



M.C. Dean

Well-Being Rewards Guide 2023-2024

M.C. Dean has partnered with Health Advocate to help you focus on your well-being — plus, you can earn rewards for your hard work!



Start date:
September 1, 2023



Deadline to Earn Premium
Discount as of 11/1/2023:
October 15, 2023



Deadline to Earn Premium
Discount as of 3/1/2024:
February 15, 2024



Deadline to Maintain
Premium Discount
through 10/31/2024:
June 15, 2024



Deadline to Earn Points
for \$300 Reward:
August 31, 2024

Earn and Maintain the 2023-2024 Premium Discount

M.C. Dean offers two opportunities for employees to earn the premium discount for the 2023-2024 plan year. The earlier you complete the required activities, the sooner you will start receiving the premium discount. You will also need to take steps to maintain the discount in 2024. **Learn more about the steps to earn and maintain the premium discount in 2023-2024 on page 2.**

Earn an additional \$300 Reward

Medical enrolled employees and their enrolled spouses can also earn up to \$300 to spend in the Health Advocate Rewards Mall. Complete well-being activities to earn points. You will earn \$1 for every 2 points earned, up to \$300 max for 600 total points. Enrolled employees need to complete the required premium discount activities in order to start spending their dollars. Enrolled spouses can start spending their dollars as soon as they earn points. **Learn more about the \$300 reward on page 2.**

Well-Being Rewards Program Eligibility

The M.C. Dean Well-Being Program reward is available to medical enrolled employees and their enrolled spouses. Dependent children age 18+ can utilize the wellness program features, but are not eligible for any rewards.

Spend reward dollars by September 30, 2024 or lose them!





Well-Being Your Way

Be Well | Be Balanced | Be Connected | Be Successful

M.C. Dean employees and spouses enrolled in the health plan can earn rewards for participating in the 2023-2024 Well-Being Program. You may be eligible for two rewards: the premium discount and reward dollars to redeem in the online Health Advocate Rewards Mall. Eligibility for each reward is based on the level achieved and their respective deadlines.

The chart below outlines the steps you need to take to EARN and MAINTAIN the 2023-2024 Premium Discount, as well as how to earn up to \$300 to spend in the Rewards Mall.

Tobacco-Free Discount! If you are a tobacco user, you can still earn the same discount as a non-tobacco user. Complete the Health Advocate 12-week Tobacco Cessation Program. There are two options: Tobacco Cessation Coaching with a Wellness Coach or online via the self-guided Quit Tobacco Pathway. Completion will be reported to M.C. Dean monthly following your 8th week or module.

Level	Actions to Complete	Deadlines*	Rewards
Level 1	Complete the two REQUIRED activities:	Achieve Level 1 by 10/15/2023	Earn Premium Discount as of 11/1/2023
	<ul style="list-style-type: none"> Personal Health Profile (100 points) Biometric Screening OR Annual Physical (100 points) <p><i>You can complete both a Biometric Screening and Annual Physical to earn points, but only one (1) is required to earn the premium discount. Learn how to complete either option by visiting the "Rewards" page from the "Well-Being" menu online.</i></p>	Achieve Level 1 by 2/15/2024	Earn Premium Discount as of 3/1/2024
New Hires and New Medical Plan Enrollees have varying deadlines to complete Level 1 required activities based on their insurance effective date. Please see new hire grid at the bottom of this page or online.			
Level 2	Complete the required activities in Level 1 AND reach 500 Total Points.	6/15/2024	Maintain Premium Discount through 10/31/2024
Level 3	Complete the required activities in Level 1 AND reach 600 Total Points. <ul style="list-style-type: none"> You will earn \$1 for every 2 points earned, up to \$300 for 600 total points. Complete Level 1 to start redeeming your dollars in the Rewards Mall. The last day to EARN POINTS is August 31, 2024. The last day to REDEEM REWARDS is September 30, 2024. 	8/31/2024	Earn up to \$300 to spend in the online Rewards Mall
Points and Reward Dollars expire as of 9/30/2024 and do not roll over, so use it or lose it!			

Spouses can earn \$300 to spend in the Rewards Mall by reaching 600 total points. There are no required activities for spouses.



New Hire and New Medical Enrolled Employees

Insurance effective on:	Complete the PHP AND Health Screening OR Annual Physical		Complete the PHP AND Health Screening OR Annual Physical AND Earn 500 Points By:
	First Chance	Second Chance	
November 1, 2023	December 1, 2023		
December 1, 2023	January 1, 2024	February 15, 2024	
January 1, 2024	February 1, 2024		
February 1, 2024		March 1, 2024	
March 1, 2024		April 1, 2024	
April 1, 2024		May 1, 2024	N/A
May 1, 2024		June 1, 2024	
June 1, 2024		July 1, 2024	
July 1, 2024		August 1, 2024	

Get Started!

