AIA Vitality
健康程式

「AIA Vitality 健康程式」起動指南

2025年12月版本



閱覽電子版

AIA Vitality
健康程式



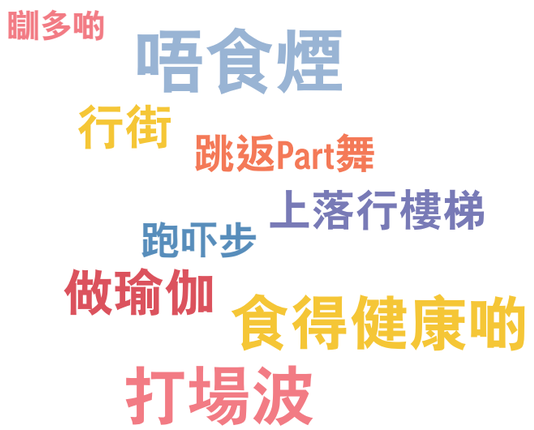
動 • 靜健康生活　通通有賞



「**AIA Vitality 健康程式**」是一項反傳統保險概念的健康計劃，以獎賞鼓勵客戶投入健康生活。

投保指定 **AIA Vitality** 特選保險產品[1]，即享保費9折[2]或10%額外保障[3]，以及一系列合作夥伴提供的獎賞和優惠。只要堅持健康生活，更可享每年保費最少9折或10%額外保障[4]。

透過日常生活作簡單運動和健康飲食，就可以儲分升級，獲享更多優惠及豐富獎賞。



1. 「AIA Vitality 健康程式」申請人須年滿18歲或以上及為有效的AIA Vitality 特選保險產品保單的受保人。AIA Vitality 特選保險產品提供不同優惠，如欲查詢詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。「AIA Vitality 健康程式」會按年收取會費，會員必須成為有效的AIA Vitality 特選保險產品之受保人及繳付會費，才可延續「AIA Vitality 健康程式」會籍。
2. 保費折扣只適用於投保指定AIA Vitality 特選保險產品基本計劃或附加契約的一般標準保費，並不適用於任何額外附加保費。
3. 額外保障指「AIA Vitality 健康程式」保障增值，是一次性附加予原有保額的額外保障，保障金額為原有保額的某百分比，於賠償人壽或嚴重疾病保障時計算。
4. 須首年成為金級會員，並持續保持金級級別，便可享每年保費9折或10%額外保障。在任何情況下，有關續保保費折扣及額外保障計算將視乎受保人於每個保單年度續保時的「AIA Vitality 健康程式」會員級別而釐定。AIA 特選保險產品保單及「AIA Vitality 健康程式」會籍之週年日可能會有所不同。「AIA Vitality 健康程式」提供不同優惠，如欲瞭解詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

註：此文件內所載之資料更新於2025年8月，或會隨時變更而不作另行通知。如欲參閱每項資料的最新詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

「AIA」、「本公司」或「我們」是指友邦保險(國際)有限公司(於百慕達註冊成立之有限公司)。

只需完成4個簡單步驟，即可展開您的健康旅程。

第1步	第2步	第3步	第4步
啟動帳戶，展開健康旅程	**監察進度，瞭解健康**	**瞭解及提升健康，獲取積分**	**實踐目標，尊享獎賞**
登入AIA+ 手機應用程式，並前往「**AIA Vitality 健康程式**」，為健康人生踏出第一步。	選擇以流動應用程式或健身配置監察運動量，並連接至「**AIA Vitality 健康程式**」，時刻記錄及瞭解進度。	每一個簡單的日常健康習慣如多步行、多吃蔬果、健康檢查甚至是舒適睡眠，都可以儲分升級，獲享更多獎賞和優惠。	我們與不同合作夥伴攜手合作，為您帶來一連串尊享優惠，獎勵您的每一個健康選擇。

