



# 2018 Wellness Program



**The Hog Slat Wellness Program for 2018 has changed.** This wellness program redesign focuses on continued promotion of primary care annual physicals and an increased focus on healthy behaviors and health education. Please read the following wellness program details and see the reward schedule. A video that provides an overview of the wellness program changes can be seen at <https://vimeo.com/hogslatinc/wellness-video-2018-19>. **All current wellness premium discounts will stop at the end of July 2018. In August 2018 your new premium reductions will take effect based on you and/or your insured spouse's screening, proof of annual physical form, and completion of the MyBioCheck report card.**

- **Participate in the onsite Hog Slat wellness screenings where available** A general schedule is attached, but you need to see your manager for the exact date and time. Onsite screenings will be done by finger stick and you do NOT need to fast (not eat). Insured spouses are welcome at these screenings. If onsite screenings are not available at your location, this requirement is waived and the Proof of Physical will count for both for the physical and the screening.
- **Have your Annual Physical:** Schedule an appointment with your personal physician to have an annual physical. Due to the timing of the wellness program discounts, employees are encouraged to get their annual physical each year between January and July. Remember, under the Hog Slat Health Plan, one annual physical for a Hog Slat insured employee and spouse per benefit year (12/1 – 11/30) is covered at 100% *as long it is coded by the doctor as a wellness visit*. Be sure and have your physician complete the new 2018 Proof of Physical form (the old forms will be accepted if you have already turned in a proof of physical for the 2018 wellness year). **While the form does not ask you to report your lab values, you will need them to complete the MyBioCheck report card.** A copy of the 2018 Proof of Physical form is included in this mailing on the back of the screening schedule.
- **Complete the MyBioCheck Report Card:** Once you have your annual physical or complete the onsite wellness screening, take your lab values and log on to MyBioCheck to get your personalized health report card. Simply enter your Height, Weight, Total Cholesterol, Glucose, and Blood Pressure and you will immediately receive a Health Report Card with your grade and some advice for improvement. MyBioCheck can be taken on your computer, smart phone, or Ipad. Use the link in the wellness Program Reward Chart below to access and complete the report card. **THE MYBIOCHECK REPORT CARD WILL NOT BE AVAILABLE UNTIL APRIL 16, 2018.**

2018-2019 WELLNESS PROGRAM REWARDS	INSURED EMPLOYEE	INSURED EMPLOYEE AND INSURED SPOUSE	NON INSURED EMPLOYEE
HAVE AN ONSITE HEALTH SCREENING, WHERE AVAILABLE	\$6 / WEEK	\$12 / WEEK	\$20 GIFT CARD
TURN IN PROOF OF ANNUAL PHYSICAL FORM SIGNED BY PHYSICIAN	\$8/ WEEK	\$16 / WEEK	NOT APPLICABLE
COMPLETE THE MYBIOCHECK REPORT CARD (completed after screening or physical)	\$5/ WEEK	\$8/ WEEK	\$5 GIFT CARD
MYBIOCHECK LINK: <a href="https://lifestyle.mybiocheck.com/hogslat">https://lifestyle.mybiocheck.com/hogslat</a>			
EMPLOYEE ONLY MAX: \$19/WEEK (\$988 / YEAR SAVINGS)    EMPLOYEE & SPOUSE MAX: \$36/WEEK (\$1,872 / YEAR SAVINGS) NON INSURED GIFT CARD MAX: \$25.00 (gift card certificate sent in mid-August. All gift cards amounts are taxable income)			

**PLEASE CONTINUE READING ON BACK FOR IMPORTANT PROGRAM CHANGES**

**(Continued on back)**

## **IMPORTANT!!! TO QUALIFY FOR THE WELLNESS DISCOUNT IN AUGUST 2019, THERE WILL BE NEW REQUIREMENTS THAT YOU WILL NEED TO COMPLETE BETWEEN 8/1/18 AND 7/31/19.**

Between 8/1/2018 and 7/31/2019, employees will need to complete one of the 5 wellness activities listed below in order to earn a portion of their 2019-2020 wellness discounts. Do not delay – be sure and complete one of these activities in the 12 months between 8/1/18 and 7/31/19 or you will not earn a significant portion of your wellness premium discount starting in August 2019.