Review the full program details, plus access activities, track your points and progress, view curated health information and more through Health Advocate's member platform.

HealthAdvocate.com/mcdean



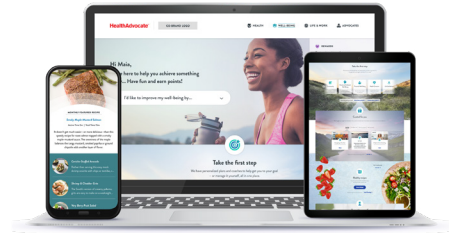


Building Better Habits Helps You Make Meaningful Healthy Changes

Complete well-being activities to earn points towards your \$300 reward.

Activity	Points/Max.
Personal Health Profile (PHP)*	100/100
Biometric Screening OR Annual Physical*	100/200
Well-Being Workshops	20/80
3-Session Coaching Program	75/75
6-Session Coaching Program	150/150
Health Education Session	25/25
Preventive Screenings	25/200
Biometric Screening Outcomes	5/25
Learning Center	5/25
Personal Pathfinder	5/20
Personal Pathways	75/150
Flu Shot	25/25
Engage with Health Advocate	10/20
Personal Challenges	20/80
Enroll in Chronic Care Nurse Coaching	50/50
Complete Chronic Care Coaching Program	150/150

**Required activity for employees to earn and maintain premium discount and to be eligible for reward dollars*



Get Started!

Review the full program details, plus access activities, track your points and progress, view curated health information and more through Health Advocate’s member platform. Once logged in, click on the “Well-Being” icon and select “Rewards” to access all the required activities and program details.

HealthAdvocate.com/mcdean



Earn a maximum total of 100 points across all trackers.

Be Well Trackers		Recommended Goal	Points
	Fruits and Vegetables	Boost your nutrition by eating 5 or more servings daily	1
	Water	Stay hydrated by drinking 8 glasses (64 ounces) of water daily	1
	Physical Activity	Stay on your feet by taking 5,000 steps daily	1
	<i>Combined tracker</i>	Keep moving and get 10,000 or more steps daily	1
		Get fit by exercising for at least 150 minutes weekly	5
	Strength Training	Increase your strength by performing this activity 2 or more days weekly	5
Be Balanced Trackers		Recommended Goal	Points
	Sleep	Function your best by sleeping at least 7 hours each night	1

There are many other trackers available on the website for your use that are not incentive reward-eligible.

Use trackers that help you with your personal goals.



Track Your Steps

Link Your Fitness Device



Research shows that consistent use of fitness devices or apps that track your steps, exercise and other health metrics may help with motivation and increase the likelihood of meeting your goals. Easily track your steps through the Health Advocate website and app by linking your favorite fitness device or app.

How to Link Your Fitness Device or App

1. **Log on** to the Health Advocate website or mobile app
2. Click on **your name in the upper right-hand corner** to open a drop-down menu
3. Select **Account Settings**
4. Click on **Fitness Devices & Apps**
5. **Choose the device or app you would like to connect** from the options available
**Please note: You will only see Apple Health as an option when logged on to the Health Advocate app on compatible iOS devices.*
6. You will be directed to the website for the device or app you choose
7. **Follow the directions** to link the device or app (steps vary by manufacturer)
8. After completing the appropriate steps, you'll be **redirected back to the Health Advocate website**
 - To confirm your device linked, follow steps 2-4. You should see your device or app listed as **Connected**
 - Select **Manage** if you'd like to refresh your data or to disconnect your device or app



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com

HealthAdvocate.com/mcdean

Call • Email • Message • Live Chat 

 **HealthAdvocate**SM

Frequently Asked Questions

Q: How do I register for the Health Advocate platform?

A: Employees, spouses and dependent children age 18+ must create their own, individual accounts. Follow these simple steps to register:

1. Visit HealthAdvocate.com/mcdean or download the Health Advocate mobile app
2. Click on “Register Now”
3. Enter the required information, confirm your registration, then log in

Q: How do I complete the required activities?

A: Log in to the Health Advocate website or mobile app. Click on “Well-Being” and select “Rewards” from the menu options. Scroll down to the **Required** section to find all your required activities and the steps to complete each.

Q: What can I do on the Health Advocate app?

A: The Health Advocate app has all of the same tools and resources available on the website in a mobile-friendly version. It makes it easier to get healthy on the go and interact with Health Advocate wherever you are and whenever you want!

Q: What if I am unable to fulfill a requirement of the rewards program?

A: We are committed to helping you find your path to well-being and thrive. If you think you might be unable to meet a certain standard for points under this program, you may be able to earn the same points by a different means. Please contact Health Advocate for more information.

Q: What are some well-being goals Health Advocate supports?

A: We can help you with a wide range of goals that fall under the four learning pillars of Be Connected, Be Balanced, Be Well, and Be Successful. We'll also help

you find your personal path to well-being, discover what is important to you, and support you every step of the way throughout your wellness journey.

