北京人寿
BEIJING LIFE

北京人寿京彩年华 (2022 版) 优选定期寿险 (互联网专属)

健康管理服务手册

尊敬的先生/女士：

感谢您选择北京人寿保险股份有限公司，很荣幸为您和被服务人提供服务！

您的北京人寿京彩年华（2022 版）优选定期寿险（互联网专属）（以下简称本产品）由北京人寿保险股份有限公司（以下简称本公司）承保，为被服务人提供重大疾病保障。

为更好维护被服务人的健康，并为被服务人提供就医便利，本公司为被服务人提供如下健康服务：

✧爱选年龄健康激励

✧吸烟测试

✧七天健康促进

✧精选心理服务

✧慢性病用药服务

✧数字戒烟服务

本服务手册旨在协助您（投保人）详细全面了解本公司为被服务人（被保险人）提供的健康管理服务内容，敬请您仔细阅读。

祝您及家人健康、快乐、平安！

北京人寿保险股份有限公司

北京人寿 BEIJING LIFE

目录

一、 服务概述 5

1.1 服务对象 5
1.2 服务有效期 6

二、 服务介绍 7

2.1 爱选年龄健康激励 7
2.2 吸烟测试 8
2.3 七天健康促进 9
2.4 精选心理服务 10
2.5 慢性病用药服务 13
2.6 数字戒烟服务 13

三、 服务声明 14

四、常见问题 16

敬请注意：

✧本公司为您提供的部分健康服务，有使用次数和服务有效期限制，请留意。

✧本公司为您提供的健康服务的服务有效期，同有关《北京人寿京彩年华（2022版）优选定期寿险（互联网专属）》的保险期间不完全一致，请在服务有效期内使用。

✧有关服务的接收方（“被服务人”）详见“1.1 服务对象”。

✧本服务手册，应当结合《北京人寿京彩年华（2022 版）优选定期寿险（互联网专属）合同》及《北京人寿京彩年华（2022 版）优选定期寿险（互联网专属）健康管理服务协议》一起阅读、理解。

✧本公司将结合健康管理服务运行状况、服务满意度、健康管理服务成本变化等多种因素，并综合健康管理服务环境，对服务手册有关内容进行合理调整。

请您完整阅读本服务手册，尤其是其中加粗字部分的内容。

若您为被保险人投保北京人寿京彩年华（2022 版）优选定期寿险（互联网专属），并且符合服务使用条件，**保单的被保险人即被服务人**，可享有相应健康管理服务。

本公司委托专业的第三方服务机构提供具体服务。

在服务过程中，处于服务目的需要，在征得您的同意和授权的前提下，会收集您和被服务人与本服务有关的信息和资料。本公司和第三方服务机构会尊重并保护您和被服务人的隐私，并采取切实有效的技术手段保障您和被服务人的隐私和信息安全。未经许可本公司和第三方服务机构不会将任何信息泄露给无关的其他方。

一、服务概述

1.1 服务对象

被服务人为满足以下条件（1.1.1 至 1.1.3）的《北京人寿京彩年华（2022 版）优选定期寿险（互联网专属）合同》的被保险人。

1.1.1 爱选年龄健康激励

（1）**保单为有效状态且处于保单生效第 181 天至首个保单周年日前 30 天。**

1.1.2 吸烟测试

（1）**保单为有效状态且处于保单生效第 181 天至首个保单周年日前 45 天。**

（2）**使用爱选年龄健康激励的非吸烟男性被保险人。**

1.1.3 七天健康促进

（1）**保单为有效状态且已过犹豫期。**

1.1.4 精选心理服务

（1）**保单为有效状态且已过犹豫期。**

1.1.5 慢性病用药服务

（1）**保单为有效状态且已过犹豫期。**

1.1.6 数字戒烟服务

（1）保单为有效状态且已过犹豫期。

1.2 服务有效期

1.2.1 爱选年龄健康激励

该服务的服务有效期为保单生效第 181 天至首个保单周年日前 30 天。

1.2.2 吸烟测试

该服务的服务有效期为保单生效第 181 天至首个保单周年日前 45 天。

1.2.3 七天健康促进

该服务的服务有效期为保单生效后的 1 年。如您的保险合同在 1 年内效力终止，则服务终止。

1.2.4 精选心理服务

该服务的服务有效期为保单生效后的 1 年。如您的保险合同在 1 年内效力终止，则服务终止。

1.2.5 慢性病用药服务

该服务的服务有效期为保单生效后的 1 年。如您的保险合同在 1 年内效力终止，则服务终止。

1.2.6 数字戒烟服务

该服务的服务有效期为保单生效后的 1 年。如您的保险合同在 1 年内效力终止，则服务终止。

二、服务介绍

2.1 爱选年龄健康激励

2.1.1 服务时间

服务生效期间内，服务平台 7x24 开放。

2.1.2 服务内容

保单生效起第 181 天至首个保单周年日前 30 天，被保险人上传真实有效的体检报告，爱选年龄智能测算分析被保险人体检数据，对被保险人的生理状况和行为习惯进行全方位的风险评估，根据爱选年龄测算结果判断被保险人是否能获得健康激励权益。

