไขการใช้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

2. สิทธิประโยชน์ อาหารเพื่อสุขภาพ (Tops)

เซ็นทรัล ฟู้ด ฮอลล์ และเครือข่ายท็อปส์



รับส่วนลด **15%**
เมื่อซื้อผัก ผลไม้สด
และนมพาสเจอร์ไรส์สูตรพร้อมมันเนย

AIA Vitality

aiavitality.co.th
call center 1581

ข้อกำหนดและเงื่อนไข
การที่ท่านได้รับสิทธิประโยชน์จากบัตรสมาชิกเอไอเอ ไลฟ์ลิฟตี
ถือว่าคุณยินยอมรับข้อกำหนดและเงื่อนไขของโครงการ
ท่านสามารถศึกษารายละเอียดข้อกำหนดและเงื่อนไข
ได้ที่ aiavitality.co.th

Barcode

Terms and Conditions
By using this card, you have agreed to the Terms and
Conditions of AIA Vitality. For details of the Terms
and Conditions, please refer to aiavitality.co.th.



< ทุกๆ 5 บาทเก็บได้ 1 คะแนน เก็บได้สูงสุด 400 คะแนนต่อเดือน >

เงื่อนไขการให้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

AIA confidential and proprietary information. Not for distribution.

3. สิทธิประโยชน์ ตรวจสอบสุขภาพ & ฉีดวัคซีน

3.1 ตรวจสอบสุขภาพแบบ AIA Vitality (4 รายการ)

- ดัชนีมวลกาย (BMI)
- ระดับความดัน (Blood Pressure)
- ระดับน้ำตาลกลูโคส (Blood Glucose)
- ระดับคอเลสเตอรอล (Cholesterol level)

แสดงบัตร Vitality ที่รพ. ได้เลย!!



สามารถตรวจได้ตาม
บูธ **Vitality**

< รับ รายการละ 750 คะแนน
หรือ 1,500 คะแนน หากผลตรวจอยู่ในเกณฑ์ดี >

รวมเป็น
6,000 คะแนนสูงสุด

3.2 ตรวจคัดกรองโรค (Advanced Screenings)

- ตรวจสอบสุขภาพฟัน (Dental Assessment)
- ตรวจ HIV
- ตรวจอุจจาระ

<รับ รายการละ 1,000 คะแนน>

รวมเป็น
4,000/5,000 คะแนน
สูงสุด



ชาย

- ตรวจมะเร็งต่อมลูกหมาก (อายุ 50 ปีขึ้นไป)

หญิง

- ตรวจแมมโมแกรม/มะเร็งเต้านม (อายุ 40 ปีขึ้นไป)
- ตรวจมะเร็งปากมดลูก (อายุ 21 ปีขึ้นไป)

3. สิทธิประโยชน์ ตรวจสอบสุขภาพ & ฉีดวัคซีน

3.3 ฉีดวัคซีน (Vaccinations)

<ค่าฉีด รายการละ 1,000 คะแนน>

รวมเป็น 3,000 คะแนนสูงสุด



- ไข้หวัด (Flu)
- ไวรัสตับอักเสบบี (รับคะแนนเพียงครั้งเดียวตลอดอายุสมาชิก) (Hepatitis B)
- ป้องกันมะเร็งปากมดลูก (รับคะแนนเพียงครั้งเดียวตลอดอายุสมาชิก) (HPV)

3.4 พบนักโภชนาการ (Nutrition Consultation)

โทรนัด!!

รวมเป็น 2,000 คะแนนสูงสุด

< รับคำปรึกษานักโภชนาการ ครั้งละ 1,000 คะแนน รับได้ 2 ครั้งต่อปีสมาชิก
ฉะนั้นควรทำครั้งแรก ภายใน 6 เดือนแรก!! >

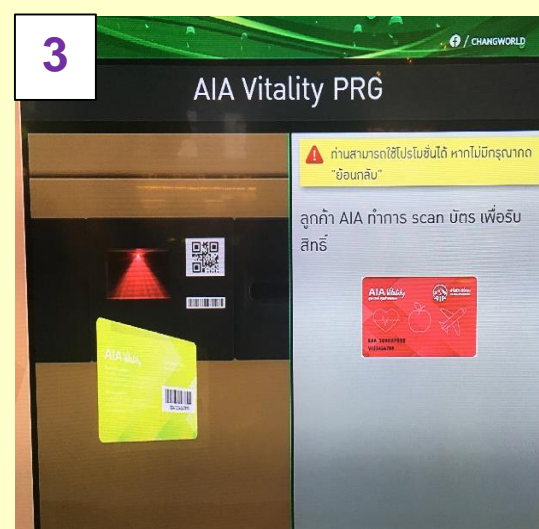
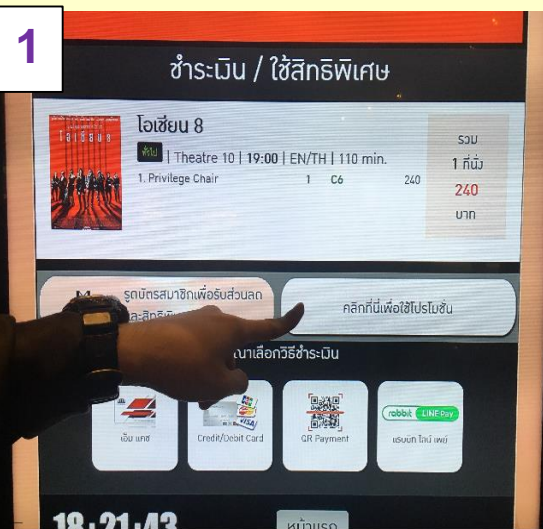
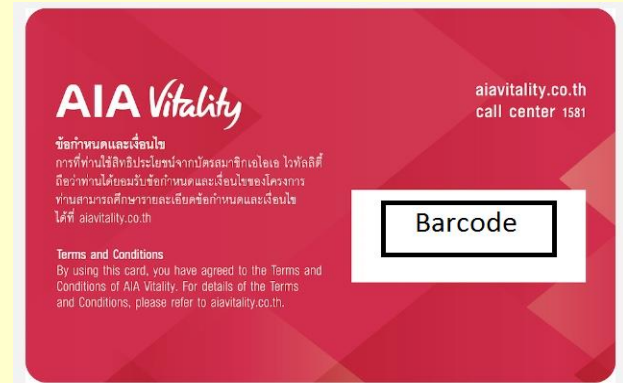
สิทธิประโยชน์อื่นๆ

