

## Where to go to complete your biometrics

For your convenience, we are offering many ways for you and your spouse to complete your biometric screening. **Biometric screenings must be completed during February, March and April 2020.**

### Quest on-site events (employees only)

We have scheduled Quest on-site events for locations with 50 or more employees on the health plan. Please refer to [mymohawkbenefits.com](http://mymohawkbenefits.com) or your facility for all specific information for your facility's dates and times. The on-site events are for employees only. Scheduling opened Jan. 2, 2020. Log into Quest at [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com). or contact your HR partner.

### Healthy Life Centers

Spouses should utilize the Healthy Life Centers if there is one located nearby. Schedule an appointment by texting or calling 877-365-0051.

### Quest Patient Service Centers

Employees and spouses may also choose to visit a Quest Patient Service Center. Appointments are required. Scheduling opened Jan. 2, 2020. Log into Quest at [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com). You will need your

## Donde ir para completar su biometría

Para su conveniencia, estamos ofreciendo muchas maneras que usted y su cónyuge pueden completar sus exámenes biométricos. **El examen biométrico tiene que ser completado durante febrero, marzo y abril 2020.**

### Eventos de Quest en el sitio de trabajo (solo para empleados)

Hemos programado eventos de Quest en el sitio para lugares con 50 o mas empleados en el plan medico. Por favor referirse a [mymohawkbenefits.com](http://mymohawkbenefits.com) o su facilidad para obtener toda la información específica de las fechas y horarios en su facilidad. La programación se abrió el 2 de enero de 2020. Inicie sesión en Quest en [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com). o contacte a su socio de recursos humanos.

### Centros de vida saludable

Cónyuges deben utilizar los centros de vida saludable si hay un centro cercas. Puede llamar al 877-365-0051 para hacer una cita.

### Centros de servicios del paciente de Quest

Empleados y sus cónyuges también pueden elegir visitar un centro de servicios del paciente de Quest. Citas son requeridas. La programación se abrió el 2 de enero de 2020. Inicie sesión en Quest en [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com). Usted necesitara su número de empleado y la clave de registraci3n—MOHAWK2020. **El c3nyuge deber3 usar el n3mero de identificaci3n del empleado se-**

employee ID number and the registration key—MOHAWK2020. **Spouses will need to use the employee ID number followed by an "S" (ex: 30124s) to log on and schedule an appointment. If both members are employees at Mohawk, the spouse should use the employee ID (plus "s") belonging to the primary carrier of the medical plan.** You may also call Quest at 877-304-7055.

### Personal physician

Employees and spouses may also choose to visit their personal physician. Many of us schedule our annual physical for the first part of the year. To take advantage of this no-cost visit, you will need to log on to [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com) to get the Quest Physician Form. Select "Physician Results Form" to download and print a form with your information. For your test results to be counted, you must use the Quest form.

**If you visit your personal physician before February and complete lab work, we are unable to use those results. All biometric screenings need to take place during February, March or April 2020.**

If you have any questions, please contact the Benefits Service Center at 866-481-4922.

**guido de un "S" (ex: 30124s) para iniciar sesi3n y programar una cita. Si ambos miembros son empleados en Mohawk, el c3nyuge usar el ID de empleado (m3s "s") que pertenece al portador primario del plan m3dico. Puede restablecer la pantalla cada 3 meses con Quest. Si a3n no se ha registrado en el sitio web de Quest, debe estar registrado antes de poder completar una proyeci3n. Usted tambi3n puede llamar a Quest al 877-304-7055.**

### Medico personal

Empleados y c3nyuges/tambi3n pueden elegir ver su medico personal. Muchos de nosotros hacemos nuestra cita para el f3sico anual al primero del a3o. Para aprovechar de esta visita sin costo, reg3strese en [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com) para obtener el Formulario de Medico Quest. Seleccione "Formulario de Resultados de Medico" para bajar e imprimir un formulario con su informaci3n. Para que cuenten sus resultados, tiene que usar un formulario de Quest.

**Si visita a su medico personal antes de febrero y completa trabajo de laboratorio, no podemos utilizar esos resultados. Todos los ex3menes biom3tricos tienen que ser completados en febrero, marzo, o abril 2020.**

Si tiene preguntas, por favor llame el Centro de Beneficios al 866-481-4922.

lo hace, el recargo continuara.  
usted o su c3nyuge completa un examen y necesita participar en entrenamiento de salud pero no  
Cuando el examen o entrenamiento este completo y procesado, el recargo va a ser eliminado. Si  
• Llame el equipo de vida saludable al 855-566-4295 para empezar a progresar hacia una meta  
• Participe con un entrenador de salud o proveedor en un centro de vida saludable  
• Complete un examen biom3trico  
• Asi que, como eliminamos un recargo de bienestar?

• No participaci3n en entrenamiento de salud para empleo y/o c3nyuge  
• No tener un examen biom3trico para empleo y/o c3nyuge  
Puede ser que reciba un recargo de bienestar por lo siguiente:

## Como eliminar un recargo de bienestar

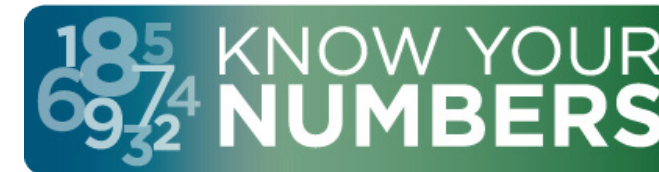
Once the completed screening or coaching has been processed, the surcharge will be removed. If you or your spouse complete a screening and need to engage in health coaching but do not, the surcharge will remain.

• Call the Healthy Life Team at 855-566-4295 to begin working towards a goal  
• Engage with a health coach or Healthy Life Center provider  
• Complete a biometric screening  
So how do you get a wellness surcharge removed?

