



Cada uno de nosotros está llamado a la plenitud, a vivir la vida de manera abundante.

Sentirse pleno significa prosperar en todos los sentidos: a nivel espiritual, financiero, vocacional y de salud. Llamado a la Salud lo ayudará a trabajar hacia la plenitud al enfocarse en estas cuatro dimensiones clave, para que pueda implementar sus mejores dones a cada aspecto de su vida.

Cómo funciona Llamado a la Salud

Para responder al llamado, complete actividades, algunas obligatorias y otras que podrá seleccionar, para ganar puntos y alcanzar niveles. Podrá ahorrar cientos de dólares en sus deducibles médicos para el próximo año y ganar hasta \$100 en tarjetas de regalo Tango al completar los tres niveles. Los cónyuges cubiertos también pueden participar y recibir una tarjeta Tango de \$100 cuando completen el Nivel 1. ¡Los empleados que se registren por primera vez y completen la evaluación de bienestar recibirán una tarjeta Tango de \$50!

NIVEL 1: RESPONDA EL LLAMADO

Para ahorrar en sus deducibles para el próximo año, complete las siguientes actividades para ganar al menos 1,000 puntos:

- **Realice la evaluación de bienestar confidencial** (300 puntos).
- **Realice su examen preventivo** y registre la visita en calltohealth.org (400 puntos).*
- **Participe en otras actividades opcionales** que usted seleccione (300 puntos combinados).

NIVEL 2: ACOJA EL LLAMADO

Complete las actividades obligatorias y cualquier combinación de actividades opcionales que permita que la totalidad de sus puntos alcance al menos 1,500 puntos y recibirá una tarjeta Tango de \$50.

NIVEL 3: VIVA EL LLAMADO

Siga adelante y gane al menos 2,000 puntos para completar el Nivel 3 y recibir otra tarjeta Tango de \$50.

FINALIZACIÓN DE ACTIVIDADES Y REGISTRO DE PUNTOS

Inicie sesión en calltohealth.org y seleccione la pestaña “Discover” (Descubrir) para encontrar las actividades obligatorias, las actividades recomendadas para usted en función de su evaluación de bienestar y otras actividades en las que haya participado, además de las nuevas actividades de la Junta de Pensiones. (Para acceder a la página “Discover” (Descubrir) en la aplicación móvil, vaya al símbolo de la brújula en la parte inferior junto al símbolo de inicio). Una vez que se una a una actividad, se agregará a su página de inicio en “My Activities” (Mis actividades). La cantidad de puntos de una actividad se muestra en su casillero.

Para ganar puntos, vuelva a iniciar sesión dentro de las dos semanas posteriores a la finalización de una actividad para registrarla. Seleccione el casillero de la actividad, haga clic en **Get Started** (Comenzar), haga clic en la fecha de visita o finalización y haga clic en **Registrar** (Registrar). A excepción de su examen preventivo, debe registrar las actividades completadas *dentro de dos semanas*.

Registre su progreso en **My Points** (Mis puntos) en la parte superior de la página de inicio. (Para acceder a la página “My Points” (Mis puntos) en la aplicación móvil, toque su imagen de perfil en la esquina superior izquierda y, a continuación, vaya a “My Points” (Mis puntos)). Para ver lo que ha hecho hasta ahora, pulse o haga clic en **Points History** (Historial de puntos).

PAREJAS DE MIEMBROS

Los empleados casados que estén ambos inscritos en la opción médica PPO pueden ser considerados como una pareja de miembros, en cuyo caso cada uno debe completar el Nivel 1 para obtener un deducible médico reducido para el próximo año del plan. Si uno de ustedes no completa el Llamado a la Salud, solo aquel miembro que lo complete recibirá un deducible reducido.

* Se requiere la realización de un examen preventivo anualmente para los mayores de 50 años o cada 24 meses para los menores de 50 años. Si tiene menos de 50 años y se realizó un examen físico el año pasado, para recibir crédito y puntos por cumplir con este requisito, ingrese la fecha de la visita y el nombre del médico cuando se le solicite, incluso si ingresó la misma información y recibió puntos por ello el año pasado. Un chequeo virtual, si está disponible de su médico, se podrá utilizar para cumplir con el requisito del examen preventivo.

Primeros pasos con el Llamado a la Salud

Después de registrarse en Llamado a la Salud, haga clic en **Discover new activities** (Descubrir nuevas actividades) o en la pestaña **Discover** (Descubrir) en la parte superior de la página para buscar y unirse a las actividades de Llamado a la Salud.

La página consta de las siguientes secciones. (Haga clic en las flechas de cada lado del carrusel para ver todas las actividades de esa sección).