Rewards

मेजेरชีनिप्लेक्



ซื้อบัตรชมภาพยนตร์ที่โรงภาพยนตร์
ในเครือเมजेรชีนิพ्लेक् ในราคา
100 บาท/ใบ ได้สูงสุด 4/ใบต่อสัปดาห์



(แสดงบัตร AIA Vitality ที่ดูซื้อบัตรชมภาพยนตร์ได้เลย!!)

เงื่อนไขการให้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด
AIA confidential and proprietary information. Not for distribution.

สิทธิประโยชน์อื่นๆ

แอร์เอเชีย⁴

Air Asia

รับส่วนลดสูงสุด 50%



ส่วนลดตัวเครื่องบิน ขึ้นอยู่กับ สถานะเอไอเอ ไท้ลิตี้ ของสมาชิก

สถานะเอไอเอ ไท้ลิตี้	ส่วนลดสมาชิก	ผู้โดยสารที่ร่วมเดินทาง
บรอนซ์	10%	10%
ซิลเวอร์	20%	10%
โกลด์	35%	10%
แพลทตินัม	50%	10%

เงื่อนไขการให้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

AIA confidential and proprietary information. Not for distribution.

แล้ว สมาชิก จะใช้สิทธิประโยชน์ เหล่านี้ได้อย่างไร ?

1st STEP

ต้อง สร้างบัญชีผู้ใช้

Create Account !!

Download Application

“AIA Vitality Thailand”



สำหรับ

iPhone: ไปที่



App Store

สำหรับ

Samsung / Android อื่นๆ: ไปที่



Play Store



สร้างบัญชีผู้ใช้งานระบบสมาชิกเอไอเอ ไลฟ์ลิตี



1. เปิดแอป AIA VITALITY
กด "สร้างบัญชี"



2. กด "ยอมรับ"



3. ระบุเลขบัตรประชาชน วันเกิด
เพศ และกด "ตกลง"



4. สร้างรหัสประจำตัว (อีเมล)
รหัสผ่าน และระบุเบอร์มือถือ

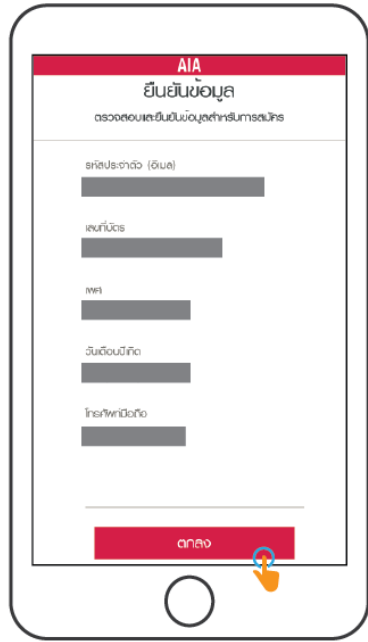
1. ดาวน์โหลด [แอปพลิเคชัน AIA Vitality](#)
กด "สร้างบัญชี" (Create Account)
หรือสร้างบัญชีผ่านเว็บไซต์
www.aiavitality.co.th

หากคุณมีเพียงประกันกลุ่ม กรุณาระบุเลขกรมธรรม์ 10 หลัก
และเลขที่ใบรับรอง ตามที่ปรากฏบนบัตร



4. สร้างบัญชีผู้ใช้งานและรหัสผ่าน
- ชื่อบัญชีผู้ใช้งาน จะต้องเป็น**อีเมล**
 - รหัสผ่านจะต้องมีจำนวนไม่น้อยกว่า 8 ตัวอักษร โดยมีตัวอักษรใหญ่ ตัวอักษรเล็ก และตัวเลข เช่น A123456789a
 - ระบุเบอร์มือถือตามที่เคยแจ้งเอไอเอ
 - กด "ตกลง"

หากเบอร์มือถือไม่ตรงกับฐานข้อมูลของเอไอเอ
กรุณาติดต่อ AIA Call Center 1581 เพื่อดำเนินการเปลี่ยนแปลง จึงจะเริ่มต้นใช้งานบัญชีออนไลน์ได้