Q: If I went to my doctor earlier in the year, can I earn points for my exam?

A: Yes! Visits occurring between October 16, 2022 and August 31, 2024 will qualify for credit.

Q: Are my rewards taxable?

A: Due to IRS rules, rewards are considered taxable income. They will be included on your W-2 and are subject to applicable payroll taxes such as federal, state, Social Security and Medicare taxes.

Q: What other issues is Health Advocate able to assist me and my family with?

A: Health Advocate can help you and your family:

- Get answers to your insurance and claims questions and resolve billing issues
- Find the right in-network doctors, make appointments and transfer medical records
- Identify emotional and mental health issues and find strategies to cope through support from an EAP professional
- Locate the right support resources such as childcare, eldercare and more

Q: When is Health Advocate available?

A: Normal business hours are Monday - Friday, from 8 AM to 10 PM, ET. Wellness coaching is available weekdays from 8 AM to 9 PM, ET. Staff is available for assistance after hours and on weekends.

Q: Will my information and interaction with Health Advocate remain private?

A: Yes. Your medical and personal information is kept strictly confidential. Our staff carefully follows protocols and complies with all government privacy standards.



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com

HealthAdvocate.com/mcdean

Call • Email • Message • Live Chat 

 **HealthAdvocate**SM



Completing Your Health Screening

Free health screenings at LabCorp are available to employees and spouses who have medical insurance through M.C. Dean, Inc. Follow the steps below to schedule your appointment. Please note: You will not be able to schedule an appointment until your medical coverage is effective.

Instructions for Returning Users

1. Go to www.ehealthscreenings.com/signup
2. Enter your username and password and click **Submit**
Verify and update your account information as needed, then enter the screening key: **MCD02** and click on the **Click to Select** button
 - If you forgot your username, click **Forgot your username or password?**
 - On the next screen, enter your first name, last name, date of birth and the last 4 digits of your SSN (do not use the Employee ID option as this will not work for M.C. Dean employees).
 - After a few minutes, you will receive an email with your forgotten username.
 - If you forgot your password, click **Forgot your username or password?**
 - On the next screen, enter your username and date of birth, and click **Submit**.
 - After a few minutes, you will receive an email with link to reset your password. Please check both your M.C. Dean and personal email inboxes.
 - Copy the temporary password listed in the email you receive and click on the **Click Here** link to continue with your password reset.
- Enter your username. Paste your temporary password into the password field.
- Under **Change Password**, type your temporary password into the current password box. Type your new password into the new password box. Re-type your new password into the confirm new password box, then click **Submit**.
3. On the next screen, under step 1, enter the screening key: **MCD02** and click **Click to Select**.
4. To schedule an offsite lab screening, under **OFFSITE LAB SCREENING**, and click **Click to Select**.
5. To find a lab, under **FIND LABS BY ADDRESS**, enter your desired address, and click **Find By Address** and a list of labs will appear at the bottom of the screen OR under **FIND LABS BY LOCATION**, click **Using Current Location** and a list of labs will appear at the bottom of the screen.
6. On the next screen, find your desired lab from the list and click **Select**.
7. On the next screen, read the entire **Health Screening Consent**. Check the **I Agree** box (must scroll to bottom of consent). Enter your first and last name in the signature box, if it is not prefilled. Click **Continue**.
8. Once you have completed the sign-up process, a confirmation will generate for you to print for your records. You will then receive email confirmation of your registration and will be emailed a lab form and instructions on how to complete your screening.

Instructions for New Users

- Go to www.ehealthscreenings.com/signup
- Under the **NOT YET REGISTERED?** box, enter the screening key: **MC002** and click **Submit**
- Enter your assigned default username and password*
USERNAME: First Initial of First Name + First Initial of Last Name + DOB (MMDDYYYY)
Example: John Smith born 4/23/1975 is JS04231975
PASSWORD: Last Name+ Last 4 of Social Security Number (SSN). For example:
John Smith with SSN 123456789 is Smith6789
Manny Clifton Jr. with SSN 123456789 is Clifton6789
Sandra Cayuela Manzur with SSN 123456789 is Cayuela6789
Amanda Holmes-Luckett with SSN 123456789 is Holmes6789
Paul Red-Johnson with SSN 123456789 is Red6789
Joseph O'Brien with SSN 123456789 is O6789
***Username and password are case sensitive**
- Update account information and click **Register**
Username - You can keep your default username or change to another username

Password - You **must** create a new password (you cannot use your default password)

Please note: Some fields may be pre-filled. If First Name, Last Name, Date of Birth, Sex, Last 4 of SSN are prepopulated **do not change even if incorrect**. If your information is incorrect, please go to Human Resources.

