



Inscripción Abierta para Jubilados de la UEBT 2021

Inscripción Abierta

- 1) Inscripción, que es opcional para continuar con la cobertura
- 2) Verificación de Dependientes, que es obligatoria para los jubilados que cubren a un Cónyuge/Pareja de Hecho

Los Pasos de Inscripción son OPCIONALES para el año del plan 2021 si usted desea conservar sus elecciones actuales y sus Dependientes inscritos. Sin embargo, si usted está cubriendo a un Cónyuge/Pareja de Hecho como Dependiente en su cobertura, usted debe completar

(Continúa en la página 4)

EN ESTE NÚMERO

2021 Inscripción Abierta
PÁGINAS 1, 4

Extensiones/beneficios relacionadas con el COVID-19
PÁGINA 3

Verificación de Dependientes 2021
PÁGINA 5

Tarjetas de seguro
PÁGINA 6

Búsqueda de Palabras de FYB y Una Receta
PÁGINA 7

Recordatorio de la vacuna contra la influenza
PÁGINA 8

VALOR FUNDAMENTAL DE LA OFICINA DEL FONDO:

PRUDENCIA FINANCIERA

Administraremos y protegeremos sabiamente los recursos del Fondo de Fideicomiso en cumplimiento de nuestra responsabilidad fiduciaria.

COVID-19: ¿Qué cubren mis beneficios de salud?

Durante esta pandemia, todos enfrentamos el riesgo de estar expuestos al virus del COVID-19 o de contraer la enfermedad en sí. Con tanta información circulando constantemente, es importante comprender cómo usted pagará su Plan de Fideicomiso del UFCW por usted y los reclamos de sus Dependientes Cubiertos.

Lo siguiente puede ayudarlo a usted a comprender mejor lo que debe hacer al recibir el servicio, lo que está cubierto y lo que podría pagar usted por los servicios relacionados con el COVID-19:

- El plan cubrirá todas las citas y pruebas de COVID-19, incluida la prueba de anticuerpos, al 100% sin costo para usted.
- Si la prueba se realiza durante una visita a la sala de emergencias o atención de urgencia, la prueba en sí está cubierta al 100%. Sin embargo, otros costos de atención de urgencia y sala de emergencias estarían sujetos a sus copagos, deducibles y coseguros de beneficios normales.

Por ejemplo, si le hicieran a usted una radiografía al mismo tiempo, la radiografía no se pagaría al 100%. Usted deberá pagar el deducible y el coseguro correspondientes por la radiografía. Solo las pruebas de COVID-19 se pagarían al 100%.



- No es necesario obtener una autorización de TFO o una receta médica para las pruebas de COVID-19. Si usted cree que pudo haber estado expuesto al COVID-19, hágase la prueba. Todas las pruebas están cubiertas al 100%.

Como el beneficio de la prueba de COVID-19 es nuevo, algunos proveedores pueden facturar incorrectamente. Si usted cree que le han facturado por error una prueba, comuníquese con la Oficina del Fondo de Fideicomiso. Revisaremos sus reclamos y haremos las correcciones correspondientes.

FOR YOUR BENEFIT

es un boletín informativo diseñado para mantener informado a todos los Miembros y Jubilados acerca de cómo utilizar sus beneficios de manera más efectiva. Los Miembros pueden comunicarse también con los Empleados de Beneficios de la Unión o llamar a la Oficina del Fondo de Fideicomiso directamente: (800) 552-2400. Los horarios de teléfono del Departamento de Salud y Bienestar son de 8 de la mañana a 5 de la tarde, de Lunes a Viernes. O visítenos en la red **UFCWTRUST.COM**.

Comparta sus historias e ideas con la Oficina del Fondo

¿Le gustaría compartir una historia de cómo los beneficios de la UEBT marcaron una diferencia en su vida o para alguno de sus seres queridos?

¿Tiene algún tema relacionado con los beneficios del que quisiera poder aprender más en futuras ediciones de *For Your Benefit*?

Envíe su historia o ideas a

MemberProfile@ufcwtrust.com.

Podríamos comunicarnos con usted para obtener más información.