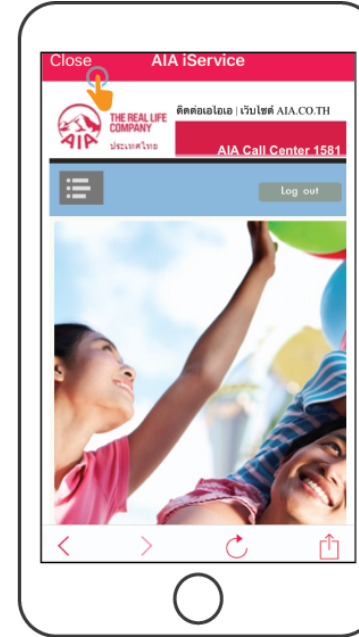
5. ตรวจสอบข้อมูล
ยืนยันความถูกต้อง กด “ตกลง”

5. ตรวจสอบข้อมูลเพื่อยืนยันความถูกต้อง และกด "ตกลง" หรือ "ยกเลิก" เพื่อเปลี่ยนแปลงข้อมูล



6. ยืนยันรหัส OTP ที่ได้รับทาง
SMS และกด “ตกลง”

6. ระบุรหัส OTP (One Time Password) ซึ่งคุณจะได้รับทาง SMS และอีเมลที่ใช้สมัคร จากนั้น ยืนยันการลงทะเบียนโดยกด "ตกลง"



7. กด “Close” มุมบนซ้าย
เพื่อกลับสู่หน้าจออื่น

7. กด "Close" มุมบนซ้ายเพื่อกลับสู่หน้าจออื่น จากนั้นล็อกอินด้วยบัญชีผู้ใช้และรหัสผ่าน

เพียงเท่านี้ คุณก็สามารถใช้งาน แอปพลิเคชัน AIA Vitality และเว็บไซต์ www.aiavitality.co.th รวมถึงระบบข้อมูลลูกค้า AIA iService ด้วยรหัสผู้ใช้งานกับรหัสผ่านเดียวกัน หากพบปัญหาในการลงทะเบียน หรือต้องการเปลี่ยนแปลงข้อมูลส่วนตัว ติดต่อ AIA Call Center 1581 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง



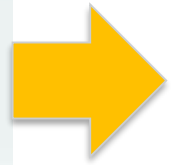
ใส่



USERNAME (ส่วนใหญ่จะเป็น *email*)



PASSWORD



- ด้านบนเป็น **คะแนน & สถานะ**

- **อายุไวทัลลิตี้** ของท่าน (ถ้าทำแล้วไม่ขึ้นทันที ไม่ต้องตกใจ)



- **ประวัติการเก็บคะแนนของเรา**



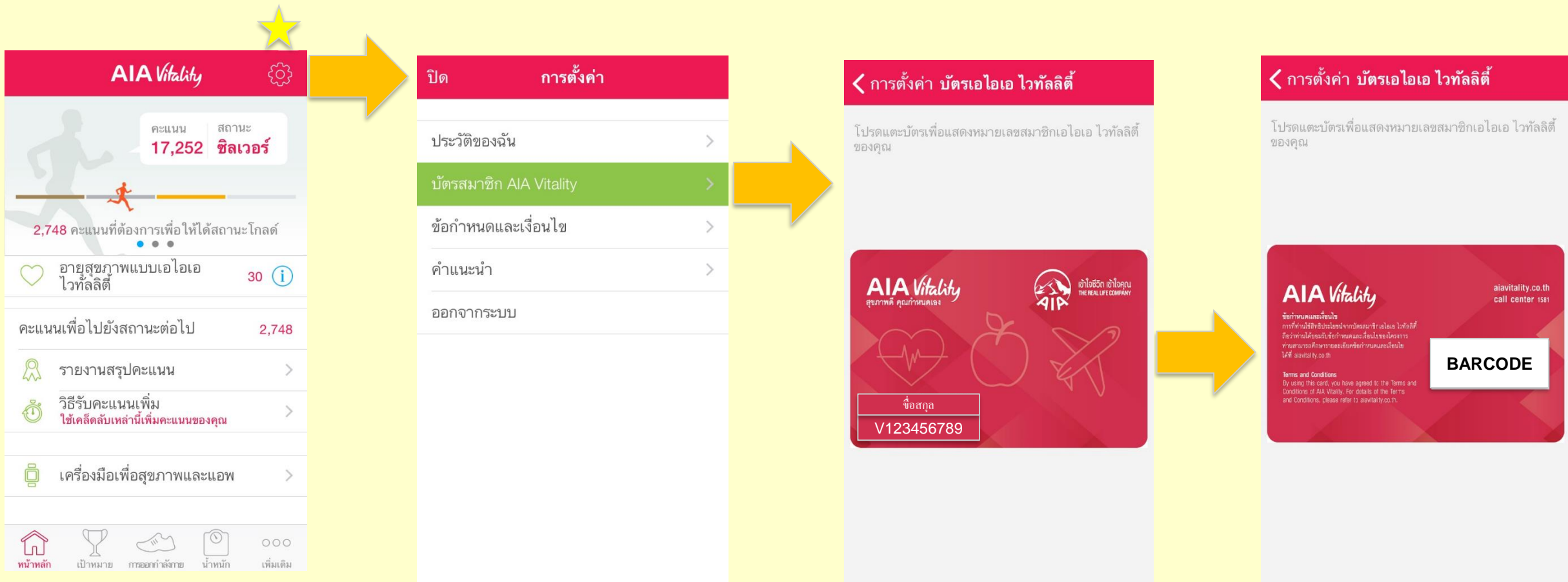
- **เลือกทำกิจกรรมเพื่อรับคะแนนเพิ่ม**



- **เชื่อมต่ออุปกรณ์ / แอปสุขภาพ**

ใช้ บัตรสมาชิก จาก แอปฯ AIA Vitality ในมือถือ ได้เลย!!!