- **Featured Call to Health activities** (Actividades destacadas de Llamado a la Salud), incluidas las actividades obligatorias (realice la evaluación de bienestar y hágase su examen preventivo anual) y otras actividades con especial énfasis en un tema o temporada en particular.
- **Activities recommended by the Board of Pensions** (Actividades recomendadas por la Junta de Pensiones), que se centran en todas las dimensiones de la plenitud: espiritual, de salud, financiera y vocacional.
- **Top Picks** (Mejores selecciones), que son actividades especiales de “My Choice” (Mi selección) basadas en actividades pasadas en las que participó. Las actividades de “My Choice” (Mi selección) ofrecen otra forma de trabajar hacia metas y ganas puntos del Llamado a la Salud. Los participantes pueden ganar hasta 500 puntos al completar las actividades de “My Choice” (Mi selección).
- **Additional My Choice** (Actividades adicionales de Mi selección) basadas en los resultados de la evaluación de bienestar. Por ejemplo, puede ver actividades para ayudar a controlar el estrés y la ansiedad, bienestar financiero o el autocuidado, dependiendo de sus resultados.
- **Trending Now** (Tendencias actuales) muestra algunas de las actividades más populares en las que otros participan.

Para unirse a actividades, haga clic en el icono de actividad y, a continuación, haga clic en **GET STARTED** (Comenzar). Después de unirse a una actividad, esta aparecerá en su página de inicio en “My Activities” (Mis actividades). La página de inicio también es donde puede revisar las publicaciones del canal de noticias sobre Llamado a la Salud y ver cuántos puntos ha ganado.

Acceda al Llamado a la Salud en su dispositivo móvil

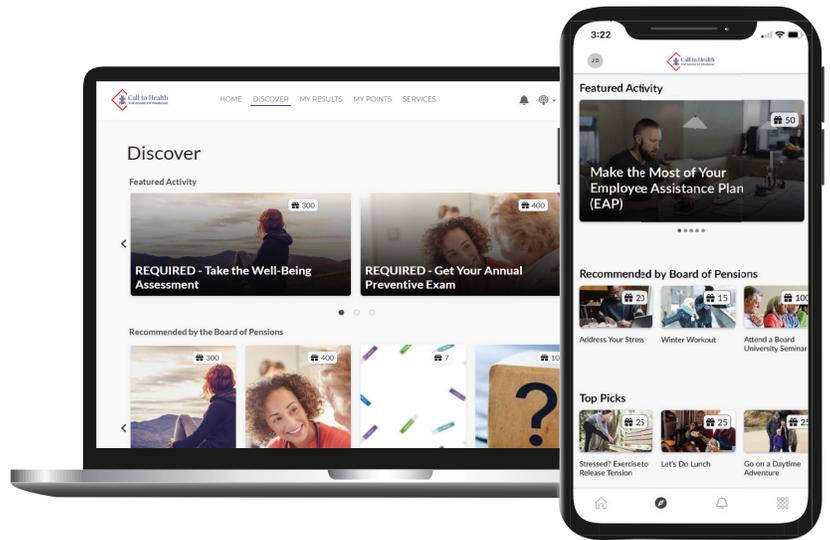
- Abra la App Store de Apple en su iPhone o Google Play Store en su dispositivo Android.
- Busque Limeade ONE y descargue la aplicación.
- Abra la aplicación e introduzca el código del programa: **boardofpensions**.
- Inicie sesión con su dirección de correo electrónico y contraseña.

Nota: Si anteriormente descargó la aplicación Limeade, debe eliminarla antes de descargar la nueva aplicación Limeade ONE.



Registrarse para Llamado a la Salud

- 1 Recibirá un correo electrónico de bienvenida del equipo de Llamado a la Salud con un enlace para registrarse en calltohealth.org.
- 2 La primera vez que visite el sitio, haga clic en el enlace **Sign-up** (Registrarse) en la parte inferior de la página y luego introduzca su apellido, fecha de nacimiento y los últimos cuatro dígitos de su número de Seguro Social y haga clic en **Find Account** (Buscar cuenta).
- 3 Introduzca su dirección de correo electrónico y cree una contraseña para usar al iniciar sesión.
- 4 Tilde la casilla de verificación para aceptar los Términos y condiciones de servicio y la Política de privacidad y haga clic en **Register Account** (Registrar cuenta).
- 5 Ingrese su número de teléfono y elija si desea recibir un mensaje de texto o una llamada para acceder de forma segura a su cuenta. A continuación, se le pedirá que acepte los consentimientos del programa.



- 6 Haga del Llamado a la Salud una práctica diaria, incluso después de haber ganado deducibles reducidos y tarjetas Tango. Encontrará actividades recomendadas y "Top Picks" (Mejores selecciones) para usted, junto con nuevos desafíos durante todo el año para ayudarlo a mantenerse motivado mientras trabaja para ser su mejor versión.