- Once you are registered, you'll be directed to the Offsite Lab Screening page. Find a lab by either entering the desired address or clicking **Using My Current Location** button. Click the **Select** button next to your desired lab location.
- Read the Health Screening Consent, scroll to the bottom & check the **I Agree** box. If your name is not pre-filled insert your first name, last name and click **Continue**.
- A pop-up will appear asking if you would like to schedule an appointment with LabCorp. You can click **Yes** or **No**. If you click Yes you will be directed to schedule your appointment.

Once you have completed the sign-up process, a confirmation page will generate for you to print for your records. You will then receive confirmation of your registration and will be emailed a lab form and instructions on how to complete your screening.



Important Screening Reminders

- Fasting before your screening is recommended, but not required.
- Please drink plenty of water. Black coffee is permitted.
- Continue to take any prescription medications. If you are diabetic, please consult your physician before fasting.
- Your results are an important part of your health record. When you receive your results, please share them with your personal physician to help you interpret them.

Questions?

Want to register by phone?

Please call eHealthScreenings
Customer Service
888.708.8807, ext. 1

Hours of operation:
Mon-Fri 8am-7pm



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com
HealthAdvocate.com/mcdean

Call • Email • Message • Live Chat



M.C. Dean

Guía sobre recompensas de bienestar 2023-2024

M.C. Dean se asoció con Health Advocate para ayudarlo a centrarse en su bienestar. Además, puede obtener recompensas por su esfuerzo.



Fecha de inicio:
**1 de septiembre
de 2023**



Fecha límite para
obtener el descuento
en la prima al 11/1/2023:
15 de octubre de 2023



Fecha límite para
obtener el descuento
en la prima al 3/1/2024:
15 de febrero de 2024



Fecha límite para
mantener el descuento
en la prima hasta el
10/31/2024:
15 de junio de 2024



Fecha límite para
obtener puntos para la
recompensa de \$300:
31 de agosto de 2024

Obtenga y mantenga el descuento en la prima de 2023-2024

M.C. Dean ofrece dos oportunidades para que los empleados obtengan un descuento en la prima para el año del plan 2023-2024. Cuanto antes complete las actividades requeridas, antes empezará a recibir el descuento en la prima. También deberá seguir pasos para mantener el descuento en 2024. **Obtenga más información sobre los pasos para obtener y mantener el descuento en la prima en 2023-2024 en la página 2.**

Gane una recompensa adicional de \$300

Los empleados inscritos en atención médica y sus cónyuges inscritos también pueden ganar hasta \$300 para gastar en el centro de recompensas (Rewards Mall) de Health Advocate. Complete actividades de bienestar para obtener puntos. Ganará \$1 por cada 2 puntos obtenidos, hasta un máximo de \$300 por 600 puntos en total. Los empleados inscritos deberán completar las actividades requeridas para el descuento en la prima, para poder empezar a gastar su dinero. Los cónyuges inscritos pueden empezar a gastar el dinero en cuanto ganen puntos.

Más información sobre la recompensa de \$300 en la página 2.

Elegibilidad para el programa de recompensas de bienestar

El Programa de bienestar de M.C. Dean está disponible para empleados inscritos en atención médica y sus cónyuges inscritos. Los hijos dependientes de más de 18 años pueden usar los servicios del programa de bienestar, pero no son elegibles para la recompensa.

¡Gaste los dólares de la recompensa antes del 30 de septiembre de 2024 o los perderá!





El bienestar en camino

Estar sano | Mantener el equilibrio | Estar conectado | Tener éxito

M.C. Dean les ofrece a los empleados y a sus cónyuges inscritos en su plan médico la posibilidad de ganar recompensas por participar en el Programa de bienestar 2023-2024. Puede ser elegible para dos recompensas: el descuento en primas y los dólares de recompensa para canjear en el centro de recompensas en línea de Health Advocate. La elegibilidad para cada recompensa se basa en el nivel alcanzado y sus fechas límite correspondientes. El cuadro abajo indica los pasos que debe seguir para OBTENER y para MANTENER el descuento en la prima 2023-2024, y cómo ganar hasta \$300 para gastar en el centro de recompensas.

¡Descuento por no fumar! Si fuma, puede obtener el mismo descuento que un no fumador. Complete el Programa de 12 semanas de Health Advocate para dejar de fumar. Hay dos opciones: Consejería para dejar de fumar con un consejero de bienestar en persona o en línea con el Programa autoguiado para dejar de usar tabaco. Se informará mensualmente a M.C. Dean de que se ha completado el programa, después de su semana 8 o módulo.

