



Tome el control de su bienestar

Viva mejor al proteger su salud y su patrimonio



Consulte el boletín Viva Mejor

Reciba información útil cada trimestre sobre los beneficios en su buzón de casa, en el trabajo, en One.Walmart.com/Wellbeing y en su bandeja de entrada de correo electrónico.

El Plan de Salud y Bienestar de los Asociados cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

Los servicios de interpretación están disponibles de manera gratuita. 1-800-421-1362

En esta comunicación se proporciona información sobre determinados beneficios de Walmart. El hecho de recibirla no le da derecho automáticamente a los beneficios descritos y estos materiales no constituyen un contrato de trabajo expreso o implícito u otro compromiso contractual. Se ha hecho todo lo posible para garantizar la exactitud de esta comunicación. No obstante, en caso de discrepancias entre esta y los documentos oficiales del plan o programa, prevalecerán los documentos oficiales del plan o programa. Para obtener información sobre la mayoría de las prestaciones de salud y bienestar, el plan 401(k) y el Plan de Adquisición de Valores del Asociado, consulte el Libro de Beneficios del Asociado 2025. Para obtener información sobre otros beneficios, consulte One.Walmart.com/Me. Walmart se reserva la facultad de interpretar los términos del lenguaje utilizado en cualquiera de sus comunicaciones, de acuerdo con las disposiciones contenidas en los documentos del plan o programa. Walmart también se reserva el derecho de modificar o rescindir cualquier plan o política de beneficios a su entera discreción en cualquier momento y por cualquier motivo.

Hábitos saludables sin esfuerzo



Viva mejor con herramientas de bienestar fáciles de usar que se adaptan a su vida.

Si desea...

Comer mejor



Cree hábitos saludables y transforme su mentalidad con un programa de Fresh Tri basado en la ciencia.

Desarrolle habilidades para perder peso y vivir de manera más saludable con asesoría basada en mensajes de texto de myAgileLife.

Moverse más



Póngase en forma en cualquier lugar con Fitness Pass; elija el plan que mejor se adapte a su itinerario con pagos quincenales desde \$5.

Tómese una micropausa de movimiento de 2 minutos que se integre en su jornada laboral con Breakthru.

Manejar el estrés



Reinicie, reenfóquese y cambie su estado de ánimo con un ejercicio de respiración de 2 minutos con Breakthru.

Aprenda nuevas formas de manejar el estrés con asesoría basada en mensajes de texto de myAgileLife.

Obtenga ayuda para dejar el tabaco



No es tarea fácil dejar la nicotina o el consumo de tabaco, lo que incluye fumar y vapear. No tiene por qué hacerlo solo/a. Con el programa Kick Buts, podrá adquirir nuevas habilidades, trabajar con un asesor, aprovechar el apoyo por mensaje de texto y recibir productos de reemplazo de nicotina.

Más información: One.Walmart.com/Wellbeing

Enfóquese en su salud integral



Usted podría tener la opción de elegir cobertura dental y oftalmológica, incluso si no es elegible para la cobertura médica.



Oftalmológica¹

Examen ocular anual: Pague solo \$4 en un proveedor de la red VSP, incluyendo la mayoría de los Walmart Vision Centers o Sam's Club Optical.

Anteojos o lentes de contacto: Pague solo \$4 por las lentes para anteojos al comprar los armazones. El plan paga hasta \$130 para anteojos o lentes de contacto nuevos cada año.



Dental¹

Exámenes y limpiezas: Sin costo para usted como atención preventiva cubierta.²

Empastes y endodancias: Usted pagará el 20 % del monto permitido después de cumplir con el deducible del plan.²

Ortodoncia: Usted tendrá hasta \$1,500 en cobertura para aparatos de ortodoncia después de un año en el plan dental.³

¹ Se aplican algunas limitaciones. Consulte toda la información en One.Walmart.com/BenefitsBook y encuentre más detalles sobre su elegibilidad y a quién puede cubrir en One.Walmart.com/BenefitsGuide.

² Este es el costo compartido para un dentista de la red Delta Dental PPO; podría pagar más si se trata con un dentista Delta Dental Premier o uno fuera de la red.

³ El plan paga el 80 % del monto permitido hasta un máximo de por vida de \$1,500 por persona.

Prepárese para lo inesperado: nombre a sus beneficiarios hoy mismo

Mantener la información de sus beneficiarios actualizada ayuda a garantizar que sus prestaciones, como el plan 401(k) y el seguro de vida, se paguen según sus deseos. Si no nombra a un beneficiario, su prestación se pagará según los términos del plan, lo que puede no coincidir con su voluntad.

Tómese cinco minutos para revisar y actualizar la información de sus beneficiarios visitando One.Walmart.com/Beneficiary

Más información: One.Walmart.com/Wellbeing

Protéjase a sí mismo/a y a sus seres queridos

La **cobertura por incapacidad** le brinda apoyo económico cuando no puede trabajar y necesita tiempo para recuperarse. Inscríbese en la cobertura mejorada para proteger aún más a su familia.

El **seguro de vida** provee dinero en efectivo cuando sus seres queridos más lo necesitan: para cubrir gastos fúnebres y reemplazar sus ingresos. Puede inscribirse en la cobertura en cualquier momento⁴ con tarifas grupales que podrían ser más bajas de lo que pagaría en otro lugar.

⁴ Podría requerirse una prueba de buena salud (proof of good health, POGH) al momento de la inscripción.

Asociado destacado:

Cómo la cobertura por LTD protegió a la familia de Willie



Willie Byers comparte cómo sin la cobertura por incapacidad a largo plazo, él "pudo haberlo perdido todo" cuando necesitó ausentarse del trabajo para recuperarse.



Utilice el código QR para ver un video sobre su historia.



Comparta su historia con sus beneficios

Cuéntenos cómo un beneficio de Walmart le ha ayudado a vivir mejor en One.Walmart.com/MyBenefitsStory

Más información: One.Walmart.com/Wellbeing