- **Get a Flu Shot:** Have a flu shot between 8/1/18 and 7/31/2019.
- **Fitness or Weight Program:** Participate in at least one quarter (any three consecutive months) of any Hog Slat fitness program or the Weight Watchers reimbursement program anytime between 8/1/2018 and 7/31/19. For copies of all forms and more information, email [wellness@hogslat.com](mailto:wellness@hogslat.com).
- **Live Health Coaching (NC only):** Schedule and meet with the onsite Nurse Practitioner at the Employee Health Clinic for a health coaching session by 7/31/2019. Call the appointment line to schedule your appointment. 1-866-959-9355. A sick visit does not count as the health coaching visit for wellness program purposes.
- **Telephonic Health Coaching:** Complete at least two Telephonic Health Coaching Sessions with a BCBSNC health coach. Call 1-888-292-5444 to sign up for the coaching program. This coaching program is free and is available in English and in Spanish. Once your sessions are complete, simply send an email to [wellness@hogslat.com](mailto:wellness@hogslat.com) so your completion can be verified.
- **Sign up and participate in the new text based monthly wellness program challenges:** Launching in September 2018, a monthly wellness challenge will be offered via Hog Slat text messaging. The challenges will be fun, simple, and focused on wellness. To meet the wellness activity requirement, you will need to participate in at least 3 months of challenges. Sign up today to get these program texts: Text HOGWELL to 797979 or text your name to 1-919-999-2013. (This phone number accepts text messages only – no voice)

Remember, your health plan is committed to helping you achieve your best health. Rewards for participating in a wellness program are available to all employees. If you think you might be unable to meet a standard for a reward under this wellness program, you might qualify for an opportunity to earn the same reward by different means. Contact the Hog Slat HR office and we will work with you (and if you wish, with your doctor) to find a wellness program with the same reward that is right for you in light of your health status. Don't let a health issue keep you from participating in the wellness program and earning rewards.



# Programa de bienestar 2018



El Programa de bienestar de Hog Slat para 2018 ha cambiado. Este rediseño del programa de bienestar se centra en la continua promoción del examen físico anual de atención primaria y un mayor enfoque en los comportamientos saludables y la educación sobre la salud. Lea la siguiente información del programa de bienestar y revise el cronograma de recompensas. Puede ver un video que proporciona una descripción general de los cambios en el programa de bienestar en <https://vimeo.com/hogslatinc/wellness-video-2018-19>. **Todos los descuentos de primas de bienestar actuales cesarán al final de julio de 2018. En agosto de 2018, las nuevas reducciones de las primas tendrán efecto con base en los exámenes de usted y su cónyuge asegurado(a), el formulario de prueba de examen físico anual, y la tarjeta de reporte MyBioCheck completada.**

- **Participe en las evaluaciones de bienestar en la sede de Hog Slat donde esté disponible** Se adjunta un calendario general, pero debe consultar a su gerente para que le informe sobre la fecha y la hora exactas. Los exámenes en la sede se realizarán mediante una punción en el dedo y NO es necesario ayunar (no comer). Los cónyuges asegurados son bienvenidos en estas evaluaciones. Si los exámenes en la sede no están disponibles en su ubicación, se eximirá este requisito y la prueba del examen físico se tomará para el examen físico y la evaluación.
- **Realícese su examen físico anual:** Programe una cita con su médico personal para realizarse un examen físico anual. Debido a la oportunidad de los descuentos del programa de bienestar, se anima a los empleados a realizarse su examen físico anual cada año, entre enero y julio. Recuerde, en virtud del Plan de Salud de Hog Slat, un examen físico anual para un empleado asegurado de Hog Slat y su cónyuge por año de beneficios (12/1 - 11/30) está cubierto al 100% *siempre que sea codificado por el médico como una visita de bienestar*. Asegúrese de pedirle a su médico que complete el nuevo formulario de Prueba de examen físico de 2018 (los formularios antiguos serán aceptados si usted ya ha entregado una prueba del examen físico para el año de bienestar 2018). **Si bien el formulario no le solicita que informe sus valores de laboratorio, los necesitará para completar la tarjeta de reporte MyBioCheck.** En este documento, se incluye una copia del formulario de Prueba de examen físico de 2018 en el reverso del calendario de evaluación.
- **Complete el informe MyBioCheck tarjeta:** Una vez que tenga su examen físico anual o complete la evaluación de bienestar en la sede, tome sus valores de laboratorio e inicie sesión en MyBioCheck para obtener su tarjeta de reporte de salud personalizada. Simplemente introduzca su altura, peso, colesterol total, glucosa y presión arterial e inmediatamente recibirá una Tarjeta de reporte de salud con su calificación y algunos consejos para mejorar. Puede tener MyBioCheck en su computadora, teléfono inteligente o Ipad. Utilice el enlace en la Tabla de recompensas del Programa de bienestar para ingresar y completar la tarjeta de reporte. **LA TARJETA DE REPORTE MYBIOCHECK NO ESTARÁ DISPONIBLE HASTA EL 16 DE ABRIL DE 2018.**