2.1.3 服务次数

投保成功后 1 次。

2.1.4 服务时效

上传体检报告后 1～3 个工作日完成爱选年龄测算，最终结果以本公司短信提示为准。

2.1.5 服务流程

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

2.1.6 注意事项

（1）体检报告必须为上传之日前 180 天内完成的被保险人本人体检报告，且请确保体检报告真实、各项指标清晰、包含体检日期，详细的上传规范可参考报告上传页面；

（2）如体检报告上传有误，系统将自动驳回，驳回后有 1 次重新上传机会；

（3）在服务使用过程中，非吸烟男性被保险人需申请吸烟测试，以证实非吸烟体真实性，在上传烟测试结果后 1～3 个工作日完成爱选年龄测算，详情见下文“2.2 吸烟测试”；

（4）未能在指定时间完成体检报告上传和吸烟测试结果上传，视为自动放弃此项权益。

（5）本公司有权对被保险人提交的体检报告真实性进行核查，若被保险人所传体检报

告被认定为虚假报告，本公司有权收回其健康激励权益。

（6）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

2.2 吸烟测试

2.2.1 服务时间

服务生效期间：服务平台 7x24 小时开放。

2.2.2 服务内容

保单生效起第 181 天至首个保单周年日前 45 天，被保险人使用爱选年龄健康激励服务时，非吸烟男性被保险人可通过申请本服务来验证其非吸烟体的真实性，助力健康激励权益获取。

2.2.3 服务次数

投保成功后 1 次。

2.2.4 服务时效

（1）申请吸烟测试服务后 5 个工作内寄送试纸。

（2）上传吸烟测试结果后 1～3 个工作日完成爱选年龄测算，最终结果以本公司短信提示为准。

2.2.5 服务流程

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

2.2.6 注意事项

（1）吸烟测试仅限非吸烟男性被保险人申请，其余情况被保险人无需申请吸烟测试，本测试非强制，未申请、未通过吸烟测试的男性被保险人均按“吸烟体”进行爱选年龄测算；

（2）测试结果最迟需在首个保单周年日前30天上传，超时则无法上传，如遇特殊情况导致无法按时上传，可提前联系客服处理；

（3）本服务申请后须在30个工作日内完成测试并上传结果，未能在指定时间完成体检报告上传和吸烟测试结果上传，视为自动放弃此项权益；

（4）被保险人须上传真实有效的测试结果数据，若经发现有不实数据，本公司有权收回其健康激励权益。

（5）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

2.3 七天健康促进

2.3.1 服务时间

服务生效期间内，法定工作日：9:30-18:30。

2.3.2 服务内容

在投保保单生效后的1年内，安排专属健康管家，为被保险人提供7天健康管理服务，被保险人每月可在下列主题中按需选择一个主题使用，首次申请健康促进的被保险人，填写健康管家提供的健康评估问卷，可获得一份健康评估报告，评估报告为被保险人制定个性化的健康建议，被保险人可以综合报告建议选择主题。各主题营具体内容详见下表：

主题	服务简介
生活方式管理	健康管家带领，小程序健康工具辅助，改善被保险人生活方式，塑造健康好习惯
减肥训练	健康管家带领，小程序健康工具辅助，针对被保险人现状，制定减肥计划并监督落实，塑造理想健康身材
睡眠无忧	健康管家带领，小程序健康工具辅助，针对有睡眠困扰的被保险人，提供科学有效的睡眠管理
控压训练	健康管家带领，小程序健康工具辅助，针对想要预防高血压的被保险人，提供控压指导

