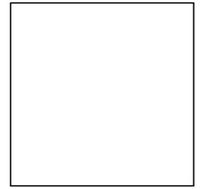




Arkema Inc.
Human Resources
900 First Avenue
Building #4, Second Floor
King of Prussia, PA 19406



¡Comience con *Well-being Matters!*

En Arkema, lo ayudamos a lograr el bienestar a su manera. Sabemos que el bienestar afecta cada parte de la vida: su mente, su cuerpo y su billetera. Al igual que el año pasado, puede participar en *Well-being Matters*, un programa que se ofrece a través de Castlight, que le ayuda a priorizar su bienestar y ganar recompensas en el camino.

Siga leyendo para conocer cómo usted y su cónyuge inscrito pueden obtener una reducción de \$400 en las primas de su plan médico para el 2025. ¡No se pierda este descuento!

¿Renuncia al seguro médico? Gane puntos y reciba \$200 en un cheque de pago de enero de 2025.

Visite mycastlight.com/arkema o descargue la aplicación Castlight Mobile desde la App Store o Google Play Store hoy mismo. Utilice el código QR para comenzar.



También puede enviar un mensaje de texto con la palabra APP al 35925 para obtener un enlace para descargar la aplicación Castlight.

**Podrían aplicarse tarifas por mensajes y datos.*



Well-being Matters empodera a los empleados de Arkema y a sus cónyuges para que practique hábitos saludables y gane recompensas mientras lo hace. Si no participó el año pasado, ahora es su oportunidad de participar en el programa mejorado *Well-being Matters*.

NOVEDADES

Cada año, actualizamos *Well-being Matters* para que pueda maximizar las acciones saludables que son más importantes para usted, ya sea que esté activo, practicando la atención plena o cocinando una receta saludable. Esto es lo que está cambiando para el 2024–2025:

- ✓ **Descargue y regístrese en Mind Companion** en el sitio www.resourcesforliving.com para ganar 50 puntos.
- ✓ **Complete una certificación de examen de la vista** para ganar 50 puntos.
- ✓ **Done a una de las tres organizaciones benéficas** (Hábitat para la Humanidad, la Sociedad Americana contra el Cáncer y el Fondo de Agua Limpia) en lugar de recibir una tarjeta de regalo de Amazon de \$50.

¿Ha completado sus exámenes físicos y de sangre anuales desde el 1.º de noviembre de 2023?

Obtenga puntos descargando el formulario de resultados del médico de Quest a través de la aplicación Castlight (Castlight tiene la configuración de inicio de sesión único con Quest para que pueda iniciar sesión en Quest directamente desde la aplicación Castlight). Pídale a su médico que complete y envíe el formulario a Quest antes del 1.º de noviembre de 2024. Seguirá teniendo las otras opciones disponibles para usted también.

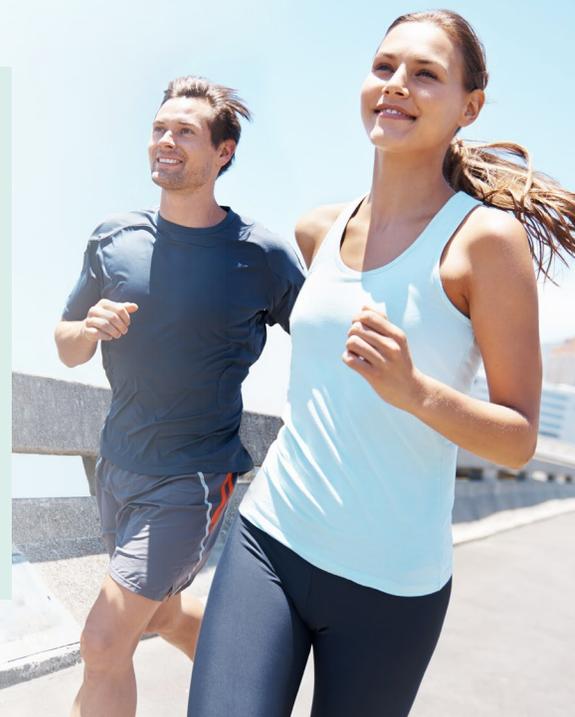


NUEVOS EMPLEADOS

Los empleados contratados o recontratados a partir del 1.º de junio de 2024 recibirán automáticamente un descuento en la prima médica para el 2025. Luego, a partir de julio de 2025, usted y su cónyuge inscrito deberán obtener cada uno 2,000 puntos si desean conservar el descuento completo para el 2026.

EVENTO DE VIDA

Si tiene un evento de vida a partir del 1.º de junio de 2024 y agrega a su cónyuge a su cobertura médica, su cónyuge recibirá automáticamente el descuento de \$400 para el 2025. Aún deberá obtener su descuento.



