



**¡Gana
recompensas
participando!**

PROGRAMA DE BIENESTAR PERSONIFY HEALTH

Crea una mejor versión de ti mismo

Te ayudaremos a implementar pequeños cambios diarios que contribuyan a tu bienestar y a enfocarte en las áreas en las que más te interese mejorar. Cuando te adhieras a nuestro programa, desarrollarás hábitos saludables, te divertirás con tus compañeros de trabajo y experimentarás las recompensas de por vida de una mejor salud y bienestar.

Mauser se ha asociado con Personify Health porque nos importa tu salud y bienestar. Nuestro programa ofrece recursos para mejorar tu salud, incluyendo actividades atractivas y herramientas para monitorear tus pasos, sueño y hábitos saludables. Además, ganarás valiosos incentivos a través de los aportes de HSA y/o Rewards Cash cuando participes.

Sigue leyendo para obtener más información.

Quiénes pueden participar:

Los empleados que estén inscritos en un plan médico Mauser calificado con el programa de incentivos de bienestar Personify Health son elegibles para participar, ganar puntos de Personify Health y recibir aportes para HSA o Rewards Cash, de acuerdo con los detalles de la Guía de beneficios.

Qué te ofrecemos:

- **Segmento de recompensas para familias, si estás inscrito en un plan HSP:**
Gana hasta \$1,500/año en aportes para HSA.
- **Segmento de recompensas para empleados:**
Gana hasta \$750/año en aportes para HSA.
- **Segmento de recompensas PPO, si estás inscrito en un plan PPO:**
Gana hasta \$300/año en Rewards Cash.
- **Los participantes pueden acceder a herramientas personalizadas y asistencia para cumplir con sus objetivos de bienestar.**



Recompensas

Es fácil obtener recompensas por tomar decisiones saludables. Mientras más hagas, más ganas. Así es como puedes ir subiendo de nivel.

Qué puedes ganar en cada nivel:

	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	NIVEL 4	
Puntos	7,500	15,000	22,500\$	30,000	Total rewards
HSA Rewards* (cobertura para empleados y familiares)	\$150 para HSA	\$300 para HSA	\$450 para HSA	\$600 para HSA	\$1,500 en aportes para HSA
HSA Rewards* (cobertura única)	\$75 para HSA	\$150 para HSA	\$225 para HSA	\$300 para HSA	\$750 en aportes para HSA
PPO Rewards** (todos los niveles de cobertura)	\$25	\$50	\$100	\$125	\$300 en Rewards Cash

* Puedes ganar puntos de Personify Health desde el 1 de enero hasta el 30 de noviembre. Los puntos equivalen a los aportes para HSA que se envían a tu cuenta de ahorro para la salud para los participantes del plan HSP/HSA. El dinero de tu HSA se depositará el 15 de abril, julio, octubre y diciembre, o cerca de estas fechas. Los participantes deben estar empleados activamente con Mauser el día del depósito para recibir las recompensas ganadas.

** Los participantes del plan PPO pueden ganar hasta \$300 en Rewards Cash del 1 de enero al 30 de noviembre. Rewards Cash se puede canjear por tarjetas de regalo, donaciones benéficas o artículos de salud y bienestar en la tienda de Personify Health. La legislación fiscal federal no incluye una exención específica para los incentivos del programa de bienestar; los incentivos de bienestar no relacionados con HSA están sujetos a las mismas reglas fiscales que cualquier otra recompensa o premio para empleados.

Formas de ganar:

Consulta la sección **Cómo ganar** en tu cuenta para ver una lista completa de todas las formas en las que puedes ganar puntos.

	Haz cosas saludables:	Obtén puntos:
Por única vez	Completa el registro	3,000
	Primer inicio de sesión en la aplicación móvil	250
	Conectar el primer dispositivo de actividad	2,000
	Agregar una foto de perfil	100
	Agregar 5 amigos	250
	Completar el Acuerdo de no consumir nicotina	100
	Establecer un objetivo de bienestar	200
	Establecer intereses	100
Diariamente	Cargar pasos desde tu monitor de actividad (cada 1,000 pasos)	10
	Completa tus tarjetas diarias (2 por día)	20
	Monitorear tus Hábitos saludables (3 por día)	10
Mensualmente	Dar 7,000 pasos durante 20 días en un mes	400
	Dar 10,000 pasos 20 días en un mes	500
	Completar 10 tarjetas diarias en un mes	100
	Completar 20 tarjetas diarias en un mes	200
	Crear un reto personal	50
	Unirte a un reto de la empresa	100
	Alcanzar el reto de hábito saludable promovido 5 de 7 días	200
	Ingresar tus medidas (peso o presión arterial)	150
Tomar medidas validadas	250	
Anualmente	Completa la Evaluación de salud	2,000
	Unirte a un reto personal	1,000



¿Aún no eres miembro?

Descarga la aplicación móvil o visita:

join.personifyhealth.com/mauser

¿Tienes preguntas? Estamos aquí para ayudarte.

- Consulta el chat en vivo en support.personifyhealth.com de lunes a viernes de 2 a. m. a 9 p. m., ET
- Escríbenos: support@personifyhealth.com



¡Echa un vistazo a todas las deliciosas recetas disponibles para ti!

Guía de nutrición

Comer saludable es más sencillo que nunca.

Cuando se trata de tu estilo de alimentación, ¿desearías planificar mejor tus comidas? ¿O ser un comensal equilibrado? Cuéntanos qué cambios quieres hacer y recibirás herramientas, consejos personalizados y fabulosas recetas de Foodsmart, solo para ti. Foodsmart tiene todo lo que necesitas para mantener tus objetivos de alimentación por el buen camino.

Cómo comenzar

Visita app.personifyhealth.com, ve a la pestaña **Salud** y selecciona la **Guía de nutrición**, o escanea el código QR para abrirla en la aplicación.



¡Gana puntos por hacer elecciones saludables!

		Puntos	
Alimentación	Diariamente	Buscar recetas saludables	10
		Monitorear diariamente las calorías	20
	Semanalmente	Etiquetar una receta como favorita	10
		Agregar una receta a la lista de compras	10
	Mensualmente	Monitorear calorías 10 días en un mes	200
		Monitorear calorías 20 días en un mes	300
	Trimestralmente	Elegir tu tipo de alimentación	250
	Por única vez	Conectar un monitor de calorías	100

