

Marche à suivre – Accès à la plateforme LIFT session (première connexion).

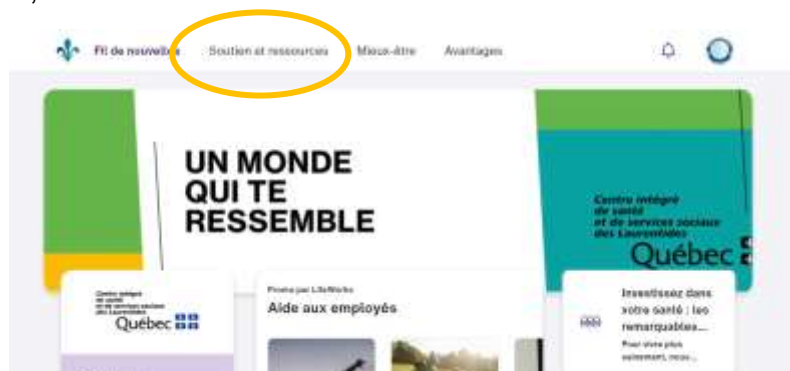
Pour votre première inscription à la plateforme LIFT, il faut passer par la plateforme du PAE, soit TELUS santé (anciennement Solution mieux-être LifeWorks). Par la suite, vous pouvez accéder à votre compte LIFT directement à l'aide de vos codes d'accès que vous avez choisis.

SUR UN ORDINATEUR :

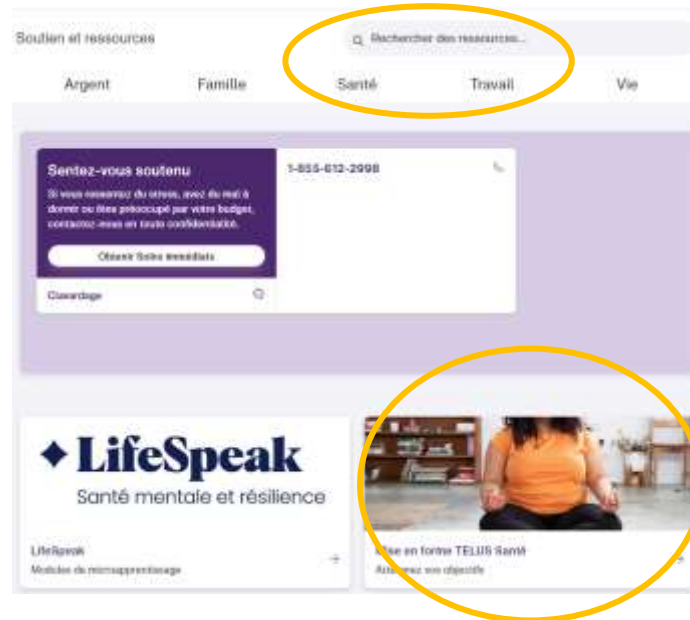
- 1) Rendez-vous à la page d'accueil de TELUS santé – Portail du CISSS des Laurentides : <https://laurentides.lifeworks.com/>
- 2) Première connexion : sélectionnez « s'inscrire »
- 3) Code d'invitation : LAU- (ensuite, inscrire votre numéro d'employé)
- 4) Mot de passe à usage unique est votre courriel du CISSS.
Si vous n'avez pas de courriel du CISSS, inscrire le courriel que vous avez offert à l'organisation pour les communications.

Normalement, la première inscription vous permettra de choisir un mot de passe pour les prochaines connexions. (Important de faire cette action pour faciliter vos prochaines connexions.

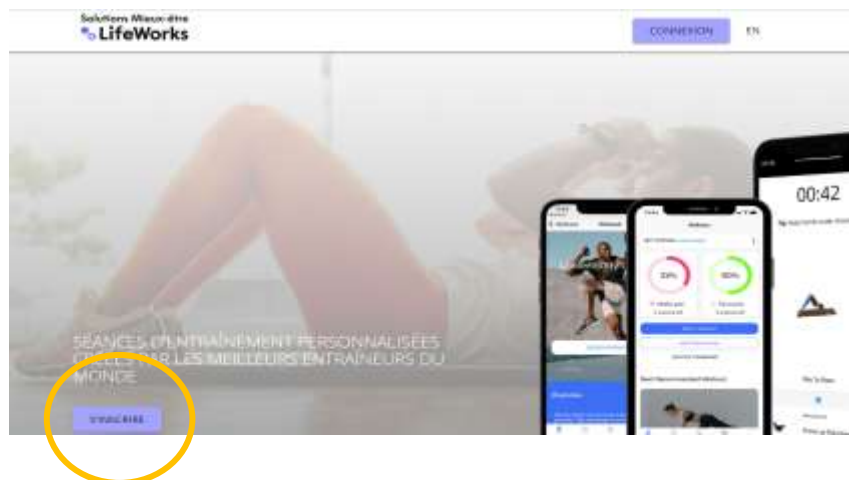
- 5) Lorsque vous êtes sur la plateforme de TELUS santé portail CISSS des Laurentides, sélectionnez « Soutien et ressources »