Verificación de Castlight



¿Sabía que Castlight puede apoyarlo de más maneras que recompensando sus actividades de bienestar? Castlight ofrece asesoramiento personalizado y también puede ayudarlo a navegar por el mundo de la atención médica. Consulte otros recursos de Castlight, como:

- ✓ **Asistencia personalizada** de Guías de atención de Castlight para ayudarlo a encontrar un médico o comprender sus beneficios de salud
- ✓ **Un resumen** de los beneficios de salud en los que está inscrito
- ✓ **Una herramienta de búsqueda de proveedores** que le permite comparar el costo y la calidad de los proveedores que ofrecen los mismos servicios
- ✓ **Una herramienta de estimación de costos** para que sepa cuánto pagará por un servicio antes de su visita
- ✓ **Acceso a su(s) tarjeta(s) de seguro digital** en su cuenta en línea o a través de la aplicación móvil Castlight

Incluso puede obtener puntos para la reducción de la prima de su plan médico por usar algunas de estas características! ¡Obtenga el apoyo que necesita y gane esos puntos hoy mismo! Visite mycastlight.com/arkema o descargue la aplicación Castlight Mobile para comenzar.



Incluso puede obtener puntos para la reducción de la prima de su plan médico por usar algunas de estas características! ¡Obtenga el apoyo que necesita y gane esos puntos hoy mismo! Visite mycastlight.com/arkema o descargue la aplicación Castlight Mobile para comenzar.



¡Bienestar a su manera!

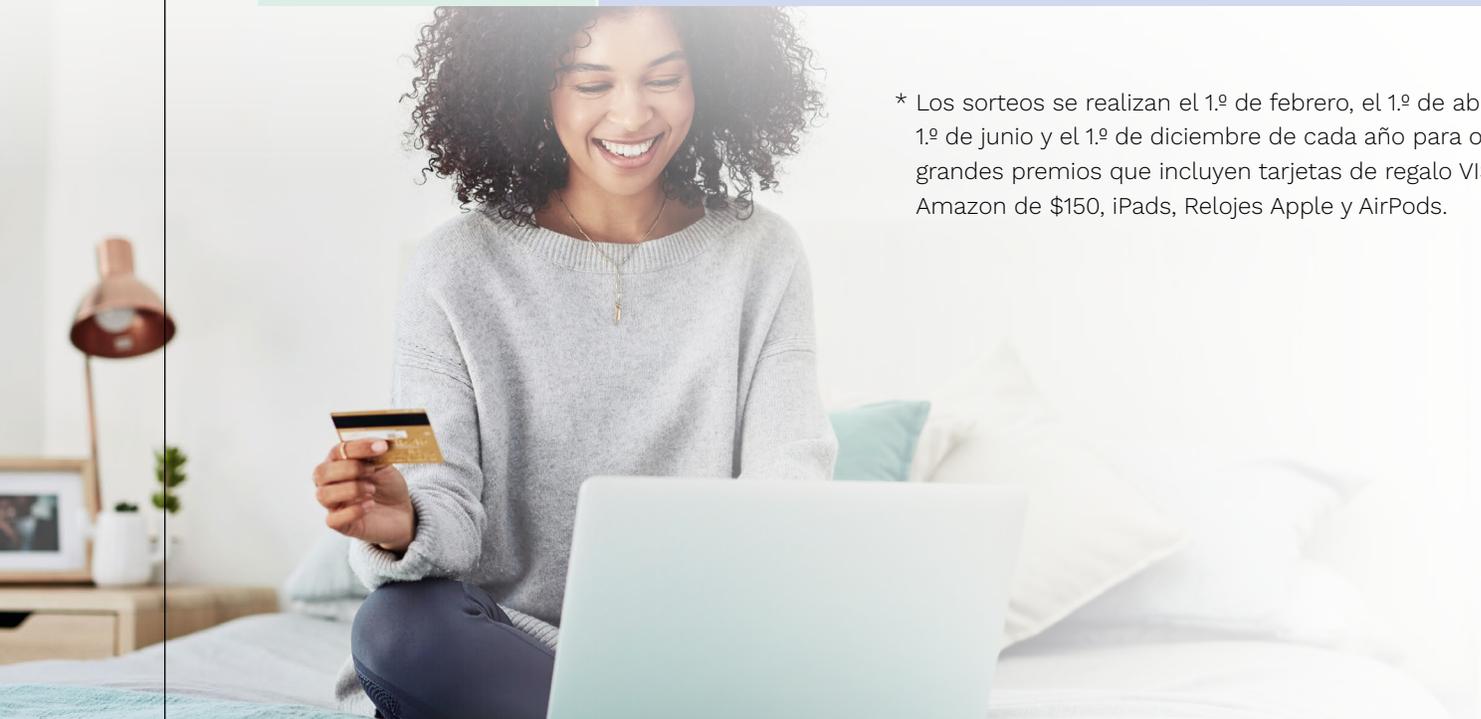
A través de *Well-being Matters*, Arkema le recompensa por hacer de su bienestar una prioridad. **Si gana al menos 2,000 puntos a más tardar el 1.º de noviembre de 2024**, puede recibir una reducción de la prima del plan médico y ser elegible para otros premios.