1 啟動

啟動帳戶，展開健康旅程

登入AIA+ ，正式展開您的健康新旅程！



第1步 啟動 | 第2步 監察 | 第3步 提升 | 第4步 獎賞

i. 啟動「AIA Vitality 健康程式」會籍

A 新會員將會收到
「AIA Vitality 健康程式」
迎新電郵[5]



B 掃瞄 QR Code 下載及安裝
AIA+ 手機應用程式

您亦可前往網站
aia.com.hk/aiavitality 登入網頁版

AIA+ HK

App Store 下載
Google Play 下載
APK 安裝檔

AIA+ HK



請掃瞄下列二維碼
查閱啟動
「AIA Vitality 健康程式」
會籍指南：

適用於(全新/現有)賬戶：

- 個人保單
- 團體保險(僱員保障)成員
- 強積金 / 公積金 / 澳門退休金成員

ii. 前往「AIA Vitality 健康程式」



點選「登入」



使用您的登入賬號或手機號碼登入



登入後，於左上方
點選「AIA Vitality」，
正式展開您的健康旅程

5. 此登入程序只適用於個人保險保單客戶。團體保險保單成員請參閱「AIA Vitality 健康程式」團體客戶起動指南。

重要事項：AIA+ 手機應用程式（「平台」）適用於部分手機作業系統，請參閱App Store（iOS）、Google Play（Android/安卓）及華為應用程式市場（Huawei AppGallery）瞭解最新系統需求。對於平台的兼容性或可靠性，AIA並不作出保證；如因手機作業系統及/或平台與健身配置或健身流動應用程式不兼容，導致未能賺取或記錄積分，AIA不承擔任何責任。

