

PRINT- COVERAGE

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
1	2 nd , Fri	Live Mint	Comparison and ranking of Care Health Insurance's product with competitors.	11

Top 15 health plans for you



How do you buy a health insurance plan? With numerous products, plan options, and all the complicated fine print, comparing insurance can be quite a daunting task. To simplify and empower quicker decision-making, Mint in association with Beshak.org, an unbiased insurance discovery platform presents Mint Beshak Insurance Ratings. This rating zooms into the most essential aspects of insurance plans blurring out the frills to present a refreshed version 2.0 of our erstwhile mediclaim rating. The full ratings can be seen at: <https://bit.ly/3ztnodF>. In today's edition, we list the top 15 health insurance plans for people below 65. These plans have been first stacked for two critical outcomes with respect to health insurance (a) lowest

out-of-pocket expenses from hospitalization (product rating) and (b) smoothest claim settlement (claims rating) to generate the overall rating. This overall rating can then be compared with the premium affordability rating to evaluate suitable plans, based on the individual preference of the reader. For the purpose of ratings, we have considered indemnity-based comprehensive family floater hospitalization plans available online. The premium affordability rating is indicative. It is relatively measured on premiums of a ₹10 lakh cover for a family of two adults and one child, living in Mumbai.

—Navneet Dubey



The below table is a summary/extract of the detailed rating on [livemint.com](https://www.livemint.com). Scan the QR code to check out the detailed Mint Beshak Insurance Rating including the scoring methodology.

	Product rating	Claimant's overall rating	Overall rating	Premium affordability rating
Manipal Cigna - ProHealth Prime (Advantage)	5.0	3.8	★★★★★ 4.8	★★★★ 4.0
ICICI Lombard - Complete Health Insurance - (Health Elite)	4.8	4.7	★★★★★ 4.8	★★★★ 4.0
Niva Bupa (Health ReAssure)	5.0	3.6	★★★★★ 4.7	★★★ 3.0
Niva Bupa (Health Companion)	4.7	3.6	★★★★★ 4.5	★★★ 3.0
Aditya Birla Health - Active Assure	4.6	4.0	★★★★★ 4.5	★★★ 3.0
Magma HDI - One Health (Premium Plan)	4.6	4.0	★★★★★ 4.5	★★★★ 4.0
Manipal Cigna - ProHealth (Accumulate Plan)	4.6	3.8	★★★★★ 4.4	★★★★ 4.0
Star Health - Assure	4.6	3.4	★★★★★ 4.3	★★★ 3.5
Aditya Birla Health - Activ Health Platinum (Premiere Plan)	4.4	4.0	★★★★★ 4.3	★★★★★ 5.0
HDFC Ergo - Optima Restore	5.0	1.5	★★★★★ 4.3	★★★★ 4.0
Reliance General - Health Gain (Power Plan)	5.0	1.5	★★★★★ 4.3	★★★★ 3.5
Care Insurance - Care	4.3	4.2	★★★★★ 4.3	★★★★ 4.0
HDFC Ergo - Optima Secure	4.9	1.5	★★★★★ 4.2	★★★★ 4.0
Go Digit - Health Insurance (Comfort Pro Plan)	4.4	3.6	★★★★★ 4.2	★★★ 3.0
Edelweiss General - Family Health Insurance (Gold Plan)	4.2	3.9	★★★★★ 4.1	★★★ 3.0

Note: The higher the rating, the better the plan is. However, in the case of the premium affordability ratings, the higher the ratings, the more expensive the plan will be.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
2	9 th , Fri	Tarun Bharat	Article on wellness benefits in health insurance companies with a special mention of Care Health Insurance.	8

अर्थ उद्योग

अर्थ वृत्तांत
शशांक गुल्लगुळे

का ही विमा कंपन्यांनी आरोग्य विमा पॉलिसीत 'वेलनेस बेनिफिट्स क्लॉज' आणून दिले आहेत. या क्लॉजच्या निमित्ताने जर पॉलिसीधारक बसला तर त्याला बरेच फायदे मिळू शकतात. प्रीमियमची रक्कम कमी करावी लागते व अन्य फायदेही मिळतात. 'आदिव्य बिल' या आरोग्य विमा ठिकाणाचा कंपनीने, २०२१ मध्ये 'ऑक्टिव्ह हेल्थ प्रॉटेक्शन' पॉलिसी लॉन्च केली. या पॉलिसीतील नियमानुसार, जर पॉलिसीधारकने आरोग्य राखले तर त्याचा पूर्ण प्रीमियम माफ होऊ शकतो.

या पॉलिसीचे फायदे मिळण्यासाठी पॉलिसीधारकाला 'एका दिवशी किमान दहा हजार पायऱ्या चढाव्या' तरातारात किंवा दररोज ३०० कॅलरी जाळायच्या लागतात किंवा जीममध्ये ३० मिनिटे व्यायाम करावा लागतो. असे महिन्याला किमान १० दिवस केव्हाच तो पॉलिसीधारक 'वेलनेस बेनिफिट्स' मिळविण्यास पात्र ठरू शकतो. पॉलिसीधारक योग कर्नाट असेल किंवा पोल्हाच्या व्यायाम करीत असेल, तर तो

यारसोही असलेल्या अंतर मोजले जात नाही. यारसोही शरीर तंदुरुस्त असल्याचे मूल्यांकन दर दहा महिन्यांनी करावे लागते. 'आदिव्य बिल' ही जगात एकमेव अशी कंपनी आहे जी 'वेलनेस बेनिफिट्स' योजनेखाली प्रीमियममध्ये १०० टक्के सवलत देते. 'आयसीआयसीआय लोन्दाई हेल्थ इन्शुरन्स', 'बजाज अलायन्स स्टार हेल्थ' या आरोग्य विमा कंपन्या प्रीमियममध्ये १०० टक्के सवलत देत नाहीत, तर केवळ आरोग्य पॉलिसीवर केवळ ५० टक्के सवलत देतात. यारसोही पॉलिसीत नमूद केलेले सर्व निकष पूर्ण केल्यास 'बजाज अलायन्स' कंपनी १२.५ टक्के प्रीमियममध्ये 'डिस्काउंट' देते. 'आयसीआयसीआय लोन्दाई'ने नुकत्याच ओपीडी (बाह्य रुग्ण विभाग) व 'वेलनेस रायडर लॉन्च' केला आहे. यात ही कंपनी मूळ प्रीमियममध्ये २५ टक्के डिस्काउंट देते. एकूण पॉलिसीधारकांच्या सुमारे दहा टक्के पॉलिसीधारक हा पर्याय स्वीकारतात. एप्रिल ते जून २०२२ या कालावधीत एकूण पॉलिसीधारकांच्या ३० टक्के पॉलिसीधारकांनी हा पर्याय स्वीकारला आहे. एप्रिल ते जून २०२१ दरम्यान याचे प्रमाण २० टक्के होते. 'वेलनेस बेनिफिट्स' मध्ये 'आदिव्य बिल' ऑक्टिव्ह हेल्थ', 'आदिव्य बिल' ऑक्टिव्ह अथुअर डायमंड', 'निवाड्या रिजर्व्युअर स्टार कॉन्ट्रीहेल्थ', 'स्टार हेल्थ यंग स्टार', 'केअर प्लस' आणि 'मिगपाल सिग्ना प्राईम' या पॉलिसीज लोकप्रिय आहेत.

वरिष्ठ नागरिक

वरिष्ठ नागरिकांच्या पॉलिसीवर फार चढ्या दाने प्रीमियम आकारला जातो. वरिष्ठ नागरिकांनी जर चांगले आरोग्य राखले तर त्यांनाही याचा फायदा घेता येऊ शकतो. वरिष्ठ नागरिकांसाठी दहा हजार पायऱ्या

आरोग्य विम्याचे असेही 'वेलनेस बेनिफिट्स'

चढण्याचा नियम नसून, ७५०० पायऱ्या चढण्याचा निर्णय आहे. यात इतर फायदेही आहेत ते- पॉलिसीधारक औषधे अन्य आरोग्य संबंधित उत्पादने तसेच शारीरिक चाचण्या विमा कंपन्याच्या 'सेवा भागीदार' कंपनीकडून करून घेऊ शकतो. डॉक्टरांचा सल्ला मोफत

यामुळे 'आदिव्य बिल'चे ग्राहक त्यांचे हेल्थ स्कोअर 'अमेझॉन', 'उबेर', 'सेमसंग' यांची बिल भरताना 'रिवाईर्ड पॉईंट्स'चा फायदा घेऊ शकतात. आरोग्यदायक अन्न खाण्याच्या त्यांना यात प्रोत्साहन दिले जाते. पॉलिसीधारक त्यांचा नाश्ता, सकाळचे जेवण

त्यामधून संरक्षण म्हणून प्रवास विमा पॉलिसी उत्पन्निल्या जातात. यात दोन प्रकार आहेत. एक 'सिंगल ट्रीप ट्रेव्हल इन्शुरन्स' योजने व दुसरी 'मल्टिप्लि ट्रेव्हल इन्शुरन्स'. एका वेळच्या प्रवासासाठी किंवा बऱ्याच वेळच्या प्रवासासाठी.

व रोजीचे जेवण यांचे फोटो व्हॉट्सअप किंवा मेल करू शकतो.

या पॉलिसीमुळे विमा कंपन्यांवरून लागू काहीसा कमी होतो आणि त्यामुळे विमा कंपन्यांचा नफाही वाढतो. त्यामुळे या 'वेलनेस बेनिफिट्स' पॉलिसी पॉलिसीधारक व विमा कंपन्या दोघांनाही फायदेही आहेत.