1. มุมขวาบนของหน้าจอมีไอคอน (รูปฟันเฟือง)
2. กดที่ “บัตรสมาชิก AIA Vitality”
3. กดที่ บัตรสมาชิก AIA Vitality เพื่อหมุนหน้าบัตร
4. ใช้ **BARCODE** สแกน



บัตรสมาชิก AIA Vitality

ทั้งบัตรพลาสติกและบัตร e-card:

- ซื้อ ผัก ผลไม้ และ นมสดพาสเจอร์ไรส์สูตรพร้อมมันเนย ที่ **Tops** (15%)
- ซื้อสินค้า **NIKE** จาก **Playground360** (30%)
- ซื้อตั๋วหนังจาก **Major Cineplex** (100 บาท/ใบ 4 ใบ/สัปดาห์)



เงื่อนไขการใช้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

เรามาเริ่ม **เก็บคะแนน** กันเลยดีกว่า !!!

แบบประเมินสุขภาพแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ (1,000 คะแนน)

AIA Vitality

คะแนน 17,252 สถานะ ซิลเวอร์

2,748 คะแนนที่ต้องการเพื่อให้ได้สถานะโกลด์

อายุสุขภาพแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ 30

คะแนนเพื่อไปยังสถานะต่อไป 2,748

รายงานสรุปคะแนน

วิธีรับคะแนนเพิ่ม ใช้เคล็ดลับเหล่านี้เพิ่มคะแนนของคุณ

เครื่องมือเพื่อสุขภาพและแอฟ



หน้าหลัก รับคะแนนมากขึ้น

ดูวิธีทั้งหมดที่คุณสามารถรับคะแนน AIA Vitality ในการทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพ ยิ่งคุณได้คะแนนเพิ่มขึ้นเท่าไร สถานะ AIA Vitality ของคุณและรางวัลที่จะได้รับก็จะสูงขึ้นเท่านั้น

KNOW YOUR HEALTH

- การคัดกรองโรคขั้นสูง คะแนนอาจแตกต่างกัน
- การประเมินสมรรถภาพร่างกายแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ สูงสุด 3,000 คะแนนต่อปี
- การตรวจสุขภาพแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ สูงสุด 6,000 คะแนนต่อปี
- แบบประเมินสุขภาพแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ 1,000 คะแนนต่อปี**
- การประเมินภาวะทางโภชนาการแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ สูงสุด 2,500 คะแนนต่อปี
- การตรวจสุขภาพฟัน 1,000 คะแนนต่อปี



แบบประเมินสุขภาพแบบเอไอเอ...
แบบประเมินสุขภาพแบบเอไอเอ ไวท์ลิตี้ (VHR) เป็นการประเมินออนไลน์เชิงลึกที่จะบอกได้ว่าคุณเป็นอย่างไรเมื่ออิงกับลักษณะการใช้ชีวิตของคุณ รับคะแนนเอไอเอ ไวท์ลิตี้ 1,000 คะแนนเมื่อทำกิจกรรมนี้

เริ่มเลย

คำแถลงว่าเป็นผู้ไม่สูบบุหรี่

(1,000 คะแนน)

The screenshot shows the AIA Vitality app interface. At the top, it displays 'AIA Vitality' and a gear icon. Below this, there's a progress bar with a runner icon and a speech bubble showing 'คะแนน 17,252' and 'สถานะ ซิลเวอร์'. A bar chart below the progress bar shows '2,748 คะแนนที่ต้องการเพื่อให้ได้สถานะโกลด์'. The main menu includes: 'อายุสุขภาพแบบเอไอเอ ไวทัลลิตี้' (30), 'คะแนนเพื่อไปยังสถานะต่อไป' (2,748), 'รายงานสรุปคะแนน', 'วิธีรับคะแนนเพิ่ม' (highlighted in green), 'เครื่องมือเพื่อสุขภาพและแอฟ', and a bottom navigation bar with icons for home, trophies, shoes, a clock, and a menu.



The screenshot shows the 'รับคะแนนมากขึ้น' (Earn More Points) page. It features a list of activities with icons and point goals: 'ยอมรับและทำคำทำให้สำเร็จ สูงสุด 500 คะแนนต่อปี', 'บรรลุผลตามเป้าหมายของคุณ สูงสุด 6,000 คะแนนต่อปี', 'เครื่องมือติดตามสภาวะโรคเบาหวาน สูงสุด 500 คะแนนต่อปี', 'อุปกรณ์เพื่อสุขภาพ สูงสุด 100 คะแนนต่อวัน', 'การออกกำลังกายที่ ฟิตเนส เฟิร์สท์ 100 คะแนนต่อวัน', 'อาหารที่ดีต่อสุขภาพ 4,800 คะแนนต่อปี', 'กิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อการออกกำลังกาย สูงสุด 15,000 คะแนนต่อปี', and 'เลิกสูบบุหรี่ 1,000 คะแนนสำหรับคำแถลงของผู้ไม่สูบบุหรี่' (highlighted in green). The bottom navigation bar is the same as the previous screenshot.



