



MN006-E300, P.O. Box 1459, Minneapolis, MN 55440-1459

PRSR7 STD
U.S. POSTAGE
PAID
UNITECHHEALTH GROUP

Take action for your health

Take advantage of no added cost health care

Toma acción para su salud

Aproveche la atención médica sin costo adicional



Brought to you by UnitedHealthcare for Mortenson.
Administrative services provided by United HealthCare Services, Inc. or their affiliates.
© 2022 United HealthCare Services, Inc. All rights reserved. (ES22-1602655b)

Presentado por UnitedHealthcare para Mortenson.
Servicios administrativos proporcionados por United HealthCare Services, Inc. o sus afiliados.
© 2022 Servicios de United HealthCare, Inc. Todos los derechos reservados. (ES22-1602655b)



Keep your body running smoothly

Stay healthy and make sure nothing slows you down

Mantenga su cuerpo funcionando sin problemas

Manténgase saludable y asegúrese de que nada lo frene





Get a no added cost annual checkup

Wellness exams help find small health issues before they become serious illnesses that can make you feel sick.



It's important

Your health plan covers **preventive care** like an annual checkup with \$0 out of pocket when you see a network doctor.



Haga un chequeo anual sin costo añadido

Los exámenes de bienestar ayudan a encontrar pequeños problemas de salud antes de que se conviertan en enfermedades graves que pueden hacer que usted se sienta mal.



Es importante

Su plan de salud cubre **atención preventiva** como un chequeo anual a no costo \$0 cuando consulta a un médico de la red.

See the difference a check-up can make



Meet "Checkup" Chris

- ✓ Has an annual wellness visit each year
- ✓ Was diagnosed with prediabetes based on lab result
- ✓ Used Rally for support to live a healthier lifestyle and lower diabetes risk
- ✓ Accessed mental health Virtual Visits to help work through stress and naturally lower blood pressure



Meet "No doctor" Nic

- ✗ Didn't go to the doctor for years until he started having serious health issues
- ✗ Was diagnosed with diabetes
- ✗ Was prescribed medication for diabetes
- ✗ Untreated diabetes caused him to develop heart disease
- ✗ Needed to see a heart specialist
- ✗ Missed days of work and events with his family due to feeling sick



Conoce a "Chequeo" Chris

- ✓ Tiene una visita de bienestar anual cada año
- ✓ Fue diagnosticado con prediabetes basado en el resultado de laboratorio
- ✓ Uso Rally como apoyo para llevar un estilo de vida más saludable y reducir el riesgo de diabetes
- ✓ Disponibilidad de visitas virtuales de salud mental para ayudar a manejar el estrés y de forma natural bajar la presión sanguínea



Conoce a "ningún doctor" Nic

- ✗ No fue al médico durante años hasta que comenzó a tener serios problemas de salud
- ✗ Fue diagnosticado con diabetes
- ✗ Le recetaron medicamentos para la diabetes
- ✗ La diabetes no tratada le hizo desarrollar una enfermedad cardíaca
- ✗ Necesitaba ver a un especialista del corazón
- ✗ Días perdidos de trabajo y eventos con su familia debido a que se siente enfermo

Away from home or unsure where to get a checkup?

3 ways to find a nearby doctor in your network:



Download the **UnitedHealthcare®** app



Log in to **myuhc.com®** and use the *Find Care and Costs* tool



Call **833-209-6462** to speak with Mortenson CareConnect

¿Está lejos de casa o no sabe dónde hacerse un chequeo?

3 formas de encontrar un médico cercano en su red:



Descargue la aplicación **UnitedHealthcare®**



Inicie sesión en **myuhc.com®** y use la herramienta *Find Care and Costs*



Llame al **833-209-6462** para hablar con Mortenson CareConnect