प्रवास विमा

परदेशी गेल्यावर वैद्यकीय किंवा अन्य कारणांमुळे तुम्ही अडचणीत आसात, तर

सिंगल ट्रीप

यात देशांतर्गत किंवा एका परदेशी प्रवासाचे संरक्षण मिळते. या पॉलिसीची मुदत १८० दिवसांची असते. तुम्ही एकाच प्रवासात बऱ्याच ठिकाणी जाणार आसात, तर ती एकाच ट्रीप समजली जाते व या पॉलिसीत संरक्षण मिळते. तुम्ह्या देशातून विमानात बसल्यापासून ते तुम्ह्या देशात परत विमानातून उतरण्यात ही पॉलिसी कार्यरत राहते. पण, या दोन्ही कालावधीत १८० दिवसांहून अधिक अंतर

असा कायम नये. कारण, या पॉलिसीची मुदत फक्त १८० दिवस असते. प्रवासात सामान हरवले किंवा चोरला गेले, पासपोर्ट हरवला, ताबडोबा दातारत उपचार कळणं घ्यावे लागल्यास, प्रवासाची कागदपत्रे, वैद्यकीय महत्त्वाच्या वस्तू हरविणे या सत्तीची भरपाई या पॉलिसीद्वारे मिळू शकते.

मल्टिप्लि ट्रेव्हल विमा

हा विमा एक वर्षासाठी उत्तरवित्त देतो. या एका वर्षात पॉलिसीधारक कितीही प्रवास करू शकतो. 'सिंगल ट्रीप'मध्ये मिळणारे सर्व संरक्षण या पॉलिसीतही मिळते. दोन्ही प्लान सारखेच संरक्षण देतात. फक्त यांचा कालावधी वेगळेळा असतो. उर्षात किती ट्रीप असतील, यानुसार पॉलिसीची निवड करावी. ट्रीपचा कालावधी किती दिवसांचा आहे, हा मुद्दाही विचारात घ्यावा लागतो. जे अधिक दिवसांची (सहा महिने) एवढे परदेशी ट्रीप करतात, त्यांच्यासाठी सिंगल ट्रीप पॉलिसी योग्य आहे. मल्टिप्लि ट्रीप पॉलिसी, तुम्ही विस्तृत घेऊनलेल्या दिवसांपासून ३६५ दिवसांसाठी कार्यरत होते. समजा, एखादा पॉलिसी घेतल्यानंतर एक महिन्याची प्रवासात निघाला तर त्याची एक महिन्याची पॉलिसी फुकट मिळते. खर्चासावायाना निमित्ताने जे बरेचसे प्रवास करतात, त्यांच्यासाठी ही पॉलिसी चांगली आहे. ट्रेव्हल विमा खरेदी करताना फक्त लक्षात घ्यावे की, देशादेशानुसार नियम व संरक्षण वेगळेवेगळे असते. या पॉलिसीत टिकाण, दिवस हे वगैरे महत्त्वाचे असतात. रोखरकम, मोठ्यापान वस्तू, वैद्यकीय खर्च ट्रीप रद्द होणे याबाबतची रक्कम संरक्षणाची रक्कम व पॉलिसीत असलेले 'एक्झक्लूजन' याची माहिती पॉलिसीची मिळते. हीच कालावधी/ हीचे संरक्षण विमान उडवल्यापासून विमान जमिनीवर उतरण्यापर्यंत मर्यादित असते. यापेक्षा ट्रेव्हल विमा उत्तरविधायक जास्त फायदे मिळतात.

'वेलनेस बेनिफिट्स' अंतर्गत मिळणारी सवलत, उदाहरणादाखल एका ३० वर्षांच्या व्यक्तीने दहा लाख रुपयांची पॉलिसी विकत घेतली आहे असे समजू व या पर्यायात या पॉलिसी धारकाला मिळणारे फायदे कसे असतील, ते यात.

विमा कंपनीचे नाव	योजनेचे नाव	जीएसटीसह प्रीमियम (रु.)	डिव्हाऊंटचे प्रमाण	डिव्हाऊंट नंतर भरावा लागणारा प्रीमियम रुपये
१) आदिव्य बिल हेल्थ इन्शुरन्स	ऑक्टिव्ह हेल्थ	७,४७४	१००%	७४७४
२) आदिव्य बिल हेल्थ इन्शुरन्स	ऑक्टिव्ह अथुअर डायमंड	७,९१९	३०%	५,५४३
३) निवाड्या हेल्थ इन्शुरन्स	रिजर्व्युअर	९,५१३	३०%	६,३५९
४) मिगपाल सिग्ना हेल्थ इन्शुरन्स	प्राईम ऑक्युपंट	१२,५१३	२०%	१०,०१०
५) स्टार हेल्थ इन्शुरन्स	कॉन्ट्रीहेल्थ	११,४७६	१०%	१०,३२६
६) स्टार हेल्थ इन्शुरन्स	यंग स्टार	७,९३३	१०%	६,४३९
७) केअर हेल्थ इन्शुरन्स	केअर प्लस	११,७५१	रुपये १०००/-	१०,७५१

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
3	19 th , Mon	The Hindu	Comparison and ranking of Care Health Insurance's premium with competitors.	11

Health insurance premium							
Insurer name	Key features	Plan names	Premium (₹)	Insurer name	Key features	Plan names	Premium (₹)
Care Health	Day Care Treatments	NCB Super Premium	10,069	Digit General	Pre and Post Hospitalisation Coverage	Early Cover Option	8,064
	Family Floater option	Care	9,153		Restoration of Cover	Super care Option	7,616
	Health Checkups	Care with unlimited recharge	9,840		Alternate medicine (AYUSH)	Ultimate Option	8,393
	No claim bonus	Care plus	11,755	Bajaj Allianz General	Hospital Room Eligibility		
	Restoration of cover	Care Heart	14,195		Wellness Benefits	Individual Health Guard	12,212
	No claim bonus	Care with Enhance	10,783		Family Floater Option		
No claim bonus	Care with (NCB and PED Waive-off Rider)	11,442	No claim bonus	Bajaj Health Guard - Platinum	13,569		
Pre and Post Hospitalisation Coverage	NCB Super Premium with UAR	10,755					
Niva Bupa Health	Day Care Treatments	Health ReAssure	9,590	SBI General Insurance	Free health checkup	Arogya Supreme	13,180
	Hospitalization at Home	Health Pulse Enhanced	10,161	Royal Sundaram General	Day Care Treatments		
	Family Floater option	Health Companion	9,862		Hospitalization at Home	Lifeline supreme	8,578
	E-consultation	Health Premia	16,436		Hospital Room Eligibility		
Alternate Medicine	Go Active	11,747	Alternate Medicine				
Star Health	Family Floater option	Medi Classic	11,095	TATA AIG	Pre and Post Hospitalisation Coverage		
	Restoration of cover	Star Comprehensive	11,476		Day Care Treatments	Medicare	9,820
	Wellness Benefits	Young Star Gold Plan	8,389		Hospitalization at Home		
	Existing illness cover	Diabetes Safe Plan-B	19,122		Free health checkup	Medicare Premier	12,176
Free health checkup	Young Star Silver Plan	7,133					
Aditya Birla Health	Cashless hospitals	Activ assure Diamond	7,919	New India Insurance	Restoration of cover		
	Day Care Treatments	Activ Health Platinum Enhanced	9,074		Day care Treatment	Individual Mediclaim Policy	9,416
	Day 1 coverage	Activ Health Platinum Enhance (Diabetes)	17,912	Rahjea DBE	Hospitalization at Home	Health QuBE Basic	4,947
	Day 1 coverage	Activ Health Platinum Enhance (Asthma)	13,170		Restoration of Cover	Health QuBE SuperSaver	4,011
	Day 1 coverage	Activ Health Plat. Enhance (Hypertension)	19,889		Hospital Room Eligibility	Health QuBE Comprehensive	5,787
	Day 1 coverage	Activ Health Platinum Essential	7,474		Day Care Treatments	Edelweiss Health Insurance- Gold (Health 241 Add-on)	10,916
	Day 1 coverage	Activ Health Platinum Essential (Diabetes)	15,072	Edelweiss General	Hospitalization at Home		
Day 1 coverage	Activ Health Platinum Enhance (Asthma)	11,240	Hospital Room Eligibility		Edelweiss Health Insurance Gold	8,733	
Day 1 coverage	Activ Health Plat. Enhance (Hypertension)	16,587	Alternate Medicine				
Chola MS General	Day Care Treatments			Liberty General	Day Care Treatments	Basic	9,579
	Hospital Room Eligibility				Hospitalization at Home	Elite	10,777
	Hospitalization at Home	Flexi Health	7,807		Hospital Room Eligibility	Supreme	11,337
Alternate Medicine				Oriental Insurance	Pre and Post Hospitalisation Coverage		
			Day Care Treatments		Individual Mediclaim Policy	12,684	
			Hospitalization at Home				

For a 30-year-old male, non-smoker, for sum insured of ₹10 lakh living in a metro city

Premium is calculated on the basis of age of insured member, location, plan type and sum insured

Medical expenses that arise due to an illness and benefits will be payable subject to the terms and conditions and exclusions of the policy

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
4	29 th , Thu	Uday Today	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ

जयपुर, (उदय टुडे)। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस मौजान अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बड़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं। एक्सक्लुजिव हार्ट इश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड- रीटेल, केयर हेल्थ इश्योरेन्स ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-संयतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
5	29 th , Thu	Hindustan Express	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सवेलुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

नई दिल्ली। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें,

मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स

प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चेक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद

का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
6	29 th , Thu	The Public Side	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

Secure your hearthealth withan exclusive Health Insurance plan from Care Health Insurance

Mumbai (The Public Side).

Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholding the essence of the same, Care Health Insurance advocates its 'Care Heart Insurance Plan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Ajay Shah, Director & Head –



10 YEARS OF CARE

Retail, Care Health Insurance said "With stress, anxiety, behavioral risk factors like unhealthy diet and physical inactivity being part & parcel of one's life, cardiovascular ailments are on a rise. It has become absolutely necessary, now more so than earlier, for individuals to be extra cautious towards their well-being. Early detection of cardiovascular diseases through regular checks can help manage it better and a Comprehensive Health Insurance can secure their health and finances against possible medical exigencies in the future."

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
7	29 th , Thu	Adhikar	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

नई दिल्ली (एजेंसी)। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
8	29 th , Thu	Dainik Navjyoti	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	11

एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान

एजेंसी, नवज्योति/नई दिल्ली। केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान लें। केयर हार्ट कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
9	29 th , Thu	Business Remedies	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	06

‘अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ’

बिजनेस रेमेडीज

विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरुक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट-कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह

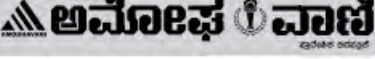


प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में

अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रीटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने कहा, कि तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक जरूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। नियमित जांच के द्वारा समय रहते कार्डियोवैस्कुलर रोगों का निदान होने से इन्फार्म प्रबन्धन बेहतर तरीके से किया जा सकता है। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेन्सी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है। लोगों को अच्छे स्वास्थ्य के बारे में जागरुक बनाने के लिए केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने अपने उपभोक्ताओं के लिए विशेष 'हेल्थ मैनेजमेन्ट प्रोग्राम' भी पेश किए हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
10	29 th , Thu	Amoghavani	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	04



ಅಮೋಘ ವಾಣಿ

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ನ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟಿಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
11	29 th , Thu	Jaya Kirana	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

**ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ
ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ**

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟಿಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೋ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
12	29 th , Thu	Karavali Ale	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು, ಸೆ.28: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟೆಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
13	29 th , Thu	Samyukta Karnataka	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟೆಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ.10 ರವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
14	29 th , Thu	Vishwavani	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	10



ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್ ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ. ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊ ರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿ ಚಯಿಸಲಾಗಿ ದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ ಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒ ಳಗೂ ಳ್ಕುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟೆಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು ಆ ರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾ ಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರ ಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇ. 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದರು.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
15	29 th , Thu	Sanjevani	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	04

ಸಂಜೆವಾಣಿ

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶ ದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದುಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ನ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟಿಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ

Website: www.sanjevani.com

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
16	29 th , Thu	Kannada Ratna	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	01

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ. ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ಷೋಧೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಅಂಚೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟಿಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ಸಮೀಕರಣ ಪ್ರಮಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಿಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
18	29 th , Thu	Dittadwani	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	01

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ, ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ನ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟೆಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಸೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರೀಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
19	29 th , Thu	Hosadigantha Sangama	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆ

ಮಂಗಳೂರು: ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನವಂದು ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಗಾಗಿ. ಮಾನವೀಯತೆಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗಾಗಿ ಬಳಸಿ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ 'ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ಪ್ಲಾನ್' ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿದೆ. ಸ್ವಂತಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿವಾತರಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ನೀಡಲು ಈ ಕ್ಷೋಭೀಕೃತ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೇರ್ ಹಾರ್ಟ್ ಎಂಬ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾ ಯೋಜನೆಯು ಮೊದಲೇ ಹೃದಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ಓಳಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ನಿರ್ದೇಶಕ ಮತ್ತು ರೀಟಲ್ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಅಜಯ್ ಶಾ ಪ್ರಕಟಣೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಲು, ಕೇರ್ ಹೆಲ್ತ್ ಇನ್ಶೂರೆನ್ಸ್ ತನ್ನ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಕೆಲವು 'ಆರೋಗ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು' ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಬಗ್ಗೆ ಸೆಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಜತೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಡೆಯಾತ್ಮಕ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಇತರ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಗ್ರಾಹಕರು ನವೀಕರಣ ಪ್ರಮಿಯಂಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 10 ರ ವರೆಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇದರ ಜತೆಗೆ ಈ ಯೋಜನೆಯು ವಾರ್ಷಿಕ ಹೃದಯ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆ, ಪೂರ್ವ ಮತ್ತು ನಂತರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಆಯುಷ್ ಸುರಕ್ಷೆಯಂಥ ವ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೇಣಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
20	29 th , Thu	Herald Youngster	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट-कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं। एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रीटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेज़ी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। नियमित जांच के द्वारा समय रहते कार्डियोवैस्कुलर रोगों का निदान होने से इनका प्रबन्धन बेहतर तरीके से किया जा सकता है। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेन्सी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।"

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
21	29 th , Thu	Divya Gujarat	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત



માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યાપ્ત, સારી ઊંઘ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશ સાથીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો...

આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ – સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને

હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે. વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ડાયાબીટીસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્રપાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો થવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
22	29 th , Thu	Standard Herald	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	11

કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સમાંથી હેલ્થ વીમાયોજના સાથે હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યાપ્ત, સારી ઊંઘ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશ સાથીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો...

આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઈન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ – સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ,

પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે. વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ડાયાબીટીસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્રપાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો થવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે.

એક્સકલૂઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ – રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું કે, “ચિંતા, તણાવ, અનુચિત આહાર અને શારીરિક નિષ્ક્રિયતા જેવા સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે જોખમકારક અભિગમો વ્યક્તિના જીવનનો ભાગ બની જવાથી કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર બિમારીઓ વધી રહી છે. આ સ્થિતિસંજોગોમાં વ્યક્તિએ તેના સ્વાસ્થ્યને લઈને અગાઉ કરતાં અત્યારે વધુ સાવચેત રહેવાની જરૂર છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
23	29 th , Thu	Vrajkishan Bhoomi	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યાપ્ત, સારી ઊંચ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશે સાચીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો...

આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ - સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્જ્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ્ય કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે.

વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ડાયાબીટીસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્રપાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો ધવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે.

એક્સકલુઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ

ઇન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ - રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું કે, "ચિંતા, તણાવ, અનુચિત આહાર અને શારીરિક નિષ્ક્રિયતા જેવા સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે જોખમકારક અભિગમો વ્યક્તિના જીવનનો ભાગ બની જવાથી કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર બિમારીઓ વધી રહી છે. આ સ્થિતિસંજોગોમાં વ્યક્તિએ તેના સ્વાસ્થ્યને લઈને અગાઉ કરતાં અત્યારે વધુ સાવચેત રહેવાની જરૂર છે. નિયમિત ચકાસણી

દ્વારા કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર રોગોના વહેલાસર નિદાનથી તેને વહેલાસર સારી રીતે નિયંત્રણમાં લેવામાં મદદ મળી શકે છે તથા સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના તેમના સ્વાસ્થ્યને સુરક્ષિત કરી શકે છે તથા ભવિષ્યમાં શક્ય તબીબી કટોકટી સામે ધિરાણ મેળવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે."

સારું આરોગ્ય જાળવવા લોકોને વધુ પ્રેરિત કરવા કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના ગ્રાહકો માટે વિવિધ ચોક્કસ

'હેલ્થ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ' પણ પ્રસ્તુત કર્યા છે. આ વિવિધ પ્રોગ્રામ તમારા આરોગ્યને જાળવવા તમને પ્રેરિત કરવાની સાથે સારું સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે રિવોર્ડ પણ આપશે. રોગનિવારક હેલ્થ ચેક-અપ્સની સુવિધા મેળવીને, ખાસ કરીને યોગા અને અન્ય વેઈટ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ અને દરરોજ સ્ટેપ કાઉન્ટ કરીને ગ્રાહકો રિન્યૂઅલ પ્રોગ્રામમાં ૧૦ ટકા સુધી ડિસ્કાઉન્ટનો લાભ મેળવી શકે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
24	29 th , Thu	Sunvilla Samachar	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

સનવિલા ન્યુઝ, અમદાવાદ, તા. ૨૮

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વ પૂર્ણતમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યાપ્ત, સારી ઊંઘ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશ સાથીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો. આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ – સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની

બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આયોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ્ય કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે. વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ડાયાબીટીસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્રપાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો થવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે. એક્સક્લૂઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ – રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
25	29 th , Thu	Mahasagar	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

केयर हेल्थ इन्शुरन्सच्या सर्वसमावेशक आरोग्य विमा योजनेसह तुमच्या हृदयाचे आरोग्य सुरक्षित ठेवा

२८ सप्टेंबर २०२२ : या जागतिक हृदय दिनानिमित्त प्रत्येक हृदयात द्या हृदयाला जागा... निसर्गासाठी, मानवतेसाठी आणि मुख्य म्हणजे स्वतःसाठी हृदयात जागा ठेवा. कामने प्रवास करण्याऐवजी चालणे, सायकलिंगासारख्या शारीरिक गोष्टी करा. व्यायाम, ध्यानधारणा, पुरेशी झोप यांच्या माध्यमातून तणावावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी हृदयाला योग्य दिशा द्या. आजूबाजूच्या लोकांमध्ये हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगांसाठी दर्जेदार आरोग्यसेवांच्या उपलब्धीविषयी जागरूकता पसरवा.