- 6) LIFT SESSION : Sélectionnez « Mise en forme TELUS santé », utilisez la barre de recherche en utilisant ces mêmes mots.



- 7) Vous serez dirigé directement à la page de la plateforme « Mise en forme TELUS Santé / LIFT ». Sélectionnez le bouton « S'inscrire » pour vous créer un compte.



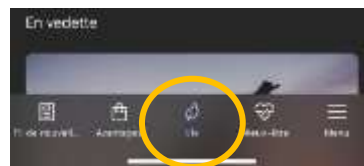
- 8) Complétez vos informations personnelles
- 9) Vous avez maintenant accès à LIFT sessions pour vous soutenir dans votre entraînement. La plateforme vous fera remplir un questionnaire complet sur votre niveau d'activité physique et de santé afin de vous offrir des entraînements adaptés.

SUR VOTRE TÉLÉPHONE (première connexion) :

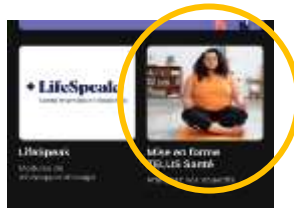
- 1) Téléchargez l'application TELUS santé :



- 2) Première connexion : sélectionnez « s'inscrire »
- 3) Code d'invitation : LAU- (ensuite, inscrire votre numéro d'employé)
- 4) Mot de passe à usage unique est votre courriel du CISSS.
Si vous n'avez pas de courriel du CISSS, inscrire le courriel que vous avez offert à l'organisation pour les communications.
- 5) Lorsque vous êtes sur la plateforme de TELUS santé - portail CISSS des Laurentides, dans la barre d'outil au bas de la page, sélectionnez l'option « Vie ».

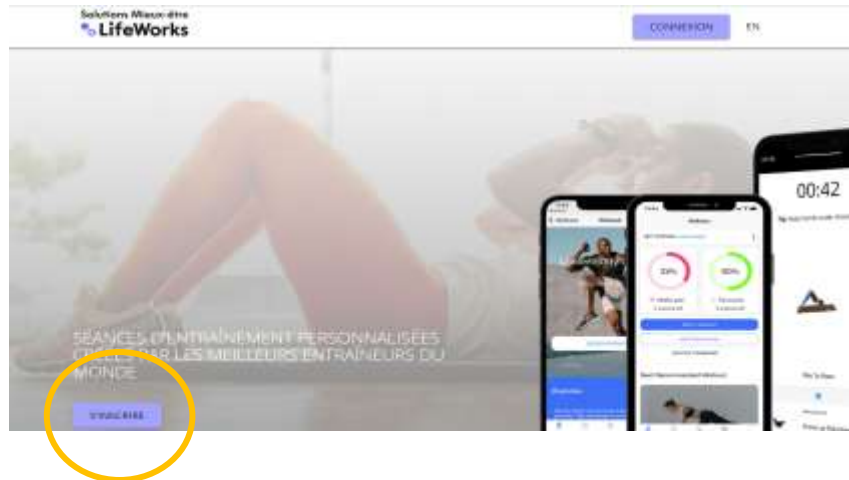


- 6) Dans la page « Vie », sélectionnez ensuite « **Mise en forme TELUS santé** ».



- 7) Vous recevrez ensuite un message vous indiquant que vous serez redirigé vers un site web extérieur à TELUS santé. En acceptant, la page Internet de Mise en forme TELUS santé ouvrira.

- 8) Vous serez dirigé directement à la page de la plateforme « Mise en forme TELUS Santé / LIFT ». Sélectionnez le bouton « S'inscrire » pour vous créer un compte.



- 9) Complétez vos informations personnelles
- 10) Vous serez finalement invité à télécharger l'application LIFT. Vos accès seront les mêmes que celle précédemment inscrite sur la page « Mise en forme TELUS santé.

Ces informations sont sujets à changement. Les modifications seront apportées dans le cas échéant.