RECOMPENSAS DEL PROGRAMA DE BIENESTAR 2018-2019	EMPLEADO ASEGURADO	EMPLEADO ASEGURADO Y CÓNYUGE ASEGURADO	EMPLEADO NO ASEGURADO
REALICE UNA EVALUACIÓN DE SALUD EN LA SEDE, DONDE ESTÉ DISPONIBLE	\$6 / SEMANA	\$12 / SEMANA	TARJETA DE REGALO DE \$20
ENTREGUE EL FORMULARIO DE PRUEBA DE EXAMEN FÍSICO ANUAL, FIRMADO POR EL MÉDICO	\$8 / SEMANA	\$16 / SEMANA	NO APLICA
COMPLETE LA TARJETA DE REPORTE MYBIOCHECK (completada después de la evaluación o examen físico)	\$5 / SEMANA	\$8 / SEMANA	TARJETA DE REGALO DE \$5
ENLACE DE MYBIOCHECK:			
MÁXIMO PARA SOLO EMPLEADO: \$19/SEMANA (\$988 / AHORROS AL AÑO) MÁX. PARA EMPLEADO Y CÓNYUGE: \$36/SEMANA (\$1,872 / AHORRO AL AÑO)			
MÁX. DE TARJETA DE REGALO PARA EMPLEADOS NO ASEGURADOS: \$25.00 (certificado de tarjeta de regalo enviado a mediados de agosto. Todos los importes de las tarjetas de regalo son ingresos gravables)			

**CONTINÚE LEYENDO EN EL REVERSO PARA CONOCER LOS CAMBIOS IMPORTANTES EN EL PROGRAMA**

(Continúa en el reverso)

## ¡IMPORTANTE! PARA CALIFICAR PARA EL DESCUENTO DE BIENESTAR EN AGOSTO DE 2019, HABRÁ NUEVOS REQUISITOS QUE DEBERÁ COMPLETAR ENTRE EL 1 DE AGOSTO DE 2018 Y EL 31 DE JULIO DE 2019.

Entre el 1 de agosto de 2018 y el 31 de julio de 2019, los empleados deberán completar una de las 5 actividades de bienestar indicadas a continuación para ganar una porción de sus descuentos de bienestar para 2019-2020. No se demore - asegúrese de completar una de estas actividades en los 12 meses comprendidos entre el 1 de agosto de 2018 y el 31 de julio de 2019 o no ganará una porción significativa de su descuento en la prima de bienestar a partir de agosto de 2019.