हीच बाब लक्षात घेत केयर हेल्थ इन्शुरन्सने केयर हार्ट इन्शुरन्स योजना तयार केली आहे, जी स्वतःला किंवा इतरांना भेट देण्यासाठी योग्य आहे. केयर हार्ट सर्वसमावेशक आरोग्य विमा योजनेअंतर्गत संबंधित व्यक्तीला आधीपासून असलेला हृदयरोग समोर आणून हृदयरोगाशी संबंधित जास्तीत जास्त संरक्षण व कव्हरेज दिले जाते. त्याशिवाय या योजनेमध्ये वार्षिक हृदय तपासणी, प्री आणि पोस्ट हॉस्पिटलायझेशन आणि आयुष्यकव्हरेज या सुविधाही दिल्या जातात.

जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार जगभरातील अंदाजे ३२ मृत्यू हृदयरोगाशी संबंधित असतात. बैठी जीवनशैली, मधुमेह, दारू आणि सिगरेटचे वाढते सेवन, हायपरटेंशन अशा कारणांमुळे हृदयाच्या गंभीर समस्या लहान वयातही कोणत्याही धोक्याच्या इशा-याशिवाय उद्भवू शकतात. हृदयासाठी खास विमा योजनेची गरज असल्याचे स्पष्ट करताना केयर हेल्थ इन्शुरन्सच्या रिटेल विभागाचे प्रमुख आणि संचालक अजय शहा म्हणाले, ताण, चिंता अयोग्य आहार, शारीरिक हालचालींचा अभाव हे आजकाल प्रत्येकाच्या आयुष्याचा भाग झाले असल्यामुळे हृदयरोगाशी संबंधित धोके वाढले आहेत.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
26	29 th , Thu	Yuvarashtra Darshan	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	08

केयर हेल्थ इन्शुरन्सच्या सर्वसमावेशक आरोग्य विमा योजनेसह तुमच्या हृदयाचे आरोग्य सुरक्षित ठेवा

२८ सप्टेंबर २०२२ : या जागतिक हृदय दिनानिमित्त प्रत्येक हृदयात द्या हृदयाला जागा... निसर्गासाठी, मानवतेसाठी आणि मुख्य म्हणजे स्वतःसाठी हृदयात जागा ठेवा. कासने प्रवास करण्याऐवजी चालणे, सायकलिंगसारख्या शारीरिक गोष्टी करा. व्यायाम, ध्यानधारणा, पुरेशी झोप यांच्या माध्यमातून तणावावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी हृदयाला योग्य दिशा द्या. आजूबाजूच्या लोकांमध्ये हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगांसाठी दर्जेदार आरोग्यसेवांच्या उपलब्धीविषयी जागरूकता पसरवा.

हीच बाब लक्षात घेत केयर हेल्थ इन्शुरन्सने केयर हार्ट इन्शुरन्स योजना तयार केली आहे, जी स्वतःला किंवा इतरांना भेट देण्यासाठी योग्य आहे. केयर हार्ट सर्वसमावेशक, आरोग्य विमा योजनेअंतर्गत संबंधित व्यक्तीला आधीपासून असलेला हृदयरोग समोर आणून हृदयरोगाशी संबंधित जास्तीत जास्त संरक्षण व कठिणते दिले जाते. त्याशिवाय या योजनेमध्ये वार्षिक हृदय तपासणी, प्री आणि पोस्ट हॉस्पिटलायझेशन आणि आयुष्य कठिणते या सुविधाही दिल्या जातात.

जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार जगभरातील अंदाजे ३२ मृत्यू हृदयरोगाशी संबंधित असतात. बैठी जीवनशैली, मधुमेह, दारू आणि सिगरेटचे वाढते सेवन, हायपरटेंशन अशा कारणांमुळे हृदयाच्या गंभीर समस्या लहान वयातही कोणत्याही धोक्याच्या इशाऱ्याशिवाय उद्भवू शकतात.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
27	29 th , Thu	Aapka Faisla (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सवल्जिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ



चंडीगढ़/लुधियाना, (आपका फैसला) । इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर

हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट-कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
28	29 th , Thu	Aaj Samaj (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ

चडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सीधे। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रीटेल, केयर हेल्थ इश्योरेन्स ने कहा, हृत्तनाव, चिंता, गैर-सहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेंसी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
29	29 th , Thu	Yug Marg (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	09

Secure your heart health with Care Health Insurance

CHANDIGARH/LUDHIANA: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases.. Talking about the need for having an exclusive heart insurance Ajay Shah, Director & Head – Retail, Care Health Insurance said "With stress, anxiety, behavioral risk factors like unhealthy diet and physical inactivity being part & parcel of one's life, cardiovascular ailments are on a rise. It has become absolutely necessary, now more so than earlier, for individuals to be extra cautious towards their well-being. Early detection of cardiovascular diseases through regular checks can help manage it better and a Comprehensive,

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
30	29 th , Thu	Lokprarana (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेंस के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेंस प्लान के साथ

चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेंस आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेंस प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

care 10 YEARS
HEALTH INSURANCE

10 YEARS OF CARE

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
31	29 th , Thu	Human India (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ

ह्यूमन इंडिया/ब्यूरो चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें।

शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और



लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सौजन्य अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर

हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ देरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे

सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

अ
क
अ
क
ज
में
7.
ए
अ
त
चु

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
32	29 th , Thu	Motherland Voice (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	10

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ



10 YEARS OF CARE

चंडीगढ़/लुधियाना: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए हृदय हार्ट इंश्योरेन्स प्लान शुरू लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ

इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
33	29 th , Thu	Vatika News (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेंस के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेंस प्लान के साथ

वाटिका न्यूज चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेंस आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेंस प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।



10 YEARS OF CARE

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
34	29 th , Thu	State Samachar (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	10

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

चंडीगढ़/लुधियाना।स्टेट समाचार। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।



S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
35	29 th , Thu	Punjab Kesari (Chandigarh)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	04

दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें

चंडीगढ़, 28 सितंबर (दीपेंद्र) : इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। केयर हेल्थ इंश्योरेंस 'सलाह देता है कि 'केयर हार्ट इंश्योरेंस प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
36	29 th , Thu	Sach Di Pattari	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	08

ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ

ਲੁਧਿਆਣਾ, 28 ਸਤੰਬਰ
(ਜੇ.ਐਸ.ਸੋਢੀ)

ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ 'ਤੇ, ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ। ਕੁਦਰਤ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਤੇ ਵੀ

ਆਉਟ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਸੈਰ ਕਰੋ, ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਓ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡੀਓ ਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸੀਜਨ ਵਿੱਚ

ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜਾਂ ਲਈ 'ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਪਲਾਨ' ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ



ਹੈ। ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ 32 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮੌਤਾਂ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ

ਹਨ। ਐਕਸਕਲੂਸਿਵ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਅਜੇ ਸਾਹ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਹੋਡ - ਰਿਟੋਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਹੁਣ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ। ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸੁਰੂਆਤੀ ਜਾਂਚ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹਨ।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
37	29 th , Thu	Akali Patrika	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ

ਲੁਧਿਆਣਾ, 28 ਸਤੰਬਰ- ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ 'ਤੇ, ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ।



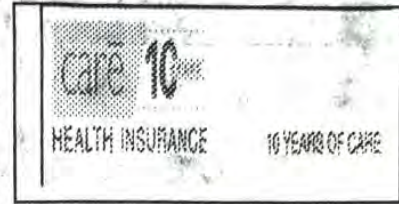
ਕੁਦਰਤ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਤੇ ਵੀ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਸੈਰ ਕਰੋ, ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਓ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡੀਓ ਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜਾਂ ਲਈ 'ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਪਲਾਨ' ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
38	29 th , Thu	Jujhar Times	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	09

ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ

ਜੁਝਾਰ ਟਾਈਮਜ਼

ਲੁਧਿਆਣਾ 29 ਸਤੰਬਰ (ਰੋਗਿਜ਼)- ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ 'ਤੇ, ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ। ਕੁਦਰਤ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਤੇ ਵੀ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਸੈਰ ਕਰੋ, ਤਣਾਅ ਤੋਂ



ਬਚੋ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਓ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡੀਓ ਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜਾਂ ਲਈ 'ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਪਲਾਨ' ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ 32 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
39	29 th , Thu	Punjab Times	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

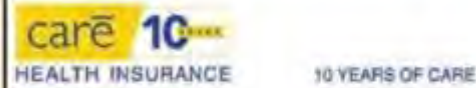
ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ

ਲੁਧਿਆਣਾ, 28 ਸਤੰਬਰ (ਆਰ ਮੀਡੀਆ)- ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ 'ਤੇ, ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ।

ਕੁਦਰਤ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਤੇ ਵੀ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

ਕਰੋ, ਸੈਰ ਕਰੋ, ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਓ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡੀਓ ਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜਾਂ ਲਈ 'ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਪਲਾਨ' ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ 32 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮੌਤਾਂ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਕਸਕਲੂਸਿਵ ਹਾਰਟ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਅਜੇ ਸਾਹ,

ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡ - ਰਿਟੇਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ



ਕਸਰਤ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਹੁਣ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ। ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਜਾਂਚ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸਰੋਸ ਪਲਾਨ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
40	29 th , Thu	Malwa Point	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਲ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ

ਲੁਧਿਆਣਾ: (ਜੇ.ਐਸ.ਸੋਢੀ)-
ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ 'ਤੇ, ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ। ਕੁਦਰਤ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਤੇ ਵੀ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਸੈਰ ਕਰੋ, ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਕਸਰਤ ਕਰੋ, ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਓ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡੀਓ ਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ



10 YEARS OF CARE

ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਲਈ 'ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਪਲਾਨ' ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੇਅਰ ਹਾਰਟ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ 32 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮੌਤਾਂ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਕਸਕਲੂਸਿਵ ਹਾਰਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਅਜੇ ਸ਼ਾਹ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡ - ਰਿਟੇਲ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਪੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਹੁਣ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ

ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ। ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਜਾਂਚ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹਨ।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
41	29 th , Thu	Jag Marg (Ludhiana)	This heart day, secure your cardiac health with an exclusive insurance plan from Care Health Insurance	02

‘केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान’ जरूर लें

लुधियाना (जगमार्ग न्यूज)। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए ‘केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान’ जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। एक्सक्लुज़िव हार्ट इश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड- रीटेल, केयर हेल्थ इश्योरेन्स ने कहा, तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेज़ी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
42	29 th , Thu	Aaj Samaj (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ

चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सौचे। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान जरूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रीटेल, केयर हेल्थ इश्योरेन्स ने कहा, हृत्तनाद, चिंता, गैर-संतुलित आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेन्सी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
43	29 th , Thu	Yug Marg (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	09

Secure your heart health with Care Health Insurance

CHANDIGARH/LUDHIANA: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases.. Talking about the need for having an exclusive heart insurance Ajay Shah, Director & Head – Retail, Care Health Insurance said "With stress, anxiety, behavioral risk factors like unhealthy diet and physical inactivity being part & parcel of one's life, cardiovascular ailments are on a rise. It has become absolutely necessary, now more so than earlier, for individuals to be extra cautious towards their well-being. Early detection of cardiovascular diseases through regular checks can help manage it better and a Comprehensive.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
44	29 th , Thu	Punjabi Jagran (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਜ਼ਰੂਰੀ

ਲੁਧਿਆਣਾ : ਵਿਸ਼ਵ ਦਿਲ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਹਰ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚੋ। ਅਜੇ ਸ਼ਾਹ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਹੈੱਡ ਰਿਟੇਲ ਕੇਅਰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਗ਼ੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਹੁਣ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੀਏ।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
45	29 th , Thu	Aapka Faisla (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सवर्लुजिव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ



चंडीगढ़/लुधियाना, (आपका फैसला) । इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर

हार्ट इश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट-कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित

हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
46	29 th , Thu	Lokprarnana (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	05

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेंस के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेंस प्लान के साथ

चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेंस आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेंस प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

care 10 YEARS
HEALTH INSURANCE

10 YEARS OF CARE

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
47	29 th , Thu	Human India (Ludhiana)	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इश्योरेन्स प्लान के साथ

ह्यूमन इंडिया/ब्यूरो चंडीगढ़/लुधियाना। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें।

शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और



लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सौजन्य अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर

हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ देरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे

सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

अ
क
अ
क
ज
में
7.
ए
अ
त
चु

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
48	30 th , Fri	Gujarat Pranam	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યામ, સારી ઊંઘ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશ સાથીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો...

આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને

આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સે એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ – સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્યૂઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
49	30 th , Fri	Palash News	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इन्श्योरेंस के एक्सक्लुज़िव हार्ट इन्श्योरेंस प्लान के साथ

28 सितम्बर, 2022: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इन्श्योरेंस आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इन्श्योरेंस प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट—कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इन्श्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक

सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुश कवरेज।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मातों कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

एक्सक्लुज़िव हार्ट इन्श्योरेंस की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हेड—रीटेल, केयर हेल्थ इन्श्योरेंस ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-संतुलित आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेज़ी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक

ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। नियमित जांच के द्वारा समय रहते कार्डियोवैस्कुलर रोगों का निदान होने से इनका प्रबन्धन बेहतर तरीके से किया जा सकता है। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इन्श्योरेंस भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेंसी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।"

लोगों को अच्छे स्वास्थ्य के बारे में जागरूक बनाने के लिए केयर हेल्थ इन्श्योरेंस ने अपने उपभोक्ताओं के लिए विशेष 'हेल्थ मैनेजमेंट प्रोग्राम' भी पेश किए हैं। ये प्रोग्राम न सिर्फ आपको अपनी सेहत पर काम करने के लिए प्रेरित करते हैं बल्कि अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए रिवॉर्ड भी देते हैं। इस प्रोग्राम के तहत उपभोक्ता निवारक स्वास्थ्य जांच, योगा, वेट मैनेजमेंट प्रोग्राम, रोज़ाना में स्टेप काउंट आदि को अपनाकर रीन्यूअल प्रीमियम पर 10 फीसदी तक की छूट का लाभ उठा सकते हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
50	30 th , Fri	Loktej	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेंस के एक्सवल्जिब हार्ट इंश्योरेंस प्लान के साथ

लोकतेज, सूरत। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। एक्सवल्जिब हार्ट इंश्योरेंस की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैंड-रीटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेंस ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेंस आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेंस प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रिहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेंस प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट-यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
51	30 th , Fri	Saamana Times	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

सूत्र। इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रीटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेज़ी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फ़ायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फ़ीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
52	30 th , Fri	Gujarat Guardian	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	04

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત બાળવો

સુરત: આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ, પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. એક્સક્લૂઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ઘરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ-રિટેલ અવય શાહે કહ્યું હતું કે, આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ - સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ઘરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્જીયુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઇઝેશન તેમજ આયુષ કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
53	30 th , Fri	Dhabkar	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	06

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

સુરત : આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો.

એક્સકલૂઝિવ હાર્ટ વીમા યોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું કે, આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર

હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યો છે. કેર હાર્ટ - સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમા યોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ્ય કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે. ખાસ કરીને યોગા અને અન્ય વેઈટ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ અને દરરોજ સ્ટેપ કાઉન્ટ કરીને ગ્રાહકો રિન્યુઅલ પ્રોગ્રામમાં ૧૦ ટકા સુધી ડિસ્કાઉન્ટનો લાભ મેળવી શકે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
54	30 th , Fri	Samana Danik	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

સુરત,: આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોર્કિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો.

એક્સકલૂઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ ? રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું કે, આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઇન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઇન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ ? સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ યોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોલ્મિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ્ય કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે. ખાસ કરીને યોગા અને અન્ય વેઈટ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ અને દરરોજ સ્ટેપ કાઉન્ટ કરીને ગ્રાહકો રિન્યુઅલ પ્રોગ્રામમાં ૧૦ ટકા સુધી ડિસ્કાઉન્ટનો લાભ મેળવી શકે છે.

વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાડું જીવનશૈલી, ડાયાબીટીસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્રપાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો થવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે.

S.No.	September, 2022	Publication	Headline	Page No.
55	30 th , Fri	Nagpur Post	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

Secure your hearthealth withan exclusive HealthInsurance plan from Care Health Insurance

28th September 2022:Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car,use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholdingtheessenceofthesame,CareHealth Insuranceadvocatesits'CareHeartInsurancePlan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Care Heart- Comprehensive Health Insuranceplan covers individuals with pre-existing heart conditions and brings to the fore, maximum protection & coverage for heart related ailments. Additionally, the plan offers a wide array of benefits like Cardiac Annual Health Check-up, Pre & Post Hospitalization as well as AYUSH Coverage. As per the World Health Organisation, nearly 32% of global deaths are associated with cardiovascular conditions in some way or another.

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
56	1 st , Sat	Samchar Jagat	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	09

केयर हेल्थ की कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान लेने की सलाह

नई दिल्ली (एजेंसी)। केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड- रीटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने कहा कि तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक ज़रूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को

लेकर सतर्कता बरतें। नियमित जांच के द्वारा समय रहते कार्डियोवैस्कुलर रोगों का निदान होने से इनका प्रबन्धन बेहतर तरीके से किया जा सकता है। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेन्सी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है। लोगों को अच्छे स्वास्थ्य के बारे में जागरूक बनाने के लिए केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने अपने उपभोक्ताओं के लिए विशेष 'हेल्थ मैनेजमेन्ट प्रोग्राम' भी पेश किए हैं। ये प्रोग्राम न सिर्फ आपको अपनी सेहत पर काम करने के लिए प्रेरित करते हैं बल्कि अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए रिवॉर्ड भी देते हैं। इस प्रोग्राम के तहत उपभोक्ता निवारक स्वास्थ्य जांच, योगा, वेट मैनेजमेन्ट प्रोग्राम, रोज़ाना में स्टेप काउंट आदि को अपनाकर रीन्यूअल प्रीमियम पर 10 फीसदी तक की छूट का लाभ उठा सकते हैं।

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
57	1 st , Sat	Rajasthan Patrika	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	25

केयर हेल्थ इंश्योरेन्स का जागरूकता अभियान

नई दिल्ली. विश्व हृदय दिवस के मौके पर केयर हेल्थ इंश्योरेन्स की ओर से केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान लेने के लिए जागरूक किया जा रहा है। कंपनी के निदेशक अजय शाह कहते हैं कि काम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेंसी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
58	1 st , Sat	Rashtradoot	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	03