Nivel	Cosas que debe hacer	Fechas límite*	Recompensas
Nivel 1	Completar las dos actividades OBLIGATORIAS : <ul style="list-style-type: none"> • Perfil médico personal (100 puntos) • Evaluación biométrica O Examen físico anual (100 puntos) <i>Puede completar la Evaluación biométrica y el Examen físico anual para ganar puntos, pero solo uno (1) es obligatorio para obtener el descuento en la prima. Sepa cómo completar cualquiera de las opciones visitando la página "Rewards" (Recompensas) en el menú "Well-Being" (Bienestar) en línea.</i>	Alcanzar el Nivel 1 antes del 10/15/2023	Obtiene el descuento en la prima al 11/1/2023
		Alcanzar el Nivel 1 antes del 2/15/2024	Obtiene el descuento en la prima al 3/1/2024
Los empleados y los inscritos nuevos en el plan médico tienen diferentes fechas límite para completar actividades obligatorias del Nivel 1, según la fecha de entrada en vigor de su seguro. Consulte la tabla de empleados nuevos al final de esta página o en línea.			
Nivel 2	Completar las actividades obligatorias en el Nivel 1 Y alcanzar 500 puntos en total.	6/15/2024	Mantiene el descuento en la prima hasta el 10/31/2024
Nivel 3	Completar las actividades obligatorias en el Nivel 1 Y alcanzar 600 puntos en total. <ul style="list-style-type: none"> • Ganará \$1 por cada 2 puntos obtenidos, hasta un máximo de \$300 por 600 puntos en total. • Completar el Nivel 1 para empezar a canjear sus dólares en el Centro comercial de recompensas. • El último día para GANAR PUNTOS es el 31 de agosto de 2024. • El último día para CANJEAR RECOMPENSAS es el 30 de septiembre de 2024. 	8/31/2024	Gana hasta \$300 para gastar en el Centro comercial de recompensas en línea.
Los puntos y los dólares de la recompensa vencen el 9/30/2024 y no se transfieren, ¡así que debe usarlos o los perderá!			

Los cónyuges pueden ganar \$300 para gastar en el centro de recompensas si llegan a 600 puntos en total. No hay actividades obligatorias para los cónyuges.



Nuevos empleados y nuevos empleados inscritos en atención médica

Seguro vigente a partir del:	Completa el examen de salud Y PHP O el examen físico anual		Completa el examen de salud Y PHP O examen físico anual Y ganan 500 puntos antes del:
	Primera oportunidad	Segunda oportunidad	
1 de noviembre de 2023	1 de diciembre de 2023		15 de junio de 2024
1 de diciembre de 2023	1 de enero de 2024	15 de febrero de 2024	
1 de enero de 2024	1 de febrero de 2024		
1 de febrero de 2024	1 de marzo de 2024		
1 de marzo de 2024	1 de abril de 2024		
1 de abril de 2024	1 de mayo de 2024		N/C
1 de mayo de 2024	1 de junio de 2024		
1 de junio de 2024	1 de julio de 2024		
1 de julio de 2024	1 de agosto de 2024		

¡Empiece hoy!

Revise toda la información del programa y acceda a las actividades, lleve un registro de sus puntos y de su progreso, vea información médica revisada y más, usando la plataforma para miembros de Health Advocate.

HealthAdvocate.com/mcdean





Desarrollar mejores hábitos ayuda a hacer cambios saludables importantes

Complete actividades de bienestar para obtener puntos para su recompensa de \$300.

Actividad	Puntos/Máx.
Perfil médico personal (PHP)*	100/100
Evaluación biométrica O examen físico anual*	100/200
Talleres de bienestar	20/80
Programa de consejería de 3 sesiones	75/75
Programa de consejería de 6 sesiones	150/150
Sesión de educación sobre salud	25/25
Exámenes preventivos	25/200
Resultados de evaluación biométrica	5/25
Centro educativo	5/25
Guía personal	5/20
Programas personales	75/150
Vacuna de la gripe	25/25
Conectar con Health Advocate	10/20
Retos personales	20/80
Inscribirse en Consejería de enfermería para atención crónica	50/50
Completar el Programa de consejería para atención crónica	150/150

¡Empiece hoy!

Revise toda la información del programa y acceda a las actividades, lleve un registro de sus puntos y de su progreso, vea información médica revisada y más, usando la plataforma para miembros de Health Advocate. Una vez que haya iniciado sesión, haga clic en el ícono “Well-Being” (Bienestar) y haga clic en “Rewards” (Recompensas) para ver todas las actividades obligatorias y la información del programa.

HealthAdvocate.com/mcdean



*Actividad obligatoria para que los empleados ganen y mantengan los descuentos en la prima, y para que sean elegibles para los dólares de recompensa.

Obtenga un total máximo de 100 puntos en todos los registros.