- **Vacúnese contra la gripe:** Colóquese una vacuna contra la gripe entre el 1 de agosto de 2018 y el 31 de julio de 2019.
- **Programa de condición física o peso:** Participe en al menos un trimestre (tres meses consecutivos) de cualquier programa de condición física de Hog Slat o el programa de reembolso de Weight Watchers en cualquier momento entre el 1 de agosto de 2018 y el 31 de julio de 2019. Para obtener copias de todos los formularios y más información, envíe un correo electrónico a [wellness@hogslat.com](mailto:wellness@hogslat.com).
- **Coaching de salud en vivo (solo en NC):** Programe y reúnase con la enfermera practicante de la sede en la Clínica de Salud para Empleados, para una sesión de coaching de salud antes del 31 de julio de 2019. Llame a la línea de citas para programar su cita. 1-866-959-9355. Una consulta por estar enfermo no cuenta como una visita de coaching de salud para fines del programa de bienestar.
- **Coaching de salud por teléfono:** Complete por lo menos dos sesiones de coaching de salud por teléfono con un instructor de salud de BCBSNC. Llame al 1-888-292-5444 para inscribirse en el programa de coaching. Este programa de coaching es gratis y está disponible en inglés y en español. Una vez que complete sus sesiones, simplemente envíe un correo electrónico a [wellness@hogslat.com](mailto:wellness@hogslat.com) para verificar su participación.
- **Regístrese y participe en los nuevos desafíos mensuales del programa de bienestar por mensajes de texto:** Con su lanzamiento en septiembre de 2018, un desafío de bienestar mensual se proporcionará a través de la mensajería de texto de Hog Slat. Los desafíos serán divertidos, sencillos y centrados en el bienestar. Para satisfacer el requisito de la actividad de bienestar, tendrá que participar en al menos 3 meses de desafíos. Regístrese hoy para recibir los mensajes de texto del programa: Envíe un mensaje de texto con HOGWELL al 797979 o con su nombre al 1-919-999-2013. (Este número de teléfono solo acepta mensajes de texto - no acepta mensajes de voz)

Recuerde, su plan de salud está comprometido a ayudarlo a alcanzar su mejor estado de salud. Las recompensas por participar en un programa de bienestar están disponibles para todos los empleados. Si piensa que no podría satisfacer un estándar para una recompensa en virtud de este programa de bienestar, usted podría calificar para una oportunidad de ganar la misma recompensa por medios diferentes. Póngase en contacto con la oficina de RR. HH. de Hog Slat y trabajaremos con usted (y si lo desea, con su médico) para encontrar un programa de bienestar con la misma recompensa que sea adecuada para usted en función de su estado de salud. No deje que un problema de salud evite que participe en el programa de bienestar y gane recompensas.

## ONSITE SCREENING SCHEDULE

NON NC HOG SLAT LOCATIONS			
STATE	LOCATION	DATE	TIME
IA	Humboldt - HOG SLAT MIDWEST	Thursday May 10	7:30am - 1:30pm
IA	Humboldt - Slat Plant	Thursday May 10	2:30pm - 5:30pm
IA	Washington Slat and Store	Wednesday May 9	1:00pm - 4:00pm
IN	Camden	Wednesday May 9	8:00am - 1:00pm
IN	Universal	Wednesday May 9	2:00pm - 6:00pm
NE	Columbus	Thursday May 10	7:00am - 10:00am
OK	Guymon	Thursday May 10	3:00pm - 6:00pm
NC - NEWTON GROVE LOCATIONS: All Screenings Below Held in Sales Conference Room			
Installation /TDM Drivers/Transp. Drivers/ Dispatchers		Wednesday May 23	6:00am - 7:00am
Transportation		Wednesday May 23	7:00am - 8:00am
Office Staff		Wednesday May 23	8:00am - 10:00am
NG Store		Wednesday May 23	10:00am - 11:00am
TDM Office and Engineering		Wednesday May 23	11:00am - 12:00pm
<b>SCREENING BREAK</b>		Wednesday May 23	12:00pm - 1:30pm
Sales Staff		Wednesday May 23	1:30pm - 2:00pm
Construction Staff		Wednesday May 23	2:00pm-3:00pm
All Farm Staff		Wednesday May 23	3:00pm-5:00pm
<i>STEEL PLANT ONLY TUESDAY MAY 22. A SHUTTLE WILL BE PROVIDED BETWEEN THE STEEL PLANT AND THE SALES OFFICE</i>			
1ST AND 3RD SHIFT			
TriDek / Robotics		Tuesday May 22	6:00am - 7:00am
Welding		Tuesday May 22	7:00am - 8:30am
Shipping / Tool & Die/ Maintenance / Bending / Assembly		Tuesday May 22	8:30am - 9:30am
Cutting		Tuesday May 22	9:30am - 11:30am
Mgmt / Purchasing / Robotics / Maintenance / Bending / Quality		Tuesday May 22	11:30am - 12:30pm
2ND SHIFT			
Painting and Cutting		Tuesday May 22	2:00 pm - 3:00pm
Welding / TriDek / Robotics / Maintenance / Bending / Quality		Tuesday May 22	3:00pm - 4:00pm
NC - CLINTON LOCATIONS			
Clinton Slat Plant and Clinton Retail Store - Screenings held in Clinton Slat Plant Office			
Clinton Slat Plant and Clinton Retail Store		Thursday May 24	1:00pm - 4:00pm
Clinton Distribution Center and Industrial Drive - Screenings Held in DC Break Room.			
<i>Note: Times are approximate. Individual screening time will be assigned by mgmt.</i>			
BOM and Fan Assembly		Monday May 14	7:00am - 9:00am
Quality Control		Monday May 14	9:00am - 9:30am
Distribution Center - 1st Shift		Monday May 14	9:30am - 12:00pm
<b>SCREENING BREAK</b>		Monday May 14	12:00pm - 2:00pm
Distribution Center - 2nd Shift		Monday May 14	2:15pm - 4:00pm
IPS - 1st Shift		Tuesday May 15	7:00am - 8:30am
Assembly 1st Shift / Shipping / Maintenance		Tuesday May 15	8:30am - 10:30am
Bending - 1st Shift		Tuesday May 15	10:30am - 12:00pm
<b>SCREENING BREAK</b>		Tuesday May 15	12:00PM - 2:00PM
Bending - 2nd Shift		Tuesday May 15	2:15pm - 3:00pm
Purchasing		Tuesday May 15	3:00pm - 4:00pm
421 Retail Sales Staff		Tuesday May 15	4:00pm - 5:00pm