The screenshot shows the 'เลิกสูบบุหรี่' (Quit Smoking) page. It features a large text block: 'รับคะแนนเอไอเอ ไวทัลลิตี้ 1,000 คะแนนเมื่อคุณลงชื่อในคำแถลงของผู้ไม่สูบบุหรี่ออนไลน์เมื่อคุณไม่ได้เป็นผู้สูบบุหรี่หรือเมื่อดสูบบุหรี่ได้ 3 เดือน'. Below the text is a blue button labeled 'ดูรายละเอียดเพิ่มเติม'.

กิจกรรม	คะแนน ต่อรอบปีสมาชิก	✓
รู้จักสุขภาพของคุณ		
แบบประเมินสุขภาพ	1,000	✓
แบบประเมินสภาวะสุขภาพจิตใจ	6 เดือนแรก	ครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2
▶ สภาวะสุขภาพจิตใจ	200	✓ ✓
▶ ป้จจัยความเครียด	200	✓ ✓
▶ เครือข่ายกำลังใจ	200	✓ ✓
แบบประเมินโภชนาการ*	500	✓ ✓
ทางเลือกในการมีสุขภาพดี		
แถลงว่าเป็นผู้ไม่สูบบุหรี่	1,000	✓

ทำแบบประเมินได้ 2 ครั้งต่อรอบปีสมาชิก
แต่ละครั้ง ห่างกัน 6 เดือน

ได้คะแนนจากการประเมินออนไลน์ 4,200 ในรอบปีสมาชิก

วิธี LINK & SYNC อุปกรณ์และแอปฯเพื่อสุขภาพ

วิธีสะสมคะแนนจากการออกกำลังกายจากแอป Apple Health และ S Health
คุณสามารถสะสมคะแนนเอไอเอ **ไวทัลลิตี้จากการก้าวเดิน** หรือการออกกำลังกายได้สูงสุด 100 คะแนนต่อวัน

รวมสูงสุดถึง 15,000 คะแนนต่อรอบปีสมาชิก

ผ่านแอปออกกำลังกาย เช่น Apple Health (ระบบปฏิบัติการ iOS 8.0 ขึ้นไป)

หรือ S Health (ระบบปฏิบัติการ Android 5.0 ขึ้นไป) ในสมาร์ทโฟนของคุณ

โดยดาวน์โหลด [แอป AIA Vitality Thailand](#)

และเชื่อมต่อ 2 แอปนี้เข้าด้วยกัน

คุณก็สามารถสะสมคะแนนจากก้าวเดินในแต่ละวัน สูงสุดถึง 15,000 คะแนนต่อรอบปีสมาชิก

และจะได้ปรับสถานะเป็นซิลเวอร์พร้อมรับสิทธิประโยชน์เพิ่มขึ้นอีกด้วย

- เดิน **7,500** ก้าว รับ **50** คะแนน/วัน
- เดิน **12,500** ก้าว รับ **100** คะแนน/วัน



เชื่อมต่อแอป AIA VITALITY กับอุปกรณ์สุขภาพ



1. กรอกชื่อผู้ใช้และรหัสผ่าน



2. เลือก “เครื่องมือเพื่อสุขภาพและแอป”

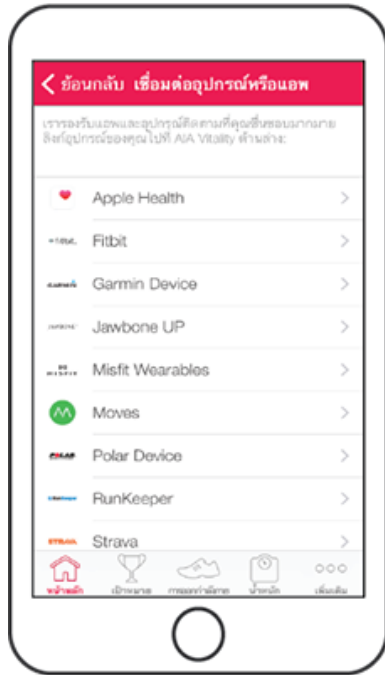


3. เลือก “เชื่อมต่ออุปกรณ์หรือแอป”

1. ล็อกอินเข้าแอป AIA Vitality Thailand หากคุณยังไม่มีบัญชีสำหรับล็อกอิน ศึกษาวิธีการสร้างได้ที่นี่



เชื่อมต่อกับแอป APPLE HEALTH



4. เลือก APPLE HEALTH



5. เลือก “เปิดหมวดหมู่ทั้งหมด”
และ “อนุญาต”



6. APPLE HEALTH จะแสดงใน
“อุปกรณ์และแอปที่เชื่อมต่อของคุณ”



เชื่อมต่อกับแอป S HEALTH



5. เลือก “เชื่อมต่อ”

6. เลือก “เปิด” และ “เรียบร้อย”