• No health coaching engagement for employee and/or spouse  
• No biometric screening for employee and/or spouse  
You may receive a wellness surcharge for any of the following:

## How to get a wellness surcharge removed

**MOHAWK**  
INDUSTRIES, INC.  
160 S. Industrial Blvd.  
Calhoun, GA 30701

**185 KNOW YOUR NUMBERS**  
6974

PRESORTED  
FIRST CLASS  
US POSTAGE  
PAID  
CHATSWORTH, GA  
PERMIT NO. 85

**2020 Biometric screening information**  
**Informaci3n de ex3menes biom3tricos para 2020**

**185 KNOW YOUR NUMBERS**  
6974

## Biometrics 2020

Medical plan participants and their covered spouses will be required to complete biometrics in February, March or April 2020. The screening will assess your body mass index, blood pressure, cholesterol and blood sugar levels. To pass, you must meet all the standards.

Biometric screenings are one way we are working towards our vision of the healthiest and safest population. It is also a way to help health plan members find out if there might be any health risks, issues or concerns.

Fasting is recommended but not required for the screening.

A1-C  
A1-C provides a more accurate blood sugar level. It is a measurement to get an average blood glucose for the previous three-four months. It provides a better overall measurement of blood sugar levels.

BIOMETRIC STANDARDS recommended by the NIH	
BMI	<30
Blood Pressure	<=120/80
Cholesterol	<=200
A1C	<=6

## Biometría de 2020

Se va a requerir que participantes del plan médico y sus cónyuges cubiertas completen biometría en febrero, marzo, o abril 2018. El examen va a evaluar su índice de masa corporal, la presión arterial, el colesterol, y los niveles de azúcar de sangre en ayuno y no en ayuno. Para pasar, tiene que cumplir con todos los estándares.

Exámenes biométricos son una forma en que estamos trabajando para lograr nuestra visión de la fuerza laboral más saludable en la industria. También es una forma de ayudar a miembros del plan médico a encontrar riesgos, problemas o preocupaciones de salud.

El ayuno se recomienda, pero no se requiere para el análisis de sangre.

A1-C  
A1C proporciona un nivel de azúcar en la sangre más preciso. Es una medida para obtener un promedio de glucosa en sangre durante los últimos tres o cuatro meses. Proporciona una mejor medición general de los niveles de azúcar en la sangre.

## Tag, you're it—health coaching requirements

Members not meeting the recommended biometric standards will be required to engage with a Healthy Life Team health coach or online health coaching to avoid a wellness surcharge. Members must meet all biometric standards to be considered passing.

### How to engage in health coaching

The Benefits Service Center or the Healthy Life Team will reach out to members required to engage in coaching. Members required to engage in health coaching will receive various outreach communications, including phone calls, postcards and text messages.

You may also contact the Healthy Life Team at 855-566-4295 or the Benefits Service Center at 866-481-4922 to schedule an appointment to begin health coaching as soon as you receive your results.

A health coach will work with you and/or your spouse to set personal health goals. They will help give you the tools to achieve or make progress toward your goals. The support health coaches provide is totally confidential and is an enhancement Mohawk offers to medical plan participants.

Employees and covered spouses who choose not to work with a health coach, do not make contact with their coach or do not complete biometrics testing, will receive a surcharge of an additional \$28.85 per week or \$125 per month on top of the medical premium.

### New two-year plan for health coaching

To go along with the every other year biometric campaign schedule, health coaching is now a two-year process. Employees and/or spouses assigned health coaching must engage in health coaching activity in 2020 and 2021, including having a goal(s) set for each year.

Depending on the coaching level, coaching may be face-to-face, telephonic, virtual or via online learning management system.

If you and/or your spouse doesn't meet all the biometrics standards and have not received a call or text, please call the HLT at 855-566-4295.

## Marcado eres tu—entrenamiento de salud

Miembros que no cumplen con los estándares recomendados van a necesitar hablar con un entrenador de salud para evitar un recargo adicional de bienestar. Miembros tienen que cumplir con todos los estándares biométricos para pasar.

### Como participar en el entrenamiento de salud

El Centro de Servicios de Beneficios o el Equipo de Vida Saludable se comunicarán con los miembros que deben participar en el entrenamiento. Los miembros que deben participar en el asesoramiento de salud recibirán diversas comunicaciones de alcance, incluidas llamadas telefónicas, postales y mensajes de texto.

También puede llamar al Centro de Beneficios al 866-481-4922 para hacer una cita para empezar el entrenamiento de salud cuando reciba sus resultados.

Un entrenador de salud va a trabajar con usted/su cónyuge para establecer metas personales de salud. Van a darle las herramientas para lograr o progresar hacia sus metas. El apoyo de los entrenadores de salud son totalmente confidenciales y es una mejoría que Mohawk ofrece a los participantes del plan médico.

Empleados y cónyuges parejas quien eligen a no trabajar con un entrenador de salud, no hacen contacto con su entrenador o no completan exámenes biométricos, van a recibir un costo adicional de \$28.85 por semana o \$125 por mes en adición al prima medical.

### Nuevo plan de dos años para el entrenamiento de salud

Los empleados y / o cónyuges a los que se les haya asignado entrenamiento en salud deben participar en actividades de entrenamiento en salud en 2020 y 2021, incluido el establecimiento de una meta para cada año..

Dependiendo del nivel de entrenamiento, el entrenamiento puede ser presencial, telefónico, virtual o mediante un sistema de gestión de aprendizaje en línea.

Si usted y / o su cónyuge no cumplen con todos los estándares biométricos y no han recibido una llamada o mensaje de texto, llame al HLT al 855-566-4295.