Nota: Su cónyuge cubierto no recibirá un correo electrónico de bienvenida, pero puede ir directamente a calltohealth.org para registrarse.

La tarjeta Tango

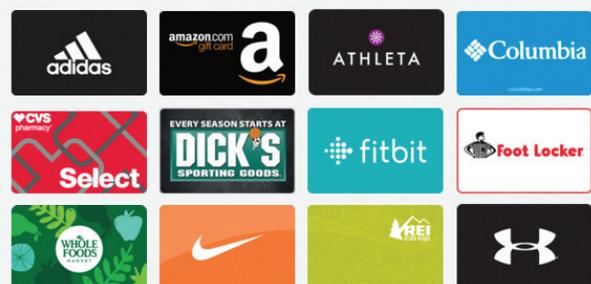
La tarjeta Tango es una tarjeta de recompensas digital que puede canjear por tarjetas de regalo de minoristas nacionales seleccionados por la Junta de Pensiones por su enfoque en la vida saludable y el bienestar, por ejemplo, Adidas, Amazon, CVS, Fitbit y REI.* O bien, puede donar el valor de su tarjeta Tango a organizaciones benéficas, como la Sociedad Americana contra el Cáncer, Habitat para la Humanidad y World of Children Award (galardón de World of Children).*

* Si canjea la tarjeta Tango por una tarjeta de regalo, usted es responsable de informar el monto de la tarjeta de regalo como ingreso imponible al presentar su declaración de impuestos. La designación de la tarjeta Tango para beneficiar a una organización benéfica se considera una deducción caritativa a efectos fiscales.

CONTRIBUCIONES BENÉFICAS



MINORISTAS DE BIENESTAR



COSTOS POTENCIALES

No hay ningún costo para usted por participar en la mayoría de las actividades de Llamado a la Salud. Sin embargo, algunas actividades pueden requerir que abone por su cuenta costos de gastos de bolsillo limitados.

Asesoramiento nutricional: cuando visita a un proveedor de la red y su índice de masa corporal (IMC) es inferior a 30, se aplican las disposiciones regulares del plan (PPO: copago de \$25, EPO: copago de \$40; HDHP: 100% del costo hasta que abone el deducible, luego 20% de coseguro hasta el máximo anual de gastos de bolsillo); si su IMC es de 30 o más, usted abona \$0. (Use una calculadora de IMC en línea o pídale a su proveedor de atención médica que mida su IMC).

Examen dental preventivo: el costo depende de sus beneficios dentales. Si tiene cobertura dental PPO Aetna a través de la Junta, por ejemplo, un examen dental preventivo está cubierto al 100% sin deducible.

Examen de la vista: usted abona un copago de \$25 por un examen de la vista de rutina de un proveedor de la red VSP. Si utiliza un proveedor fuera de la red, envíe un reclamo a VSP para que se le reembolse parte del gasto.

Retiro de bienestar: los participantes abonan los gastos de viaje y alojamiento.

Conferencia CREDO: usted abona una cuota de participación de \$500 (si es elegible e invitado).

¿TIENE PREGUNTAS?

Llame a la Junta al 800-PRESPLAN (800-773-7752) (TTY: 711) si tiene preguntas sobre actividades o puntos. Si tiene preguntas sobre el registro o problemas tecnológicos, comuníquese a support@limeade.com o llame al 855-451-6754.

Acerca de su privacidad

La Junta de Pensiones de la Iglesia Presbiteriana (E.U.A.) se compromete a proteger la privacidad de los datos personales, incluida la información de identificación personal. Toda la información personal de salud, incluida la información que proporcione al realizar la evaluación de bienestar, está protegida y segura de acuerdo con la Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico (HIPAA), y se recopila y utiliza únicamente para fines de gestión médica. Consulte pensions.org/membertools para obtener más detalles. No se recopila información genética en la evaluación de bienestar de Llamado a la Salud.

Llamado a la Salud está disponible para los empleados y sus cónyuges con cobertura médica a través de la Junta de Pensiones. No está disponible para miembros o cónyuges inscritos en Triple-S, GeoBlue o el plan PPO de Medicare Advantage del Grupo Humana.

Esta no es una descripción completa de los beneficios y limitaciones del plan. Si existe alguna diferencia entre la información presentada aquí y las disposiciones del Plan de Beneficios de la Iglesia Presbiteriana (E.U.A.), prevalecerán los términos del plan. Visite pensions.org o llame a la Junta al 800-PRESPLAN (800-773-7752) (TTY: 711) para obtener una copia del documento del plan.



THE BOARD OF PENSIONS
OF THE PRESBYTERIAN CHURCH (U.S.A.)

2000 Market Street | Philadelphia, PA 19103-3298 | 800-PRESPLAN (800-773-7752) (TTY: 711) pensions.org

MED-229-0124