7. S HEALTH จะแสดงใน “อุปกรณ์และแอปที่เชื่อมต่อของคุณ”

S Health สำหรับผู้ใช้มือถือระบบ Android

เลือก “S Health” หากคุณยังไม่มีแอป S Health สามารถดาวน์โหลดฟรีที่ Playstore

6. เลือก “เปิด” "จำนวนก้าว" และ “ออกกำลังกาย” และกด “เรียบร้อย”

เพียงเท่านั้น คุณก็สามารถสะสมคะแนนจากก้าวเดินในแต่ละวันได้
อย่าลืมล็อกอินเข้าใช้งานแอป AIA Vitality อย่างสม่ำเสมอ เพื่อซิงค์ข้อมูลและรับคะแนน
เมื่อคุณเดินได้ตามเป้าหมายที่กำหนด

- นอกจากนี้ คุณยังสามารถดาวน์โหลดและลิงค์แอปออกกำลังกายอื่นๆ เช่น **Runkeeper** และ **Strava** ซึ่งเหมาะสำหรับผู้ที่ชอบการวิ่งและปั่นบนท้องถนน หรือสวมใส่สายรัดข้อมือ **Fitbit** หรือ **Garmin** เพื่อติดตามการออกกำลังกายของคุณได้หลากหลายรูปแบบ โดยคุณสามารถสั่งซื้อ **Fitbit** พร้อมรับส่วนลดสูงสุด **25%** และ **Garmin** พร้อมรับส่วนลดสูงสุด **20%** ได้ทางเว็บไซต์ www.aiavitality.co.th

แอปออกกำลังกายและอุปกรณ์ที่รองรับการเชื่อมต่อกับเอไอเอ ไวกัลลิตี้





ออกกำลังกาย สะสมคะแนนสูงสุด 15,000 คะแนน / ปีสมาชิก

กิจกรรมออกกำลังกายที่คุณสามารถรับคะแนนออกกำลังกายสูงสุด 100 คะแนน / วัน เช่น

- เดิน 7,500 ก้าว 50 คะแนน
- เดิน 12,500 ก้าว 100 คะแนน
- ออกกำลังกาย 30 นาที ต่อเนื่อง โดยมีความเร็วเฉลี่ยอย่างน้อย 4 กิโลเมตร/ ชั่วโมง หรือมีอัตราการเต้นของหัวใจเฉลี่ยมากกว่า 60% ของอัตราสูงสุดตามความเหมาะสมของอายุ 50 คะแนน
- ออกกำลังกาย 30 นาที ต่อเนื่อง โดยมีความเร็วเฉลี่ยอย่างน้อย 7.2 กิโลเมตร/ ชั่วโมง หรือมีอัตราการเต้นของหัวใจเฉลี่ยมากกว่า 70% ของอัตราสูงสุดตามความเหมาะสมของอายุ 100 คะแนน
- ออกกำลังกาย 60 นาที ต่อเนื่อง โดยมีความเร็วเฉลี่ยอย่างน้อย 4 กิโลเมตร/ ชั่วโมง หรือมีอัตราการเต้นของหัวใจเฉลี่ยมากกว่า 60% ของอัตราสูงสุดตามความเหมาะสมของอายุ 100 คะแนน
- ออกกำลังกายที่ฟิตเนส เวิร์ก และ แอ็บเชอูลูก โยคะ 100 คะแนน

*** อัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดตามความเหมาะสมของอายุ = $220 - \text{อายุ}$ ***

การรับคะแนนจากกิจกรรม ขึ้นอยู่กับประเภทของกิจกรรมและฟังก์ชันของอุปกรณ์ที่เชื่อมต่อกับเอไอเอ ไวกัลลิตี้
ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมทางเว็บไซต์ AIAVITALITY.CO.TH

วิธีสั่งซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพ (นาฬิกา)



วิธีสั่งซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพ

วิธีสั่งซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพ พร้อมส่วนลดสูงสุด 25% ผ่านเว็บไซต์ aiavitality.co.th

อุปกรณ์เพื่อสุขภาพ คือตัวช่วยให้คุณมีสุขภาพที่ดีขึ้น ให้คุณตั้งเป้าหมาย และวัดผลการออกกำลังกาย จากการวัดอัตราการเต้นของหัวใจ วัดระยะทางวิ่ง นับก้าวเดิน และระบบอื่นๆ ตามรุ่นที่คุณเลือก รองรับการใช้งานที่หลากหลายในชีวิตประจำวัน

เอไอเอ ไวท์ลิตี้ จึงอยากช่วยให้คุณประหยัดกับอุปกรณ์เพื่อสุขภาพแบรนด์ชั้นนำอย่าง Fitbit และ Garmin ด้วยการมอบส่วนลดสูงสุดถึง 25%

สมาชิกเอไอเอ ไวท์ลิตี้ สามารถสั่งซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพหลากหลายรุ่น ผ่านเว็บไซต์โดยทำตามขั้นตอนง่ายๆ ดังนี้

เริ่มต้นจาก **ปิดระบบบล็อกปิปปับ** เพื่อให้ระบบสามารถเปิดเว็บไซต์ของผู้จำหน่ายในหน้าตาใหม่ได้

เงื่อนไขการใช้บริการเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด



ปิดระบบลือคปืออป GOOGLE CHROME



1. เปิด GOOGLE CHROME แล้วเลือก "การตั้งค่า"