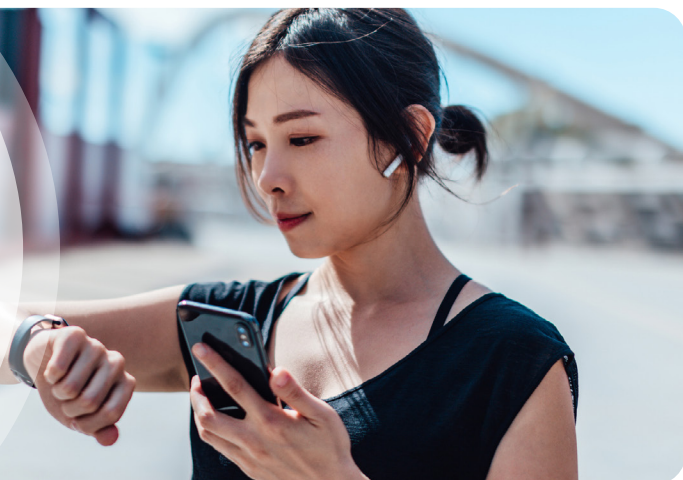
Seguimiento de Estar sano	Objetivo recomendado	Puntos
Frutas y vegetales	Mejore su nutrición comiendo 5 o más porciones al día.	1
Agua	Manténgase hidratado bebiendo 8 vasos (64 onzas) de agua al día.	1
Actividad física	Muévase dando 5,000 pasos al día.	1
Seguimiento combinado	Siga moviéndose dando 10,000 o más pasos al día.	1
Entrenamiento de fuerza	Póngase en forma haciendo ejercicio al menos 150 minutos a la semana.	5
Entrenamiento de fuerza	Aumente su fuerza haciendo esta actividad 2 o más días a la semana.	5
Seguimiento de Estar en equilibrio	Objetivo recomendado	Puntos
Sueño	Tenga un rendimiento óptimo durmiendo al menos 7 horas cada noche.	1

En el sitio web, hay muchos otros seguimientos que no son elegibles para recibir recompensas de incentivo. Use los seguimientos que lo ayuden con sus metas personales.



Lleve un registro de sus pasos

Vincule su dispositivo de fitness



La investigación muestra que el uso constante de dispositivos o aplicaciones de fitness para hacer un seguimiento sus pasos, ejercicios y otras métricas de salud puede ayudar con la motivación y aumentar la probabilidad de cumplir sus metas. Lleve fácilmente un registro de sus pasos con el sitio web y la aplicación de Health Advocate vinculando su aplicación o dispositivo favorito de fitness.

Cómo vincular su dispositivo o aplicación de fitness

1. **Inicie sesión** en el sitio web o la aplicación móvil de Health Advocate.
2. **Haga clic en su nombre en la esquina superior derecha** para abrir el menú desplegable.
3. Haga clic en **“Account Settings” (Ajustes de cuenta)**.
4. Haga clic en **“Fitness Devices & Apps” (Dispositivos y aplicaciones de fitness)**.
5. **Elija el dispositivo o la aplicación que quiera conectar** entre las opciones disponibles. **Tenga en cuenta: Solo verá Apple Health como opción cuando inicie sesión en la aplicación Health Advocate en dispositivos iOS compatibles.*
6. Lo dirigirán al sitio web para el dispositivo o aplicación que elija.
7. **Siga las instrucciones** para vincular el dispositivo o aplicación (los pasos varían según el fabricante).
8. Después de completar los pasos correspondientes, lo **redirigirán de vuelta al sitio web de Health Advocate**.
 - Para confirmar que se vinculó su dispositivo, siga los pasos 2-4. Debería ver su dispositivo o aplicación en la lista como **“Connected”** (Conectado).
 - Seleccione **“Manage”** (Administrar) si quiere actualizar sus datos o desconectar su dispositivo o aplicación.



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com

HealthAdvocate.com/mcdean

Llamada • Email • Mensaje • Chat en vivo 

 **HealthAdvocate**SM

Preguntas frecuentes

P: ¿Cómo me registro en la plataforma de Health Advocate?

R: Los empleados, cónyuges e hijos dependientes de más de 18 años deben crear su propia cuenta individual. Siga estos pasos fáciles para registrarse:

1. Visite HealthAdvocate.com/mcdean o descargue la aplicación para teléfono celular de Health Advocate.
2. Haga clic en “Register Now” (Registrarse ahora).
3. Escriba la información necesaria, confirme su registro y después inicie sesión.

P: ¿Cómo completo las actividades obligatorias?

R: Inicie sesión en el sitio web o la aplicación móvil de Health Advocate. Haga clic en “Well-Being” (Bienestar) y en “Recompensas” (Recompensas) desde las opciones del menú. Deslícese hasta la sección “Required”

P: ¿Qué puedo hacer en la aplicación Health Advocate?

R: La aplicación Health Advocate tiene todos los mismos recursos y herramientas que el sitio web en versión para dispositivos móviles. ¡Así es más fácil mantenerse sano en todo momento e interactuar con Health Advocate donde y cuando quiera!

P: ¿Qué pasa si no puedo cumplir un requisito del programa de recompensas?

R: Estamos comprometidos a ayudarlo a encontrar su camino hacia el bienestar y a prosperar. Si piensa que tal vez no pueda cumplir un determinado estándar para obtener puntos en este programa, es posible que pueda obtener los mismos puntos por medios diferentes. Comuníquese con Health Advocate para obtener más información.