**NOTE: IN ORDER TO BE ELIGIBLE TO PARTICIPATE IN ANY OF THE FITNESS OR WEIGHT MANAGEMENT PROGRAMS, YOU AND/OR YOUR SPOUSE MUST COMPLETE THE WELLNESS SCREENING.**

**NOTA: PARA PARTICIPAR EN CUALQUIERA DE LOS PROGRAMAS DE FITNESS O CONTROL DE PESO, USTED Y SU ESPOSO (A) DEBERÁN COMPLETAR EL CHEQUEO DE BIENESTAR.**

# 2018 Hog Slat Wellness Program Proof of Physical Form

(TO BE COMPLETED BY PHYSICIAN/NURSE/PA/NP)

**PLEASE NOTE: THIS VISIT IS AN ANNUAL PHYSICAL – A PREVENTIVE CARE (WELLNESS) VISIT, NOT A SICK VISIT – AND SHOULD BE CODED AS SUCH. IF THE PATIENT NEEDS A FOLLOW UP VISIT OR “SICK” VISIT, PLEASE HAVE THEM MAKE A SEPARATE APPOINTMENT. HOG SLAT COVERS AN ANNUAL PHYSICAL WITH BASIC LAB WORK AT 100% AS PER ACA.**

Patient First Name: \_\_\_\_\_ Patient Last Name: \_\_\_\_\_

DOB: \_\_\_\_\_ Is this patient the spouse of Hog Slat employee? \_\_\_\_\_

Date of Physical Office Visit: \_\_\_\_\_ Date of Lab Work: \_\_\_\_\_

Please provide the patient with a copy of the following biometric lab values and discuss their results. The patient will need these values to complete an online health assessment:

- ✓ Height / Weight / BMI
- ✓ Blood Pressure
- ✓ Glucose
- ✓ Total Cholesterol

**Provider Signature:** \_\_\_\_\_

**Practice Name:** \_\_\_\_\_

**PLEASE DO NOT FAX THIS INFORMATION. PLEASE RETURN IT TO THE PATIENT OR EMAIL IT TO WELLNESS@HOGSLAT.COM**

*Thanks so much for the care that you provide to this employee and/or spouse. Our wellness program is designed to reward our associates for getting necessary preventive care and making lifestyle changes to reduce their risk of chronic illness or disease. We offer financial rewards for wellness program participation, smoking cessation help, fitness programs, and weight management programs. If you would like to know more about our wellness program, please let me know.*

*Denise Holland, MHA SPHR CCWP  
Benefits Director, Hog Slat Inc.  
[dholland@hogslat.com](mailto:dholland@hogslat.com)*