म भा यागदान दद्या ।

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे जरूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नाद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें। इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीजन अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' जरूर लें। केयर हार्ट-कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं। एक्सक्लुजिव हार्ट इंश्योरेन्स की आवश्यकता के बारे में बात करते हुए अजय शाह, डायरेक्टर एवं हैड-रिटेल, केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने कहा, "तनाव, चिंता, गैर-सेहतमंद आहार और शारीरिक व्यायाम की कमी के चलते आजकल कार्डियो वैस्कुलर रोगों के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। ऐसे में अब पहले से कहीं अधिक जरूरी हो गया है कि हम अपने स्वास्थ्य को लेकर सतर्कता बरतें। नियमित जांच के द्वारा समय रहते कार्डियोवैस्कुलर रोगों का निदान होने से इनका प्रबन्धन बेहतर तरीके से किया जा सकता है। कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स भविष्य में होने वाली किसी भी मेडिकल एमरजेन्सी में आपके स्वास्थ्य और पैसे दोनों को सुरक्षित रखता है।" लोगों को अच्छे स्वास्थ्य के बारे में जागरूक बनाने के लिए केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने अपने उपभोक्ताओं के लिए विशेष 'हेल्थ मैनेजमेंट प्रोग्राम' भी पेश किए हैं। ये प्रोग्राम न सिर्फ आपको अपनी सेहत पर काम करने के लिए प्रेरित करते हैं बल्कि अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए रिवाइड भी देते हैं। इस प्रोग्राम के तहत उपभोक्ता निवारक स्वास्थ्य जांच, योगा, वेट मैनेजमेंट प्रोग्राम, रोजाना में स्टेप काउंट आदि को अपनाकर रीन्यूअल प्रीमियम पर 10 फीसदी तक की छूट का लाभ उठा सकते हैं।

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
59	1 st , Sat	Mahavidarbha	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

केयर हेल्थ इन्शुरन्सच्या सर्वसमावेशक आरोग्य विमा योजनेसह तुमच्या हृदयाचे आरोग्य सुरक्षित ठेवा

२८ सप्टेंबर २०२२ या जागतिक हृदय दिनानिमित्त प्रत्येक हृदयात द्या हृदयाला जागा... निसर्गासाठी, मानवतेसाठी आणि मुख्य म्हणजे स्वतःसाठी हृदयात जागा ठेवा. कारणे प्रवास करण्याऐवजी चालणे, सायकलिंगसारख्या शारीरिक गोष्टी करा. व्यायाम, ध्यानधारणा, पुरेशी झोप यांच्या माध्यमातून तणावावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी हृदयाला योग्य दिशा द्या. आजूबाजूच्या लोकांमध्ये हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोगांसाठी दर्जेदार आरोग्यसेवांच्या उपलब्धीविषयी जागरूकता पसरवा.

हीच बाब लक्षात घेत केयर हेल्थ इन्शुरन्सने 'केयर हार्ट इन्शुरन्स योजना' तयार केली आहे, जी स्वतःला किंवा इतरांना भेट देण्यासाठी योग्य आहे. केयर हार्ट सर्वसमावेशक आरोग्य विमा

carē 10^{YEARS}
HEALTH INSURANCE 10 YEARS OF CARE

योजनेअंतर्गत संबंधित व्यक्तीला आधीपासून असलेला हृदयरोग समोर आणून हृदयरोगाशी संबंधित जास्तीत जास्त संरक्षण व कव्हरेज दिले जाते. त्याशिवाय या योजनेमध्ये वार्षिक हृदय तपासणी, प्री आणि पोस्ट हॉस्पिटलायझेशन आणि आयुष कव्हरेज या सुविधाही दिल्या जातात.

जागतिक आरोग्य संघटनेनुसार जगभरातील अंदाजे ३२ मृत्यू हृदयरोगाशी संबंधित असतात. बँठी जीवनशैली, मधुमेह, दारू आणि सिगरेटचे वाढते सेवन, हायपरटेंशन अशा कारणांमुळे हृदयाच्या गंभीर

समस्या लहान वयातही कोणत्याही धोक्याच्या इशान्याशिवाय उद्भवू शकतात.

हृदयासाठी खास विमा योजनेची गरज असल्याचे स्पष्ट करताना केयर हेल्थ इन्शुरन्सच्या रिटेल विभागाचे प्रमुख आणि संचालक अजय शहा म्हणाले, 'ताण, चिंता अयोग्य आहार, शारीरिक हालचालींचा अभाव हे आजकाल प्रत्येकाच्या आयुष्याचा भाग झाले असल्यामुळे हृदयरोगाशी संबंधित धोके वाढले आहेत. आता आपल्या स्वास्थ्याची काळजी घेणे प्रत्येकासाठी जास्त महत्वाचे झाले आहे. नियमित तपासणीच्या मदतीने हृदयरोगाचे लवकर निदान

झाल्यास त्याचे चांगल्या प्रकारे व्यवस्थापन करता येते आणि सर्वसमावेशक आरोग्य विमा योजनेच्या मदतीने आरोग्य तसेच भविष्यातील वैद्यकीय खर्च लक्षात घेता आर्थिक बाबींचे व्यवस्थापन करता येते.'

चांगले आरोग्य राखण्यासाठी लोकांना प्रेरणा देण्याच्या हेतूने केयर हेल्थ इन्शुरन्सने आपल्या ग्राहकांसाठी 'आरोग्य व्यवस्थापन उपक्रम' तयार केला आहे. या उपक्रमामुळे स्वास्थ राखण्यासाठी चालना दिली जाते, शिवाय त्यासाठी रिवॉई दिले जातात. प्रतिबंधात्मक तपासणी, योग करणे, वजन व्यवस्थापन उपक्रमांत सहभागी होणे, रोजूचे चालणे नोंदवणे यांच्या माध्यमातून ग्राहकांना प्रीमियम रिन्यूवलवर १० टक्के सवलतीचा लाभ घेता येऊ शकतो.

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
60	2 nd , Sun	Punjab Express	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	11

Secure your heart health with Care Health Insurance

CHANDIGARH/LUDHIANA: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases.

BPE

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
61	2 nd , Sun	Dainik Bhaskar	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	07

**केयर हेल्थ
इंश्योरेन्स का हार्ट
इंश्योरेन्स प्लान**

एजेंसी | मुंबई. विश्व हृदय दिवस के मौके पर केयर हेल्थ इंश्योरेन्स ने अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' लेने की अपील की है। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीजों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं।

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
62	3 rd , Mon	Suryakaal	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.	02

કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સમાંથી સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમા યોજના સાથે તમારા હૃદયને સ્વસ્થ અને સુરક્ષિત જાળવો

મુંબઈ, સોમવાર

આ વર્ષે વિશ્વ હૃદય દિવસ પર દરેક હૃદય માટે હૃદયનો ઉપયોગ. પ્રકૃતિ, માનવતા અને સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ તમારા માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો. કાર દ્વારા પ્રવાસ કરવાને બદલે વોકિંગ, સાયકલિંગ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ કરો, કસરત, ધ્યાન દ્વારા માનસિક તણાવને નિયંત્રિત કરીને તમારી જાત માટે તમારા હૃદયનો ઉપયોગ કરો તથા પર્યાપ્ત, સારી ઊંઘ લો તેમજ કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગો માટે ગુણવત્તાયુક્ત હેલ્થકેર સુવિધા વિશ સાથીદારો વચ્ચે જાગૃતિ લાવો...

આ જ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને આ સિઝનમાં તમારા માટે અને તમારા પરિવારજનો માટે કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ એના 'કેર હાર્ટ ઈન્સ્યોરન્સ પ્લાન'ના વિકલ્પ પર વિચારવા તમને પ્રેરિત કર્યા છે. કેર હાર્ટ—સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના હૃદયની બિમારી ધરાવતી વ્યક્તિઓને વીમાકવચ આપે છે અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓ માટે મહત્તમ સુરક્ષા અને વીમાકવચ પ્રદાન કરે છે. ઉપરાંત આ

યોજના કાર્ડિયાક એન્યુઅલ હેલ્થ ચેક-અપ, પ્રી એન્ડ પોસ્ટ હોસ્પિટલાઈઝેશન તેમજ આયુષ્ય કવરેજ જેવા વિવિધ લાભ ઓફર કરે છે.

વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ, દુનિયામાં આશરે ૩૨ ટકા મૃત્યુ એક યા બીજી રીતે કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર સ્થિતિ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. બેઠાં જીવનશૈલી, ડાયાબીટિસ, આલ્કોહોલ, ધુમ્ર પાનના સેવનમાં વધારો અને હાયપરટેન્શનમાં વધારો થવાથી આ હૃદય સાથે સંબંધિત લાંબા ગાળાની બિમારીઓ ચેતવણી વિના નાની વયે પણ થઈ શકે છે.