2 監察

監察進度，瞭解健康

您可以透過流動應用程式、運動手帶或智能手錶，輕鬆地監察自己的運動進度，更有效率地達成健康目標，並賺取**「AIA Vitality 健康程式」**積分。



i. 使用免費計步流動應用程式或健身配置

建議的
免費計步流動應用程式

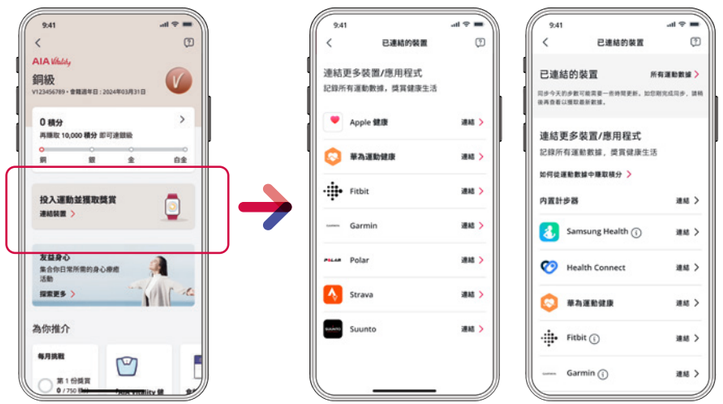
健康　　三星健康

建議的健身配置

GARMIN　　POLAR

您可下載免費計步流動應用程式或您所選購的運動手帶或智能手錶的流動應用程式，並根據指示開設戶口，完成連接。

ii. 連結裝置



於**「AIA Vitality 健康程式」**
主頁點選「連結裝置」

選擇您的裝置品牌，
點選「連結」並按指示完成連結

iii. 配置貼士：查閱運動紀錄



於**「AIA Vitality 健康程式」**
主頁面，點選「今日進度」

按「所有運動數據」

您可以查閱您每天的運動紀錄

註：有關免費計步流動應用程式及健身配置的完整列表，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

3 提升

瞭解及提升健康，獲取積分

健康人生，正是從簡單運動和健康習慣開始，而透過日常生活中每一個簡單的健康習慣，
您可逐步儲分升級，獲享一系列會員尊享獎賞和優惠，持續提升健康。



第1步 啟動 | 第2步 監察 | 第3步 提升 | 第4步 獎賞

「AIA Vitality 健康程式」積分計算一覽表

類別	活動	積分	次數	全年最高累積積分
評估	健康評估	500 **免費**	每年兩次，每次須隔半年	1,000
	壓力源評估	500 **免費**		1,000
	運動評估	500 **免費**		1,000
	睡眠評估	250 **免費**		500
	個人挑戰	視乎個人健康風險	不定時	6,000
運動	運動(由流動應用程式或健身配置監察)	50 或 100	每日	15,000
	使用合作夥伴健身中心	100		
	AI 瑜伽	10		
	參加大型運動賽事	100 - 1,500(視乎個別活動而定)		
	「AIA Vitality 健康程式」體能評估	完成評估750 結果維持於健康範圍750	每年兩次，每次須隔半年	3,000
營養	網上營養評估	500 **免費**	每年兩次，每次須隔半年	2,500
	面談營養諮詢	1,000		
	購買新鮮生果及蔬菜HK$50禮券	每張20	合共每月最多400積分	4,800
	至「營」飲食	每日20 **免費**		

類別	活動	積分	次數	全年最高累積積分
普查及預防	**「AIA Vitality 健康程式」**健康檢視 (血壓/血糖/身高體重指標(BMI)/總膽固醇)	完成評估750 結果維持於健康範圍1,250	每年	8,000
	牙科檢查	1,000	每年	1,000
	大便隱血檢查(FOBT)(50歲或以上)	2,000	每兩年(會員在進行檢查後，於首年賺取1,000積分及其後一年另再賺取1,000積分)	1,000
	乳房X光造影檢查(女性50歲或以上)	2,000		1,000
	前列腺特異性抗原PSA測試 (男性50歲或以上)	2,000		1,000
	柏氏抹片(女性適用)	2,000		1,000
	流感疫苗	1,000	每年	1,000
	HPV疫苗(女性18 - 26歲)	1,000	終身一次	1,000(終身)
	乙型肝炎疫苗	1,000	終身一次	1,000(終身)
戒煙	非吸煙者聲明	1,000 **免費**	每年	1,000
社群	接受並完成挑戰	每挑戰50 **免費**	不定時	500
	成功令他人接受並完成挑戰	每人每挑戰50 **免費**		500
舒適睡眠	睡眠追蹤 (24小時內錄得最少7小時總睡眠時間)	5 **免費** (每月上限155)	每日	1,830

註： 上述積分一覽表只供參考之用，並會不時更改而不作另行通知。有關最新詳情、相關條款及細則，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。
大部分裝置都能追蹤您的健康習慣，但個別活動需要專用個別裝置才能追蹤。詳情請登入AIA+ ，並查閱「AIA Vitality」內的「已連接配置」。

註： 上述積分一覽表只供參考之用，並會不時更改而不作另行通知。有關最新詳情、相關條款及細則，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。
大部分裝置都能追蹤您的健康習慣，但個別活動需要專用個別裝置才能追蹤。詳情請登入AIA+ ，並查閱「AIA Vitality」內的「已連接配置」。

4 獎賞

實踐目標，尊享獎賞

每一個健康選擇，都值得獎勵。我們除了為您提供保費折扣或額外保障，更與不同合作夥伴攜手，為您帶來一系列生活消閒獎賞和優惠。



會員級別愈高　獎賞愈豐富

「AIA Vitality 健康程式」會員級別	銅	銀	金	白金
所需會員積分	0 分	10,000 分	20,000 分	30,000 分
指定AIA Vitality特選保險產品[6]首年保費9折[7]或10%額外保障[8] 下年度續保時保費折扣或額外保障百分比之調整[9]	-2%	-1%	0% （沒有任何調整）	+1%

保費折扣最高**85**折或
額外保障最高**15%**

獎賞及優惠

您可以儲分升級，獲享更多獎賞及優惠。

瞭解最新詳情： https://www.aia.com.hk/zh-hk/health-and-wellness/aia-vitality/enjoy-the-rewards