Extensiones de la regla del COVID-19

Suspensión de Verificaciones de Pago de Pensión — extendida hasta el 31 de diciembre del 2020

- Fondo de Pensiones de Jubilados Empleados de Tiendas Especializadas Minoristas
- UFCW — Jubilados del Fondo de Fideicomiso de Pensiones Conjuntas de Empleadores del Norte de California
- Jubilados del Fondo de Pensiones de Farmacéuticos, Empleados y Empleadores de Medicamentos del UFCW

Relajación de las Reglas de Reemplazo de Pensionistas — extendida a través de la Proclamación del Estado de Emergencia del Departamento Ejecutivo del Estado de California a partir del 4 de marzo del 2020

- UFCW — Jubilados del Fondo de Fideicomiso de Pensiones Conjuntas de Empleadores del Norte de California
- Fondo de pensiones para Farmacéuticos, Empleados y Empleadores de Medicamentos del UFCW

Inscripción Abierta para Jubilados de la UEBT 2021

(Continúa de la página 1)

la Verificación de Dependiente. Continúe leyendo para obtener información adicional.

Si usted desea realizar cambios en sus beneficios para el 2021 o si usted desea realizar cambios en cualquiera de las siguientes áreas, usted debe completar los Pasos de Inscripción para el 2021:

1. Quiere usted agregar o eliminar Dependientes cubiertos por su Plan
2. Ha actualizado la Otra Información de Seguro (OII) para usted, su Cónyuge/Pareja de Hecho o Hijo Dependiente Cubiertos

Verificación Dependiente

Requerido para continuar la cobertura para el Cónyuge/Pareja de Hecho

Si usted actualmente está cubriendo a un Cónyuge/Pareja de Hecho, usted debe presentar la documentación de Verificación de Dependiente requerida a la TFO antes del 20 de noviembre del 2020.

La financiación de sus beneficios UEBT no es ilimitada. Para asegurarse de que el plan brinde beneficios solo a los Dependientes que cumplen con los requisitos de elegibilidad del Plan, el Plan debe verificar periódicamente la elegibilidad de los Dependientes. Por lo tanto, se le solicita a usted que proporcione prueba actual de su relación continua con su Cónyuge/Pareja de Hecho.

La verificación adecuada requiere que usted envíe **uno** de los siguientes documentos como prueba de la relación actual:

- La página 1 de su declaración de impuestos federales presentada más recientemente que lo enumera a usted y a su Cónyuge. Encubra la información financiera; O
- Reconocimiento de su extensión de impuestos (formulario 4868) que lo enumera a usted y su Cónyuge; O
- Una factura de servicios públicos (agua, gas, cable, etc.) de los últimos dos meses que incluya el nombre de su Cónyuge/Pareja de Hecho en su dirección o ambos nombres en la misma factura.

Todos los Miembros con un Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito deben completar los pasos de Verificación de Dependientes.



Si usted no completa los Pasos de Verificación de Dependientes, la cobertura de su Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito terminará a partir del 1 de enero del 2021.

Vaya a **UFCWTRUST.COM** para comenzar, llame o visite una Oficina del Fondo de Fideicomiso. ¡Estamos aquí para ayudarle!

Un vistazo a la Inscripción Abierta para Jubilados de la UEBT

Todos los Jubilados:

Los Pasos de Inscripción son opcionales

Los Pasos de Inscripción son OPCIONALES para el año del plan 2021 para los miembros Jubilados de la UEBT que desean mantener sus elecciones actuales y los Dependientes inscritos.

Verificación Dependiente Obligatoria

Todos los Jubilados con un Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito deben completar los Pasos de Verificación de dependientes. Si usted no completa los Pasos de Verificación de Dependientes, la cobertura de su Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito terminará a partir del 1 de enero del 2021.