એક્સકલૂઝિવ હાર્ટ વીમાયોજના ધરાવવાની જરૂરિયાત વિશે કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સના ડિરેક્ટર એન્ડ હેડ — રિટેલ અજય શાહે કહ્યું હતું કે, “ચિંતા, તણાવ, અનુચિત આહાર અને શારીરિક નિષ્ક્રિયતા જેવા સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે જોખમકારક અભિગમો વ્યક્તિના જીવનનો ભાગ બની જવાથી કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર બિમારીઓ વધી રહી છે. આ

સ્થિતિસંજોગોમાં વ્યક્તિએ તેના સ્વાસ્થ્યને લઈને અગાઉ કરતાં અત્યારે વધુ સાવચેત રહેવાની જરૂર છે. નિયમિત ચકાસણી દ્વારા કાર્ડિયો વાસ્ક્યુલર રોગોના વહેલાસર નિદાનથી તેને વહેલાસર સારી રીતે નિયંત્રણમાં લેવામાં મદદ મળી શકે છે તથા સંપૂર્ણ હેલ્થ વીમાયોજના તેમનાં સ્વાસ્થ્યને સુરક્ષિત કરી શકે છે તથા ભવિષ્યમાં શક્ય તબીબી કટોકટી સામે ધિરાણ મેળવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે.”

સારું આરોગ્ય જાળવવા લોકોને વધુ પ્રેરિત કરવા કેર હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ એના ગ્રાહકો માટે વિવિધ ચોક્કસ 'હેલ્થ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ' પણ પ્રસ્તુત કર્યા છે. આ વિવિધ પ્રોગ્રામ તમારા આરોગ્યને જાળવવા તમને પ્રેરિત કરવાની સાથે સારું સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે રિવોર્ડ પણ આપશે. રોગનિવારક હેલ્થ ચેક-અપની સુવિધા મેળવીને, ખાસ કરીને યોગા અને અન્ય વેઈટ મેનેજમેન્ટ પ્રોગ્રામ અને દરરોજ સ્ટેપ કાઉન્ટ કરીને ગ્રાહકો રિન્યુઅલ પ્રોગ્રામમાં ૧૦ ટકા સુધી ડિસ્કાઉન્ટનો લાભ મેળવી શકે છે.

S.No.	October, 2022	Publication	Headline	Page No.
63	5 th , Wed	Mint	Comparison and ranking of Care Health Insurance's product with competitors.	11

Top 15 health plans for you



How do you buy a health insurance plan? With numerous products, plan options, and all the complicated fine print, comparing insurance can be quite a daunting task.

To simplify and empower quicker decision-making, *Mint* in association with *Beshak.org*, an unbiased insurance discovery platform presents Mint Beshak Insurance Ratings. This rating zooms into the most essential aspects of insurance plans blurring out the frills to present a refreshed version 2.0 of our erstwhile mediclaim rating. The full ratings can be seen at: <https://bit.ly/3ztmodF>.

In today's edition, we list the top 15 health insurance plans for people below 65.

These plans have been first stacked for two critical outcomes with respect to health insurance (a) lowest

out-of-pocket expenses from hospitalization (product rating) and (b) smoothest claim settlement (claims rating) to generate the overall rating.

This overall rating can then be compared with the premium affordability rating to evaluate suitable plans, based on the individual preference of the reader.

For the purpose of ratings, we have considered indemnity-based comprehensive family floater hospitalization plans available online. The premium affordability rating is indicative. It is relatively measured on premiums of a ₹10 lakh cover for a family of two adults and one child, living in Mumbai.

—Navneet Dubey



The below table is a summary/extract of the detailed rating on [livemint.com](https://www.livemint.com). Scan the QR code to check out the detailed Mint Beshak Insurance Rating including the scoring methodology.

	Product rating*	Claims track record rating*	Overall rating	Premium affordability rating
Manipal Cigna - ProHealth Prime (Advantage)	5.0	3.8	★★★★★ 4.8	₹₹₹₹₹ 4.0
ICICI Lombard - Complete Health Insurance - (Health Elite)	4.8	4.7	★★★★★ 4.8	₹₹₹₹₹ 4.0
Niva Bupa (Health ReAssure)	5.0	3.6	★★★★★ 4.7	₹₹₹₹₹ 3.0
Niva Bupa (Health Companion)	4.7	3.6	★★★★★ 4.5	₹₹₹₹₹ 3.0
Aditya Birla Health - Active Assure	4.6	4.0	★★★★★ 4.5	₹₹₹₹₹ 3.0
Magma HDI - One Health (Premium Plan)	4.6	4.0	★★★★★ 4.5	₹₹₹₹₹ 4.0
Manipal Cigna - ProHealth (Accumulate Plan)	4.6	3.8	★★★★★ 4.4	₹₹₹₹₹ 4.0
Star Health - Assure	4.6	3.4	★★★★★ 4.3	₹₹₹₹₹ 3.5
Aditya Birla Health - Activ Health Platinum (Premiere Plan)	4.4	4.0	★★★★★ 4.3	₹₹₹₹₹₹ 5.0
HDFC Ergo - Optima Restore	5.0	1.5	★★★★★ 4.3	₹₹₹₹₹ 4.0
Reliance General - Health Gain (Power Plan)	5.0	1.5	★★★★★ 4.3	₹₹₹₹₹ 3.5
Care Insurance - Care	4.3	4.2	★★★★★ 4.3	₹₹₹₹₹ 4.0
HDFC Ergo - Optima Secure	4.9	1.5	★★★★★ 4.2	₹₹₹₹₹ 4.0
Go Digit - Health Insurance (Comfort Pro Plan)	4.4	3.6	★★★★★ 4.2	₹₹₹₹₹ 3.0
Edelweiss General - Family Health Insurance (Gold Plan)	4.2	3.9	★★★★★ 4.1	₹₹₹₹₹ 3.0

Note: The higher the rating, the better the plan is. However, in the case of the premium affordability ratings, the higher the ratings, the more expensive the plan will be.


ONLINE COVERAGE


S.No.	September, 2022	Publication	Link
1	6 th , Tue	DNA India	Care Health Insurance ties up with InsuranceDekho to offer customised travel insurance plans to its customers.

Home » Personal Finance

InsuranceDekho launches travel insurance policy by partnering with HDFC Ergo, Care and more: know details

The travel policy covers a wide range of areas depending on the plan you choose.

Reported By:  | Edited By: DNA Web Team | Source: DNA Web Desk | Updated: Sep 06, 2022, 04:02 PM IST



InsuranceDekho launches travel insurance policy by partnering with HDFC Ergo, Care and more: know details

S.No.	September, 2022	Publication	Link
2	29 th , Thu	The Financial Express	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

On World Heart Day, use heart for your heart's health

Every year, around 1.7 crore people die due to cardiovascular diseases, accounting approximately 31 per cent of all global mortality.

September 29, 2022 4:00:38 pm

[Follow Us](#)



[financialexpress.com](#)

World Heart Day gives us an opportunity to bring to the forefront, the importance of our heart's well-being for a healthy life.

By Ajay Shah, Director & Head- Retail, Care Health Insurance

World Heart Day gives us an opportunity to bring to the forefront, the importance of our heart's well-being for a healthy life. By virtue of its implicit existence, a healthy heart directly defines our living.

S.No.	September, 2022	Publication	Link
3	29 th , Thu	Keval News	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

Secure your heart health with an exclusive Health Insurance plan from Care Health Insurance

📅 September 29, 2022 🏠 Lifestyle



29th September 2022: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholding the essence of the same, Care Health Insurance advocates its 'Care Heart Insurance Plan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Care Heart- Comprehensive Health Insurance plan covers individuals with pre-existing heart conditions and brings to the fore, maximum protection & coverage for heart related ailments. Additionally, the plan offers a wide array of benefits like Cardiac Annual Health Check-up, Pre & Post Hospitalization as well as AYUSH Coverage.

S.No.	September, 2022	Publication	Link
4	29 th , Thu	24 News Hour	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

Secure your heart health with an exclusive Health Insurance plan from Care Health Insurance

BY 24NEWSHOUR.COM | SEPTEMBER 29, 2022



SHARE:

29th September 2022: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholding the essence of the same, Care Health Insurance advocates its 'Care Heart Insurance Plan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Care Heart- Comprehensive Health Insurance plan covers individuals with pre-existing heart conditions and brings to the fore, maximum protection & coverage

Search

Recent

- Tata AIG Guarant gets a p upgrad
- ICICI Ba offers b UK for I
- Avaade impact through Educati Empow Environ initiativ

S.No.	September, 2022	Publication	Link
5	29 th , Thu	Patrikajagat	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.



careē 10 YEARS

HEALTH INSURANCE

SECURE YOUR HEART HEALTH WITH AN EXCLUSIVE HEALTH INSURANCE PLAN FROM CARE HEALTH INSURANCE

▲ patrikajagat. 📅 September 29, 2022

29th September 2022: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholding the essence of the same, Care Health Insurance advocates its 'Care Heart Insurance Plan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Care Heart- Comprehensive Health Insurance plan covers individuals with pre-existing heart conditions and brings to the fore, maximum protection & coverage for heart related ailments. Additionally, the plan offers a wide array of benefits like Cardiac Annual Health Check-up, Pre & Post Hospitalization as well as AYUSH Coverage.

As per the World Health Organisation, nearly 32% of global deaths are associated with cardiovascular conditions in some way or another, Owing to sedentary lifestyle, diabetes, increasing consumption of alcohol, smoking and hypertension, these critical heart ailments can strike even at an early age that too, without warning.