主题	服务简介
关爱女性	健康管家带领，小程序健康工具辅助，针对女性被保险人，提供日常健康、产后等问题解答和建议

2.3.3 服务次数

保单生效后 1 年内每月 1 次，1 次累计 7 天。

2.3.4 服务时效

被保险人首次发起该项服务申请后，可主动添加健康管家企业微信开始使用服务，未主动添加的被保险人，工作人员将于 3 个工作日内与被保险人联系，并为其提供后续服务。

2.3.5 服务流程

首次申请

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

非首次申请

可直接联系健康管家申请服务。

2.3.6 服务注意事项

（1）此项服务仅为被保险人提供健康管理服务，非医疗计划，不能作为诊疗依据和治疗方案。

（2）若有特殊情况如怀孕、手术等请提前告知健康管家并严格遵守医嘱，有异常情况请及时就医。

（3）订单申请成功，则认定为服务已经使用 1 次，若个人原因不能按时使用，原则上不能取消。

（4）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

2.4 精选心理服务

2.4.1 服务时间

服务名称	服务时间
心理测评	平台 7x24 小时开放
心理课程	
心理热线	周一至周五：18:00-23:59，周六至周日 14:00-23:59

2.4.2 服务内容

服务名称	服务简介	服务内容
心理测评	为被保险人提供趣味便捷的心理测试服务和专业的解析与指南。	测评一 《好睡眠指导手册》：科学评估睡眠质量，提供睡眠相关的建议，有效帮助被保险人改善睡眠质量 测评二《你的思维模式，容易让你抑郁吗？》：本测评参考了不合理认知，积极心理学等理论，将预测抑郁的思维模式进行拆解，可以从强迫性回放，情绪化推理，社会赞许等 9 个维度帮助被保险人了解自己的思维模式 测评三《测一测你是高敏感人群吗？》：本测评从易被刺激，深度加工，低感觉阈值三大维度，让被保险人了解自己的心理敏感程度。了解敏感程度的优势和不足，获得自我照顾以及如何发挥自身优势的建议指南 测评四《情绪评估测评》：本测评是国际通用的对于抑郁焦虑压力状态的测量工具，经过验证，在中国人群中也有较高的信度和效度。可以作为被保险人了解自己当前状态的参考
心理课程	提供 4 个（共 67 节）心理课程，为被保险人带来实用的心理指导。	课程一 《揭开情绪真相，轻松 get 情绪自由》，包含 16 节线上音频课程，帮助被保险人了解情绪出现的真相，更好地控制自己的情绪 课程二《读懂前半生，成就更好的自己》，包含 18 节线上音频课程，本次课程将带被保险人一起阅读三本心理学大师的著作，从个人价值观的形成、自我前进的动力、原生家庭的影响三个方面，带被保险人读懂自己的前半生，帮被保险人在探索自己的道路上

服务名称	服务简介	服务内容
		更好地成就自己 课程三《十日冥想训练》，包含 12 节线上音频课程，带被保险人走进冥想的世界，体会冥想的奥义，并从中找到内心的平静 课程四《简里里讲沟通心理学》，包含 21 节线上音频课程，帮助被保险人学习沟通心理学，改善人际关系。
心理热线	提供即时心理疏导热线，区别于其他心理咨询服务，被保险人可以直接与心理咨询师进行通话咨询。	