Visite mycastlight.com/arkema o descargue la aplicación móvil Castlight para comenzar a ganar puntos.

LO QUE GANA CON SUS PUNTOS

Puntos y tiempo	Si está inscrito en la cobertura médica de Arkema para el 2025	Si renunció a la cobertura médica de Arkema para el 2025
Gane al menos 2,000 puntos antes del 1.º de noviembre de 2024	Obtenga un descuento en sus contribuciones al plan médico de 2025: <ul style="list-style-type: none">✓ \$400 si usted o su cónyuge cubierto participan✓ \$800 si usted y su cónyuge cubierto participan	Reciba \$200 a través de su cheque de sueldo a principios de 2025.
Gane puntos adicionales antes del 30 de junio de 2025	¡Gane otros 500 puntos para obtener una tarjeta de regalo de Amazon de \$50 o donar el valor de la tarjeta a una de las tres organizaciones benéficas (Hábitat para la Humanidad, la Sociedad Americana contra el Cáncer y el Fondo de Agua Limpia)! Cada diez puntos también pueden utilizarse para “comprar” una inscripción en el sorteo si los gasta en el Centro de Recompensas antes de los sorteos* del 1.º de febrero, 1.º de abril, 1.º de junio y 1.º de diciembre de cada año.	

* Los sorteos se realizan el 1.º de febrero, el 1.º de abril, el 1.º de junio y el 1.º de diciembre de cada año para obtener grandes premios que incluyen tarjetas de regalo VISA o Amazon de \$150, iPads, Relojes Apple y AirPods.



ACCIONES SALUDABLES

Al priorizar su bienestar, creemos en enfocarnos en lo que le importa. Es por eso que hay tantas acciones saludables para que pueda ganar puntos para la deducción de la prima de su **plan médico y otros premios** de una manera que se adapte a usted y a sus intereses. *Las acciones saludables nuevas o actualizadas se enumeran a continuación en verde.*

✓ Acción saludable	Puntos	Frecuencia
<input type="checkbox"/> Póngase activo: Camine 5,000/7,000/10,000 pasos	5/7/10	Una vez al día cada una
<input type="checkbox"/> Duerma bien: Haga un seguimiento del sueño	5	Una vez al día
<input type="checkbox"/> Coma de forma inteligente: Haga un seguimiento de sus comidas	10	Una vez al día
<input type="checkbox"/> Hábitos saludables: Preparar café, beber agua, respirar, desarrollar empatía, comer verduras, estirarse, aprender a escuchar, leer, conectarse, comer fruta, relajarse, meditar, sentirse agradecido	5 cada una	Una vez al día cada una
<input type="checkbox"/> Explore y gane: Comprenda su plan, vea sus reclamaciones, busque atención, califique a un médico, elabore un plan de atención	5 cada una	Una vez al año cada una
<input type="checkbox"/> Puntos de bienvenida: Regístrese y descargue la aplicación móvil	50 cada uno	Una vez de por vida cada una
Programa musculoesquelético de Hinge Health		
<input type="checkbox"/> Vea el video de Hinge Health	5	Una vez al año cada una
<input type="checkbox"/> Complete el cuestionario de examen clínico	10	
<input type="checkbox"/> Complete 1 sesión de ejercicios	25	
<input type="checkbox"/> Complete 4 sesiones de ejercicios	50	
<input type="checkbox"/> Complete 8 sesiones de ejercicios	50	
Control de la diabetes de Livongo		
<input type="checkbox"/> Ver el video de Diabetes	5	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Inscribese en Livongo para la diabetes	10	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Complete su primer chequeo	25	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Hágase un chequeo al menos una vez a la semana	10	Una vez a la semana
<input type="checkbox"/> Complete 5 chequeos en una semana	25	Una vez a la semana
<input type="checkbox"/> Complete 12 chequeos en un mes	25	Una vez al mes
Control de la hipertensión de Livongo		
<input type="checkbox"/> Vea el video de Hipertensión	5	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Inscribese en Livongo para la hipertensión	10	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Complete el primer chequeo de la presión arterial	25	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Hágase un chequeo al menos una vez a la semana	10	Una vez a la semana
<input type="checkbox"/> Complete 5 chequeos en un mes	25	Una vez al mes
<input type="checkbox"/> Complete 12 chequeos en un mes	25	Una vez al mes
<input type="checkbox"/> Evaluación del bienestar	600	Una vez al año
Conozca sus números		
<input type="checkbox"/> Complete el examen	500	Una vez al año cada una
<input type="checkbox"/> Vea sus resultados a través de Quest	100	
<input type="checkbox"/> Programa para dejar de fumar de Aetna: Complete 4 sesiones	200	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Vacuna contra la COVID-19 o vacuna de refuerzo	50	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Certificación de consulta odontológica	100	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Declaración anual de examen de la vista	50	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Examen de bienestar emocional en el sitio www.resourcesforliving.com	100	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Inscribese en el programa Mind Companion en el sitio www.resourcesforliving.com	50	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Asista a dos sesiones del Día del dinero de Fidelity	200	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Certificación de vacuna contra la gripe	50	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Certificación de exámenes preventivos (examen físico anual, mamografía)	600	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Certificación de no fumador	50	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Certificación de voluntariado	100	Una vez al año