S.No.	September, 2022	Publication	Link
6	29 th , Thu	News Strike	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

HEALTH

Secure your heart health with an exclusive Health Insurance plan from Care Health Insurance

By Ankur Sharma | September 29, 2022



29th September 2022: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

Upholding the essence of the same, Care Health Insurance advocates its 'Care Heart Insurance Plan' as a considerate option for oneself and gifting loved ones this season. Care Heart- Comprehensive Health Insurance plan covers individuals with pre-existing heart conditions and brings to the fore, maximum protection & coverage for heart related ailments. Additionally, the plan offers a wide array of benefits like Cardiac Annual Health Check-up, Pre & Post Hospitalization as well as AYUSH

S.No.	September, 2022	Publication	Link
7	29 th , Thu	Big Breaking News	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

JAIPUR NEWS

Secure your heart health with an exclusive Health Insurance plan from Care Health Insurance

By Editor · September 29, 2022



HEALTH INSURANCE

29th September 2022: Use heart for every heart, this World Heart Day. Use your heart for nature, humanity and most importantly for yourself. Indulge more in physical activities like walking, cycling instead of traveling by car, use your heart for yourself by controlling psychological stress through exercises, meditation, and getting sufficient, quality sleep and alongside spread awareness among fellow beings about access to quality healthcare for Cardio Vascular Diseases..

S.No.	September, 2022	Publication	Link
8	29 th , Thu	Society News	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

September 29, 2022



10 YEARS OF CARE

29 सितम्बर,

2022: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें।

अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे

ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-

जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरुक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें।

केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीज़ों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है।

इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-

अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज।

S.No.	September, 2022	Publication	Link
9	29 th , Thu	The Public Side	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ



10 YEARS OF CARE

29 सितम्बर,
2022: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर ह
र दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें।
अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता
के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें।

शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-

जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें।

केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीज़ों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं।

यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है।

इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज।

S.No.	September, 2022	Publication	Link
10	29 th , Thu	The Saransh	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

The Saransh 7 days ago




10 YEARS OF CARE

29 सितम्बर, 2022: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरूक बनाने की कोशिश करें।

इसी दृष्टिकोण के साथ केयर हेल्थ इंश्योरेन्स आपको सलाह देता है कि इस सीज़न अपने लिए और अपने प्रियजनों के लिए 'केयर हार्ट इंश्योरेन्स प्लान' ज़रूर लें। केयर हार्ट- कॉम्प्रीहेन्सिव हेल्थ इंश्योरेन्स प्लान है, जो उन मरीज़ों को भी कवर करता है जो पहले से दिल की बीमारियों से पीड़ित हैं। यह प्लान हार्ट यानि दिल की बीमारियों के लिए अधिक सुरक्षा और कवरेज देता है। इसके अलावा इस प्लान के साथ ढेरों अन्य फायदे भी मिलते हैं जैसे सालाना कार्डियक चैक-अप, अस्पताल में भर्ती से पहले और बाद का कवरेज तथा आयुष कवरेज।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक दुनिया भर में होने वाली 32 फीसदी मौतें कार्डियोवैस्कुलर रोगों की वजह से होती हैं। गतिहीन जीवनशैली, मधुमेह, शराब का बढ़ता सेवन, धूम्रपान और उच्च रक्तचाप के चलते दिल की ये गंभीर बीमारियां अब कम उम्र में भी आम हो गई हैं।

S.No.	September, 2022	Publication	Link
11	29 th , Thu	News4Rajasthan	Article on securing your health with Care Health Insurance's heart specific health insurance plan, this World Heart Day.



care 10 YEARS
HEALTH INSURANCE

10 YEARS OF CARE

अपने दिल के स्वास्थ्य को सुरक्षित रखें केयर हेल्थ इंश्योरेन्स के एक्सक्लुज़िव हार्ट इंश्योरेन्स प्लान के साथ

0
NEWS 4 RAJASTHAN
Thursday, 29 September 2022

29 सितम्बर, 2022 : इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति ,...

- > डिजिटल बाल मेला में ऑनलाइन बच्चों से जुड़े १५म राज्यमंत्री टीकाराम और विधायक रामलाल
- > वर्ल्ड रिकॉर्ड धारी जयपुर निवासी हृदयेश्वर सिंह भाटी का निधन
- > कल से जिम रेस्टोरेंट खुलेंगे,राजस्थान अनलॉक-3 की गाइडलाइन जारी हुई

29 सितम्बर, 2022: इस विश्व हृदय दिवस के मौके पर हर दिल की सुरक्षा के लिए दिल से सोचें। अपने दिल का इस्तेमाल प्रकृति, मानवता के लिए और सबसे ज़रूरी अपने लिए करें। शारीरिक व्यायाम करें, जैसे कार के बजाए कहीं भी आने-जाने के लिए साइकल का इस्तेमाल करें, पैदल चलें, तनाव से बचें, व्यायाम करें, मनन करें, अच्छी नींद लें और लोगों को कार्डियो वैस्कुलर रोगों से बचने के बारे में जागरुक बनाने की कोशिश करें।

S.No.	October, 2022	Publication	Link
12	10 th , Mon	CNBC TV18	Article by Mr Ajay Shah, Head – Distribution, Care Health Insurance on benefits of securing your health with a multi-year health insurance policy.

A health emergency can arise anytime and potentially exhaust the entire Sum Insured that is available. In such cases, features like Automatic recharge of Sum Insured help reinstate the Sum Insured back to the original levels by providing that much needed additional cover which can be used for any other claim during the remaining policy tenure.

A multi-year Health Insurance policy thus provides with varied benefits to secure your future in a cost-efficient and convenient manner. Choosing this can safeguard you from the financial stress of health exigencies and also pave the way for wise financial planning.

The author, Ajay Shah, is Director and Head, Retail Business at Care Health Insurance. The views expressed are personal

S.No.	October, 2022	Publication	Link
13	10 th , Mon	The Indian Express	Here's what Mr Ajay Shah, Head – Distribution, Care Health Insurance has to say on choosing the right health insurance plan for your family.

“Choosing health insurance plans that suit the specific requirements of an individual/family is of prime importance. There are various product offerings that a consumer can opt for based on parameters ranging from PED waiting period, specific benefits like unlimited automatic recharge of sum insured, annual health check-ups, air ambulance cover, maternity cover, and OPD cover, among many more,” Ajay Shah, Director- Head of Retail Business, Care Health Insurance said.

All this, in addition to getting cashless treatment in case of hospitalisation and coverage for pre and post-hospitalisation expenses,” Shah added. One insurance expert says that people should opt for that policy which does not have any limit on room rent.

“It’s always better to pay a higher premium for a policy with no such limits than going for one that comes cheaper with a sub-limit,” one of the insurance experts said.

S.No.	October, 2022	Publication	Link
14	15 th , Sat	The Economic Times	Article on top- ups in health insurance with a special mention of Care Health Insurance.

What kind of health top-up insurance cover do you need?

By Anurag Subramanian | October 15, 2022 | 14:43



1/a Is it worth it?

While both top-up and super top-up plans have long been considered a good way to enhance health insurance at low cost, super top-ups were regarded primarily for senior citizens or those with conditions requiring frequent hospitalisation. However, in the past couple of years, super top-ups have gained prominence, with most insurers phasing out top-up plans and retaining the super top-ups. While some insurers like the New India Assurance and Royal Sundaram offer top-up plans, others like Niva Bupa, Reliance and Care only offer super top-ups, and some like Liberty offer both. So, does it make sense for you to buy these plans?

S.No.	October, 2022	Publication	Link
15	25 th , Tue	News18	Article by Mr Ajay Shah, Head – Distribution, Care Health Insurance on choosing the right health insurance plan for your family this Diwali.

Be Smart and Choose the Right Health Insurance Plan

Choosing the right Health Insurance requires a thorough understanding of the products available in the market, its benefits, add-ons, and terms & conditions. Factors like Sum Insured, No Claim Bonus, Affordable Premiums, Capping on certain treatments, Co-payments, and Comprehensiveness of Hospital Network (where cashless medical treatment is available) are important to consider. Also, the Claim Settlement Ratio, where a company demonstrates its dependability in terms of granting claims is a crucial element in deciding your insurer. One should look for covers with the fewest exclusions and maximum benefits at an affordable price.

The ultimate goal of leading a blissful life is centered on how healthy your body is! To achieve and sustain good health, we must strive to have a healthy lifestyle and develop healthy habits. And to provide you security against the unforeseen medical exigencies of the future, a right and comprehensive coverage is essential. This festive season, you must prioritize your health and ensure a tight shield against medical emergencies to enjoy your life to the fullest.

Ajay Shah is Director & Head- Retail at Care Health Insurance

S.No.	October, 2022	Publication	Link
16	27 th , Thu	Mint	Read what Mr Ajay Shah, Head – Distribution, Care Health Insurance has to say on benefits of getting a comprehensive health insurance policy for your family.



Mr. Ajay Shah, Director & Head- Retail, Care Health Insurance said “Getting a comprehensive health insurance plan for your family with a trustworthy insurer is a great way of expressing care for our loved ones! The ever-increasing cost of medical expenses and the availability of comprehensive coverage for the family’s security against the unforeseen medical emergencies of the future make it all the more critical and conducive to getting Health Insurance. Furthermore, health coverage also gets you the benefit of saving tax under Section 80D of the Income Tax Act, 1961.”

S.No.	October, 2022	Publication	Link
17	31 st , Mon	Mid-Day	Here's what Mr Ajay Shah, Head – Distribution, Care Health Insurance has to say on financial planning for young adults.

Managing monthly income and saving money is important for young adults, but many are puzzled about the process of it. Finance experts share a quick guide on budgeting, saving and investing during your early 20s



It is always useful to learn and practise managing money effectively early on; a crucial factor defining one's financial independence. Image for representational purpose only. Photo Courtesy: iStock

“The decisions taken in early 20s often lay the basis of an individual's financial planning and its benefits throughout their lifetime,” says Ajay Shah, director and head- retail, Care Health Insurance. “Effective early management of finances enables one to explore and experiment for future financial **security** and stability,” he adds.