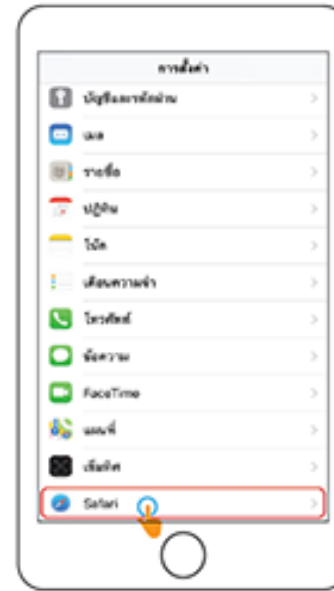
2. เลือก "การตั้งค่าเนื้อหา"



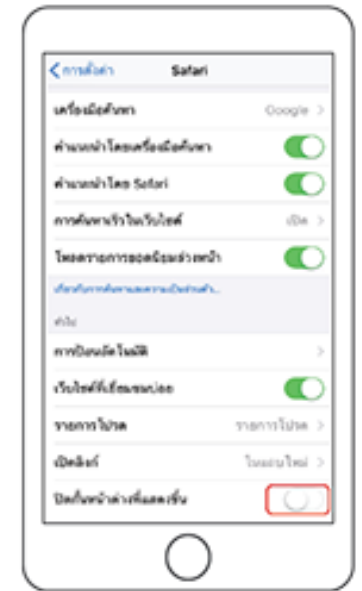
3. เลือก ปิด ที่ช่อง "บล็อกปืออป"



ปิดระบบลือคปืออป SAFARI



1. เปิด การตั้งค่า แล้วเลือก "SAFARI"



2. เลือก "ปิด" ที่ช่อง "ปิดกั้นหน้าต่างๆที่แสดงขึ้น"

- เมื่อคุณปิดปืออปผ่านการตั้งค่ามือถือ หรือเบราว์เซอร์ ตามวิธีการด้านบนแล้ว คุณก็พร้อมเข้าสู่ขั้นตอนการสั่งซื้อ

สั่งซื้ออุปกรณ์เพื่อสุขภาพ ผ่านเว็บไซต์



1. ไปที่ AIAVITALITY.CO.TH
แล้วกด "ลงชื่อเข้าใช้"



2. ล็อกอินเข้าสู่ระบบ



3. เลือกแถบเมนู
ตามด้วย "ดูและสุขภาพคุณให้ดีขึ้น"
และ "อุปกรณ์เพื่อสุขภาพ"



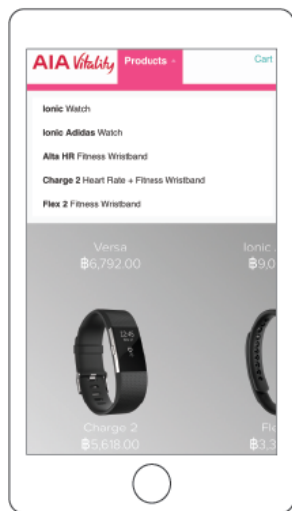
4. เลือกแบรนด์ที่คุณชอบ
แล้วเลือก "อ่านเพิ่มเติม"



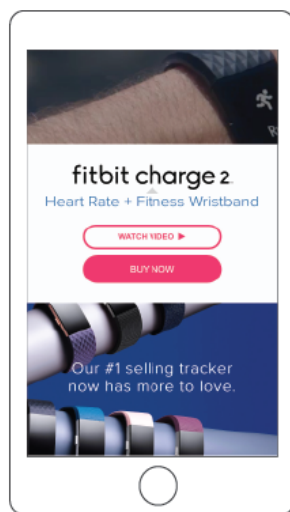
5. เลื่อนหน้าจอลงด้านล่าง
เลือก "เริ่มต้นซื้อสินค้า"

2. กรอก Username และ Password แล้วกด **"LOGIN"**
([ศึกษาวิธีสร้างบัญชีผู้ใช้งานที่นี่](#))

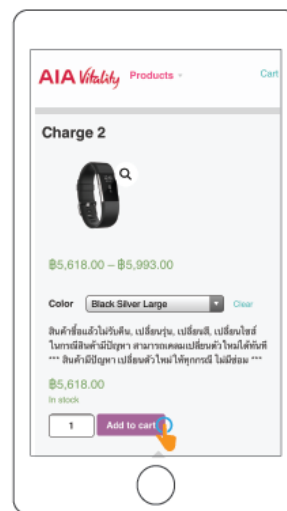
5. เมื่อมาที่หน้าของแบรนด์อุปกรณ์เพื่อสุขภาพแล้ว ให้เลื่อนหน้าจอลงมาด้านล่าง เลือก **"เริ่มต้นซื้อสินค้า"** หลังจากนั้น ระบบจะเปิดเว็บไซต์สั่งซื้อในหน้าต่างใหม่ หากกดแล้วไม่มีการตอบสนอง ให้ตรวจสอบอีกครั้งว่าระบบบล็อกป๊อปอัพยังทำงานอยู่หรือไม่