2.4.3 服务次数

服务名称	服务次数
心理测评	每份测评限用 1 次，结果可永久保留
心理课程	不限次数
心理热线	不限次数

2.4.4 服务流程

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

2.4.5 注意事项

（1）心理测评结果仅作为参考，不能作为临床诊断的依据；

（2）课程严禁任何形式的翻录或转载，严禁在第三方平台传播，违者将追究法律责任；

（3）使用心理热线需下载指定 APP，且心理热线每次通话上限为 25 分钟；

（4）以上心理服务不能替代心理咨询和心理治疗。如已经有精神科诊断，或者困扰已经比较严重，已经影响到沟通表达和日常生活，建议寻求心理咨询或者精神科帮助。

（5）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

2.5 慢性病用药服务

2.5.1 服务时间

购药平台 7x24 小时开放。

2.5.2 服务内容

被保险人可享受手术后日常慢病用药的在线购药服务，实付金额满 88 元免费配送上门，如实付金额未满 88 元，则需被保险人自行承担运费。

2.5.3 服务次数

服务有效期内不限次数。

2.5.4 服务流程

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

2.5.5 注意事项

（1）本服务配送时效和运费会因为所在地区不同而有所差别，请以页面展示为准。

（2）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

2.6 数字戒烟服务

2.6.1 服务时间

数字戒烟平台 7x24 小时开放。

2.6.2 服务内容

为被保险人提供数字化戒烟平台，平台搭载 24 小时在线的电子戒烟助手辅助戒烟，辅助被保险人早戒烟，早受益。

2.6.3 服务次数

投保成功后 1 次。

2.6.4 服务流程

（1）通过“北京人寿电商在线”微信公众号——个人中心——健康服务——京彩年华定寿健康互动专区，查看被服务人名下全部健康权益。

（2）选择对应健康权益，按照页面提示使用本服务。

2.6.5 注意事项

（1）有心脑血管病和肿瘤等基础疾病且病情不稳定、处于发作期的患者，请在医生的指导和监护下使用本服务。

（2）本服务由本公司合作的第三方服务机构协助完成，当前该服务供应商为北京爱选信息科技有限公司。

三、服务声明

3.1 本公司会按本服务手册为被服务人提供服务，但受限于医疗服务资源等各种因素，可能会对服务产生影响，届时本公司会就此予以解释、说明，敬请理解。

3.2 本服务由本公司委托第三方服务商为被保险人提供。本公司及第三方服务商审慎地选择医疗服务提供者并向被服务人进行推荐，但并不担保任何医疗机构的服务质量。若您或被服务人与医疗机构、第三方服务商因服务而产生任何纠纷，本公司会尽力协调解决，但不因此负任何法律责任。

3.3 本公司及第三方服务商提供的仅为咨询或协助安排服务，本公司及第三方服务商不承担任何问诊、检查检验、药品等诊治有关的医疗服务以及与医疗损害赔偿有关的法律服务。

3.4 在提供服务时，如本公司查明正在申请或享受服务者不符合被服务人的资格，本公司有权立即拒绝提供本服务并保留追偿的权利。

3.5 本公司尊重并保护您和被服务人的隐私权，未经您许可本公司不会将任何与您或被服务人相关的信息泄露给无关的第三方。为更好地为被服务人提供服务，本公司及第三方服务商可能会就您或被服务人申请的服务向您或被服务人询问姓名、性别、电话号码、地址、健康状况、医疗情况等信息，请予以配合。

如您或被服务人未按要求提供有关信息和资料，导致服务人无法提供服务的，本公司不承担任何责任，并有权终止提供服务。

由于您或被服务人提供不真实、不准确、不完整、不及时或不能反映服务当时有关情况的相关资料，而导致服务发生缺失偏差或延误，本公司不承担任何责任。

3.6 在下述情况下的信息披露，本公司不负任何责任：

（1）当政府机关依照法定程序要求本公司披露您或被服务人的个人资料时，本公司将依据执法单位之要求或为公共安全之目的提供您或被服务人的个人资料。

（2）由于您或被服务人将个人信息告知他人，由此导致的任何个人资料泄露。

（3）任何由于计算机问题、黑客攻击、计算机病毒侵入或发作、因政府管制而造成的暂时性关闭等影响网络正常经营之不可抗力而造成您的个人资料泄露、丢失、被盗用或被篡改等。

（4）本公司根据您或被服务人的服务申请，在协调服务商或其他第三方服务机构为被服务人提供本服务时将在必须披露的范围内对您或被服务人的个人信息进行披露。

3.7 对于本公司合理控制范围以外的各种原因，包括但不限于政府政策、自然灾害、罢工或骚乱、物质短缺或定量配给、暴动、战争行为、政府行为、通讯或其他设施故障或严重伤亡事故等，致使本公司延误或未能履行本服务的，本公司不负任何责任。

3.8 本服务手册约定的健康管理服务，系本公司免费提供，此服务并不是保险合同的组成部分。本公司有权调整服务机构或具体服务内容，也有权终止提供服务。

四、常见问题

Q1：什么时候可以开始使用服务？

A：爱选年龄健康激励服务在保单生效第 181 天-首个保单周年日前 30 天可使用，吸烟测试在保单生效第 181 天-首个保单周年日前 45 天可使用，其余服务在保单过犹豫期后，即可申请使用。

Q2：接受本服务手册约定的健康管理服务需要另行付费吗？

A：慢性病用药服务需自行支付药费及运费，其他服务均不需要另行付费。

Q3：我一定要参加吸烟测试吗？

A：非吸烟男性才需参加吸烟测试，其余人群上传体检报告即可，且吸烟测试非强制，非吸烟男性不参加吸烟测试将按照“吸烟体”进行爱选年龄评估测算。

Q4：吸烟测试试纸费用需要我承担吗？

A：不需要。

Q5：我对如何使用服务有疑问，该在哪里得到解决？

A：请仔细阅读服务手册中各项服务的使用流程；若过程中存在问题，请拨打客服电话：400-689-8761（客服在线时间：工作日 09:00-17:00）。