6. AIA Vitality特選保險產品提供不同優惠，如欲查詢詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。
7. 保費折扣只適用於投保指定AIA Vitality特選保險產品基本計劃或附加契約的一般標準保費，並不適用於任何額外附加保費。
8. 額外保障指「AIA Vitality 健康程式」保障增值，是一次性附加予原有保額的額外保障，保障金額為原有保額的某百分比，於賠償人壽或嚴重疾病保障時計算。
9. 在任何情況下，有關續保保費折扣及額外保障計算將視乎受保人於每個保單年度續保時的「AIA Vitality 健康程式」會員級別而釐定。AIA 特選保險產品保單及「AIA Vitality 健康程式」會籍之週年日可能會有所不同。「AIA Vitality 健康程式」提供不同優惠，如欲瞭解詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

4 獎賞

實踐目標，尊享獎賞

每一個健康選擇，都值得獎勵。我們除了為您提供保費折扣或額外保障，更與不同合作夥伴攜手，為您帶來一系列生活消閒獎賞和優惠。



獎賞貼士：每月獎賞換領券

要透過**「AIA Vitality 健康程式」**獲取獎賞其實好簡單。只要每日步行滿**7,500步**[10]，1個月即可獲**2張**獎賞換領券，3個月則可獲**6張**，全年更可換領最多**24張**。



於主頁面下方，點選「獎賞」



點選左上方「AIA Vitality」方格



選取您想兌換的禮券[11]



點按「兌換」



點按「確認」



成功兌換後，可於「可使用禮券」下，點選已兌換禮券，並按「顯示二維碼」，根據使用詳情使用

10. 每日步行7,500步，可賺取50積分；達12,500步或以上，則最高可賺取100積分。
11. 獎賞選項及優惠會因應會員於轉換「每月獎賞換領券」時的會員級別而定。「AIA Vitality 健康程式」會員級別愈高，獎賞選項及優惠愈豐富。獎賞選項及優惠會不時更改而不作另行通知。有關最新詳情、相關條款及細則，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

註： 您必須於有效期屆滿前兌換獎賞換領券。兌換當日，您必須持有有效的「AIA Vitality 健康程式」會籍。如欲參閱最新詳情，請瀏覽aia.com.hk/aiavitality。

實踐目標，尊享獎賞

每一個健康選擇，都值得獎勵。我們除了為您提供保費折扣或額外保障，更與不同合作夥伴攜手，為您帶來一系列生活消閒獎賞和優惠。



升級貼士：「AIA Vitality 健康程式」輕鬆成「金」之路

要每個會籍年度晉升至金級會員行列，其實比想像中輕鬆得多。只需跟隨以下簡單步驟，即可輕易升級，尊享更多獎賞和優惠。

完成6個免費網上評估[12]＋快速健康檢視





1

高達9,500分

每天7,500步
使用免費計步流動應用程式或健身配置

每日 7,500 步

2

高達15,000分

晉升金級會員

3

高達24,500分

為幫助大家更輕鬆享用**「AIA Vitality 健康程式」**的獎賞，我們特別製作了一系列教學短片，幫助大家展開健康之旅。
您可以掃瞄右方二維碼或瀏覽 https://www.aia.com.hk/zh-hk/health-and-wellness/aia-vitality/tutorial-videos 瞭解更多。

PTA999346.1225

12. 會員需完成「AIA Vitality 健康程式」健康評估、壓力源評估、運動評估、網上營養評估、非吸煙者聲明及睡眠評估，賺取共5,500積分。所有網上評估或會隨時變更而不作另行通知。

請即聯絡

香港 (852) 2232 8282

澳門 0800 315
（只限澳門電話網絡）

hk.vitality@aia.com

aia.com.hk/aiavitality

AIA Hong Kong and Macau

AIA_HK_MACAU

FSC
混合產品
紙張
FSC™ C013067