

MENDOCINO COUNTY

WORKING ON WELLNESS

PRIORIZANDO LA SALUD MENTAL

Apoyo para los Empleados del Condado y sus Familias

Mayo es el Mes de la Concientización sobre la Salud Mental, un momento para reconocer la importancia del bienestar emocional y recordarnos que la ayuda está disponible. El Condado de Mendocino está comprometido a apoyar a sus empleados ofreciendo 10 sesiones de terapia gratuitas por miembro del hogar, por cuestion. Este beneficio está disponible para todos los empleados del condado y sus miembros del hogar, independientemente de si están inscritos en el plan de salud del condado. También se extiende a los dependientes cubiertos por el plan del condado que viven fuera del hogar.

Además, un nuevo programa para Respondedores de emergencia ofrece proveedores culturalmente competentes para el personal de la Oficina del Sheriff y la Oficina de Libertad Condicional, con el mismo nivel de apoyo.

Haga [clic aquí](#) para obtener más información sobre el Programa de Asistencia para Empleados del Condado.

INFORME DE PROGRESO DE MCWOW

Promoviendo el Bienestar de los Empleados

MCWOW se complace en compartir una actualización sobre el progreso de nuestro Programa de Bienestar y su impacto positivo en la salud y el bienestar de los empleados. Le invitamos a explorar nuestro [Informe de Progreso 2024](#) que resalta los logros clave y las métricas de participación. Aquí hay algunos hechos adicionales dignos de mención:

- Los empleados del condado registraron 231.7 millones de pasos en 2024 a través de Personify Health
- El 57% de los participantes de alto riesgo redujeron su presión arterial desde que se unieron a Personify Health
- El 52% de los participantes ganaron la Recompensa de Incentivo de Bienestar
- El 63.3% de los participantes recibieron una Evaluación de Salud Biométrica

Estamos motivados por estos resultados y seguimos comprometidos a apoyar la salud y el bienestar de nuestra fuerza laboral del condado.





MENDOCINO COUNTY WORKING ON WELLNESS

INVIRTIENDO EN LA SALUD DE LOS EMPLEADOS

Evaluaciones de Salud Biométrica Gratuitas

Desde junio hasta septiembre, los empleados del condado y sus cónyuges o parejas domésticas con cobertura podrán aprovechar las evaluaciones biométricas gratuitas en el lugar de trabajo. Estas citas de 20 minutos ofrecen resultados inmediatos a partir de una simple punción en el dedo, brindando una instantánea de los indicadores clave de salud.

Es una forma conveniente de detectar posibles riesgos para la salud de manera temprana y tomar acción. Los participantes también ganan 20,000 Puntos de Incentivo de Bienestar, que pueden usarse para obtener hasta \$500 de descuento en sus costos del plan de salud del condado para 2026.

Haga [clic aquí](#) para obtener más información.

SALTAR HACIA EL BIENESTAR

El Desafío “Coast to Coast” un Éxito

El 13 de abril marcó la finalización del desafío de bienestar de primavera “Coast to Coast” de 6 semanas, que promovió la actividad física y los hábitos saludables entre los empleados del condado. De los 224 participantes registrados, un impresionante 85% alcanzó la meta de ganar 3,500 Puntos de Incentivo de Bienestar. Juntos, el equipo registró aproximadamente 46,465 millas, ¡casi el doble de la distancia alrededor de la Tierra!

Además de caminar, motivo a los participantes a comer más frutas y verduras y tomar dos pausas cortas diarias para aumentar la energía y reducir el estrés.

Desafíos como este ayudan a crear oportunidades para que los empleados se concentren en su salud a través de una plataforma divertida y atractiva, además de fomentar un sentido de conexión entre los departamentos del condado.