P: ¿Cuáles son algunos de los objetivos de bienestar que apoya Health Advocate?

R: Podemos ayudarlo con varias metas dentro de los cuatro pilares de aprendizaje: Estar conectado, Estar en equilibrio, Estar sano y Tener éxito. También lo ayudaremos

a que encuentre su propio camino hacia el bienestar y a descubrir lo que es importante para usted, y lo apoyaremos en cada paso del camino a lo largo de su recorrido de bienestar.

P: Si vi a mi médico antes este año, ¿puedo ganar puntos por mi examen?

R: ¡Sí! Las visitas que se hagan entre el 16 de octubre de 2022 y el 31 de agosto de 2024 calificarán para crédito.

P: ¿Son imponibles mis recompensas?

R: Debido a las normas del IRS, las recompensas se consideran ingresos imponibles. Se incluirán en su W-2, y estarán sujetas a los impuestos aplicables de nómina, como impuestos federales, estatales, Seguro Social y Medicare.

P: ¿Con qué otros problemas puede Health Advocate ayudarnos a mí y a mi familia?

R: Health Advocate puede ayudarlos a usted y a su familia:

- A obtener respuestas a sus preguntas y reclamos sobre seguros, y a resolver problemas de facturación.
- A encontrar los médicos adecuados dentro de la red, a hacer una cita y a transferir expedientes médicos.
- A identificar los problemas emocionales y de salud mental, y a encontrar estrategias para afrontarlos con el apoyo de un profesional del EAP.
- A encontrar los recursos de apoyo correctos, como guardería, cuidado de adultos mayores y más.

P: ¿Cuándo atiende Health Advocate?

R: El horario normal de atención es de lunes a viernes, de 8 a. m. a 10 p. m., hora del este. La consejería de bienestar está disponible los días entre semana de 8 a. m. a 9 p. m., hora del este. Hay personal disponible para dar asistencia después del horario de atención y los fines de semana.

P: ¿Se mantendrán privadas mi información y mi interacción con Health Advocate?

R: Sí. Su información médica y personal se mantiene estrictamente confidencial. Nuestro personal sigue cuidadosamente los protocolos y cumple todas las normas gubernamentales de privacidad.



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com

HealthAdvocate.com/mcdean

Llamada • Email • Mensaje • Chat en vivo

 **HealthAdvocate**SM



Cómo completar su examen de salud

En LabCorp, hay exámenes gratuitos de salud para empleados y cónyuges con seguro médico por medio de M.C. Dean, Inc. Siga los pasos abajo para programar su cita. Nota: No podrá programar una cita hasta que haya entrado en vigor su cobertura médica.

Instrucciones para usuarios registrados

1. Vaya a www.ehealthscreenings.com/signup.
2. Escriba su nombre de usuario y contraseña, y haga clic en **“Send”** (Enviar). Verifique y actualice la información de su cuenta si es necesario y después escriba el código del examen: **MCD02** y haga clic en el botón **“Click to Select”** (Hacer clic para seleccionar).
 - Si olvidó su nombre de usuario, haga clic en **“Forgot your username or password?”** (¿Olvidó su nombre de usuario o contraseña?).
 - En la siguiente pantalla, escriba su nombre, apellido, fecha de nacimiento y los últimos 4 dígitos de su SSN (no use la opción de ID de empleado porque no funcionará para los empleados de M.C. Dean).
 - Después de unos minutos, recibirá un correo electrónico con su usuario olvidado.
 - Si olvidó su contraseña, haga clic en **“Forgot your username or password?”** (¿Olvidó su nombre de usuario o contraseña?).
 - En la siguiente pantalla, escriba su usuario y fecha de nacimiento, y haga clic en **“Send”** (Enviar).
 - Después de unos minutos, recibirá un correo electrónico con un enlace para restablecer su contraseña. Consulte sus buzones de correo electrónico personal y de M.C. Dean.
 - Copie la contraseña temporal que está en el correo electrónico que reciba y haga clic en el enlace **“Click Here”** (Haga clic aquí) para seguir restableciendo su contraseña.
 - Escriba su usuario. Pegue su contraseña temporal en el campo de contraseña.
- En **“Change Password”** (Cambiar contraseña), escriba su contraseña temporal en la casilla de contraseña actual. Escriba su nueva contraseña en la casilla de nueva contraseña. Vuelva a escribir su nueva contraseña en la casilla de **“Confirm new password”** (Confirmar nueva contraseña) y después haga clic en **“Send”** (Enviar).
3. En la siguiente pantalla, en el paso 1, escriba el código del examen: **MCD02** y haga clic en **“Click to Select”** (Hacer clic para seleccionar).
4. Para programar un análisis de laboratorio fuera del sitio, en **“OFFSITE LAB SCREENING”** (Examen de laboratorio fuera del sitio), haga clic en **“Click to Select”** (Hacer clic para seleccionar).
5. Para encontrar un laboratorio, en **“FIND LABS BY ADDRESS”** (Buscar laboratorios por dirección), escriba su dirección deseada y haga clic en **“Find By Address”** (Buscar por dirección), y aparecerá una lista de laboratorios en la parte inferior de la pantalla O en **“FIND LABS BY LOCATION”** (Buscar laboratorios por ubicación), haga clic en **“Using Current Location”** (Usar ubicación actual) y aparecerá una lista de laboratorios en la parte inferior de la pantalla.
6. En la pantalla siguiente, busque su laboratorio deseado en la lista y haga clic en **“Select”** (Seleccionar).
7. En la pantalla siguiente, lea todo el consentimiento para el examen de salud. Marque la casilla **“Accept”** (Acepto). Debe deslizarse hasta el final del consentimiento. Escriba su nombre y apellido en la casilla de firma si no lo hizo antes. Haga clic en **“Continue”** (Continuar).
8. Cuando termine el proceso de registro, se generará una confirmación para que imprima y guarde en su archivo. Después, recibirá una confirmación por correo electrónico de su registro y le enviarán por correo electrónico un formulario del laboratorio e instrucciones para completar su examen.