1. เลือกสินค้าจากเว็บไซต์ FITBIT ในหน้าตาใหม่



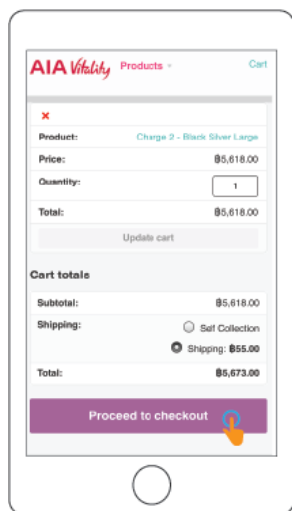
2. เลือก "BUY NOW"



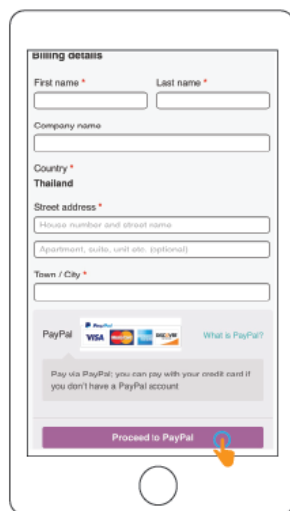
3. เลือกสีที่ต้องการ และ "ADD TO CART"



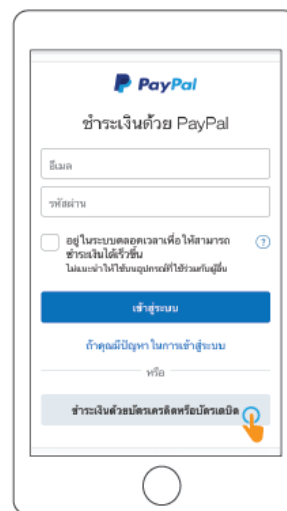
4. เลือก "VIEW CART"



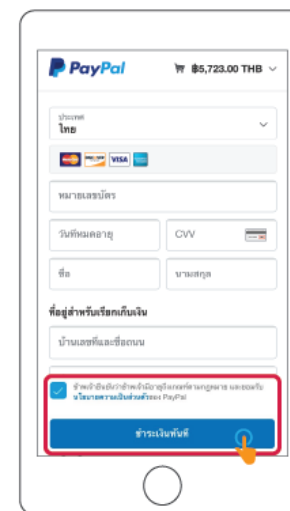
5. เลือกวิธีรับสินค้า และ "PROCEED TO CHECKOUT"



6. กรอกรายละเอียด และ "PROCEED TO PAYPAL"



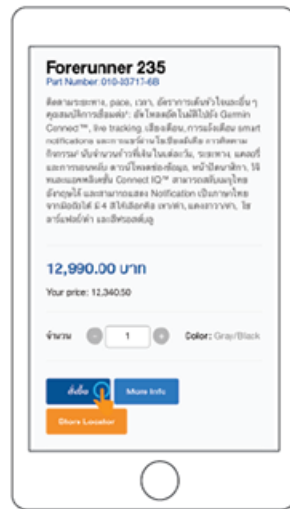
7. เลือกชำระเงินผ่านบัญชี PAYPAL หรือบัตรเครดิต



8. กรอกข้อมูลบัตรเครดิต
คลิก "ยอมรับ" และ
กด "ชำระเงินทันที"



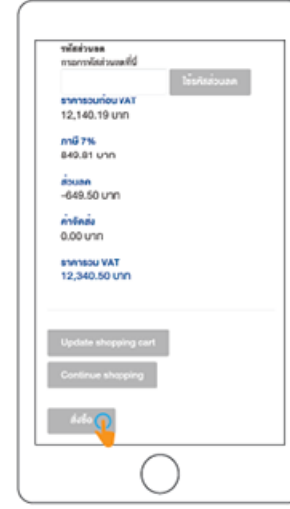
1. เลือกสินค้าจากเว็บไซต์ GARMIN ในหน้าต่างใหม่



2. เลือกสีที่ต้องการ แล้วเลือก "สั่งซื้อ"



3. เลือกที่ระบุปรุภัณฑ์ แล้วเลือก "สั่งซื้อ"



4. ตรวจสอบการสั่งซื้อสินค้า แล้วเลือก "สั่งซื้อ"



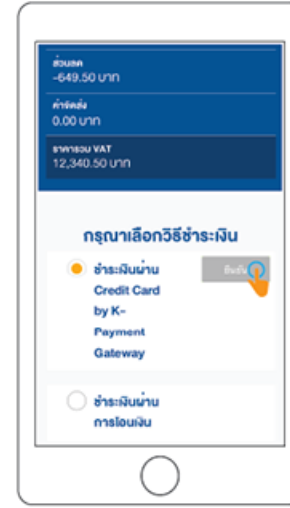
5. ระบุที่อยู่จัดส่ง และออกใบเสร็จ แล้วเลือก "บันทึก"



6. เลือกที่อยู่ที่ต้องการ แล้วเลือก "จัดส่งไปยังที่อยู่นี้"



7. เลือกวิธีจัดส่ง แล้วเลือก "ดำเนินการต่อ"



8. ชำระเงินตามขั้นตอน ตรวจสอบการสั่งซื้อ แล้วรอรับสินค้าได้เลย!

หากมีข้อซักถาม ติดต่อ **AIA Call Center 1581**

หรือ th.customer@aia.com

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.aiavitality.co.th



มาเริ่มเก็บคะแนนเพื่อสุขภาพที่ดีกันครับ!!!