ACCIONES SALUDABLES (CONTINUACIÓN)

✓ Acción saludable	Puntos	Frecuencia
Participe en el Programa Rx Savings Solutions (RxSS)		
<input type="checkbox"/> Vea el video Más información	25	Una vez al año
<input type="checkbox"/> Llame a Rx Savings Solutions	25	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Active su cuenta	50	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Opte por recibir mensajes de texto	25	Una vez de por vida
<input type="checkbox"/> Utilice "Contactar a mi recetador"	150	Una vez al día

Visite mycastlight.com/arkema o la aplicación Castlight Mobile para obtener detalles sobre cómo completar cualquiera de las Acciones saludables.

CÓMO FUNCIONA WELL-BEING MATTERS: CONOZCA A EMILY Y DANIEL

Emily y su esposo, Daniel, participan en *Well-being Matters* para obtener el descuento completo de la prima de su plan médico. Veamos cómo cada uno alcanzó los 2,000 puntos.

Acciones saludables de Emily	Puntos	Acciones saludables de Daniel	Puntos
Conozca sus números		Conozca sus números	
Complete el examen	500	Complete el examen	500
Vea sus resultados a través de Quest y certifique en Castlight	100	Vea sus resultados a través de Quest y certifique en Castlight	100
Certificación de exámenes preventivos (examen físico anual, mamografía)	600	Certificación de exámenes preventivos (examen físico anual, mamografía)	600
Evaluación del bienestar	600	Evaluación del bienestar	600
Asista a dos sesiones del Día del dinero de Fidelity	200	Asista a dos sesiones del Día del dinero de Fidelity	200
Póngase activo: Camine 5,000 pasos (diariamente durante dos semanas)	5 x 14 = 70	Programa para dejar de fumar de Aetna: Complete 4 sesiones	200
Coma de forma inteligente: Haga un seguimiento de sus comidas (diariamente durante dos semanas)	10x14 = 140	Certificación de no fumador	50
Certificación de voluntariado	100	Se inscribió en el programa Mind Companion	50
Certificación de consulta odontológica	100	Puntos totales	2,300
Declaración anual de examen de la vista	50	Si Daniel gana solo 200 puntos más, puede obtener una Tarjeta de regalo de Amazon de \$50 o donar a una de tres organizaciones benéficas.	
Certificación de vacuna contra la gripe	50		
Puntos totales	2,510		
Dado que Emily ganó más de 2,000 puntos, opta por donar a la Sociedad Americana contra el Cáncer en lugar de poner sus 500 puntos para una tarjeta de regalo de Amazon.			

¿ESTÁ INTERESADO EN CONVERTIRSE EN UN CAMPEÓN DEL BIENESTAR EN SU SITIO?

¿Desea ayudar a sus compañeros de trabajo con sus objetivos de salud y bienestar, y ganar puntos mientras lo hace? Tiene la oportunidad de convertirse en un Campeón del bienestar en Arkema.

Solo por registrarse como Campeón del bienestar, ganará 10 puntos. ¡Puede ganar aún más puntos (un total de hasta 200 puntos) por involucrar a sus compañeros de trabajo y comunicarse sobre actividades mensuales de bienestar importantes para la salud física, emocional/mental, financiera y social/comunitaria de usted y sus compañeros de trabajo! También es una gran actividad de desarrollo.

Si está interesado, envíe un correo electrónico a Katherine.Sampson@arkema.com para obtener más información.