Instrucciones para nuevos usuarios

9. Vaya a www.ehealthscreenings.com/signup.
10. En la casilla “**NOT YET REGISTERED?**” (Aún no se registró), escriba el código del examen: **MC002** y haga clic en “**Send**” (Enviar).

11. Escriba su usuario y contraseñas predeterminados que le hayan asignado*

USUARIO: Primera inicial del nombre + Primera inicial del apellido + Fecha de nacimiento (MMDDAAAA)

Ejemplo: John Smith, que nació el 4/23/1975, es JS04231975

CONTRASEÑA: Apellido + Últimos 4 dígitos del Número de Seguro Social (SSN). Por ejemplo: John Smith con SSN 123456789 es Smith6789
Manny Clifton Jr. con SSN 123456789 es Clifton6789
Sandra Cayuela Manzur con SSN 123456789 es Cayuela6789

Amanda Holmes-Luckett con SSN 123456789 es Holmes6789

Paul Red-Johnson con SSN 123456789 es Red6789

Joseph O'Brien con SSN 123456789 es 06789

***El usuario y la contraseña distinguen mayúsculas de minúsculas.**

12. Actualice la información de la cuenta y haga clic en “**Register**” (Registrarse).

Nombre de usuario: Puede conservar el predeterminado o cambiarlo por otro.

Contraseña: **Debe** crear una nueva contraseña (no puede usar la contraseña predeterminada).

Tenga en cuenta: Algunos campos aparecerán precompletados. Si los campos de nombre, apellido, fecha de nacimiento, sexo y últimos 4 dígitos de SSN están precompletados, **no los cambie, aunque sean incorrectos.** Si su información es incorrecta, vaya a Recursos Humanos.

13. Después de registrarse, lo dirigirán a la página de Examen de laboratorio fuera del sitio. Encuentre un laboratorio escribiendo la dirección deseada o haciendo clic en “**Using My Current Location**” (Usar mi ubicación actual). Haga clic en “**Select**” (Seleccionar) junto a la dirección de su laboratorio deseado.
14. Lea el consentimiento para el examen de salud, deslícese hasta el final y marque la casilla “**Accept**” (Acepto). Si su nombre no está precompletado, escriba su nombre y apellido, y haga clic en “**Continue**” (Continuar).
15. Aparecerá un mensaje emergente que le preguntará si quiere programar una cita con LabCorp. Puede hacer clic en **Sí** o **No**. Si hace clic en “**Sí**”, lo dirigirán para programar la cita.

Cuando termine el proceso de registro, se generará una página de confirmación para que imprima y guarde en su archivo. Después, recibirá una confirmación de su registro y le enviarán por correo electrónico un formulario del laboratorio e instrucciones para completar su examen.



Recordatorios importantes sobre el examen

- Beba mucha agua. El café negro está permitido.
- Continúe tomando sus medicamentos con receta. Si es diabético, consulte a su médico antes de ayunar.
- Sus resultados son una parte fundamental de su expediente médico. Cuando reciba los resultados, compártalos con su médico personal para que lo ayude a interpretarlos.

¿Tiene preguntas? ¿Quiere registrarse por teléfono?

Llame al Servicio al cliente de eHealthScreenings al **888.708.8807, ext. 1**

Horario de atención:

Lunes a viernes, 8 a. m. a 7 p. m.



877.233.9487

answers@HealthAdvocate.com

HealthAdvocate.com/mcdean

Llamada • Email • Mensaje • Chat en vivo

No somos una compañía de seguros. Health Advocate no es un proveedor directo de atención médica y no está afiliado a ninguna compañía de seguros ni a ningún proveedor externo.

©2023 Health Advocate HA-M-2306007-2.1FLY SP