



Estimado miembro de Reta Trust:

El 1 de julio, Reta Trust comenzó el segundo año del nuevo programa de bienestar en asociación con WebMD. Nos complace informarle algunos cambios interesantes.

Este año, los miembros de Reta, sus cónyuges y dependientes de 18 años y mayores cubiertos pueden ganar **\$150 en premios en efectivo** (¡el doble en comparación con el año pasado!) si completan un par de pasos sencillos para mejorar su salud.

Paso 1: Gane \$100 por llenar la HealthQuotient (HQ), una evaluación de riesgo de salud confidencial por Internet.

- A partir del 1 de julio, ingrese en www.retatruster.org y haga clic en el logotipo WebMD para registrarse por primera vez o para iniciar sesión en el sitio si se registró el año pasado.
- Debe llenar la evaluación HQ todos los años para ganar el premio y revisar su estado de salud actual.

Paso 2: Gane \$50 por completar el Programa de mejoramiento del estilo de vida o por participar en el entrenamiento de salud confidencial.

- Los programas de mejoramiento del estilo de vida le permiten seleccionar un tema de salud y lo guían, paso a paso, en un plan para mejorar su salud. Algunos de los temas que puede seleccionar son: ejercicio, control del peso y salud emocional.
- El entrenamiento de salud personalizado con WebMD consiste en una serie de llamadas telefónicas confidenciales con un entrenador de salud certificado. Podrán trabajar conjuntamente para fijar metas de salud prácticas y crear un programa que aborde sus mayores inquietudes sobre la salud.

Reta Trust desea que disfrute los beneficios de una vida saludable. Se ha comprobado que los programas de WebMD han mejorado la vida de personas como usted. Tómese unos minutos para llenar la evaluación HQ confidencial hoy mismo. Las decisiones que tome hoy podrán mejorar en gran medida su salud el día de mañana.

Comience en www.retatruster.org hoy mismo.

Sus socios para la buena salud,

Reta Trust y WebMD