Verificación de Dependientes del UEBT 2021

La Verificación de Dependientes significa que le pedimos a usted que proporcione “prueba de relación continua” con su Cónyuge/Pareja de Hecho. Hacemos esto periódicamente para asegurarnos de que los beneficios del Fondo de Fideicomiso cubran solo a aquellos Dependientes con relaciones válidas con Miembros Retirados que trabajaron duro para obtener la cobertura. La Verificación de Dependientes se llevará a cabo desde ahora hasta el 20 de noviembre del 2020 como parte de la Inscripción Abierta. Necesitamos su ayuda para mantener cubiertos a sus Dependientes Elegibles en el 2021. Trabajando juntos, mantenemos su plan de beneficios financieramente saludable.

¿Qué debo hacer para mantener inscrito a mi Cónyuge/Pareja de Hecho elegible en el 2021?

Usted debe enviar los documentos requeridos. Proporcione la primera página de su declaración de impuestos más reciente (cubra la información financiera) o una factura familiar recurrente con la misma dirección que su Cónyuge/Pareja de Hecho. Los detalles se encuentran en los materiales de Inscripción Abierta (OE, por sus siglas en inglés) del 2021. Le enviamos por correo los materiales de OE del 2021 en septiembre. Si le faltan los materiales de OE en el correo, inicie una sesión en su cuenta de ufcwtrust.com; los materiales están en su buzón seguro. Busque “Verificación de Dependiente” en la Carta de presentación personalizada y en la Guía de Inscripción Abierta para obtener más información.

¿Cómo llevo los documentos requeridos a la Oficina del Fondo de Fideicomiso?

Hay tres formas. Usted puede cargar los documentos en nuestro sitio en Internet; esta es la forma más rápida y segura de cerciorarse de que recibimos sus documentos. Por supuesto, usted también puede enviarlos por correo a las Oficinas del Fondo de Fideicomiso en Concord o Roseville, o enviarlos por fax al (925) 746-7549.

Lo más importante es que queremos confirmar la elegibilidad de su Cónyuge/Pareja de Hecho. Es por eso que usted debe actuar ahora para cumplir con sus requisitos de Verificación de Dependientes.

Toda la documentación requerida debe enviarse a la Oficina del Fondo de Fideicomiso antes del 20 de noviembre del 2020.

¿Por qué la UEBT me pide que proporcione prueba de la elegibilidad de mis Dependientes para inscribirlos en el plan?

La Verificación de Dependientes asegura que el Fondo cubra solo a los Dependientes que cumplen con las reglas de elegibilidad del Fondo para la cobertura. Es importante proteger los fondos del Plan, por lo que los fondos del Plan solo se gastan en aquellos que son legítimamente elegibles para la cobertura. Brindar beneficios solo a quienes son elegibles legítimamente es importante para la salud financiera a largo plazo del Fondo, por lo que el Fondo puede continuar brindando beneficios a sus participantes elegibles durante los próximos años, sin aumentar los costos para los participantes. Tenga en cuenta que los Miembros serán responsables de los reclamos pagados por error debido a Dependientes cubiertos erróneamente.

Resumen de Acciones Necesarias

1. Inmediatamente:

Revise su Carta de Presentación de Inscripción Abierta personal de la UEBT en línea en UFCWTRUST.COM

2. Inmediatamente:

Reúna los documentos solicitados

3. Antes del 20 de noviembre del 2020:

Cargue los documentos solicitados en el sitio UFCWTRUST.COM o envíe los documentos por fax/correo a la Oficina del Fondo de Fideicomiso.



¿Qué tarjetas de seguro proporciono durante una cita?

¿Sabía usted cuál es una de las cosas más simples que puede hacer usted para aprovechar al máximo el seguro médico que tiene? ¡Entregue a su proveedor TODAS sus tarjetas de seguro! Su Cónyuge y sus Dependientes también deben mostrar todas las tarjetas de seguro que tengan en cada visita. El médico, el hospital, el laboratorio, la farmacia, el dentista y todos los demás proveedores necesitan detalles de su seguro para facturar al seguro correctamente.

Cuando los proveedores facturan al seguro su reclamo, necesitan conocer detalles sobre su(s) plan(es), como el nombre de su proveedor, el número de grupo, el nombre de la red y su número de identificación de miembro. ¡Todos estos detalles están en su tarjeta de seguro!

Si usted no presenta todas sus tarjetas de seguro a los proveedores, no facturarán todos los planes. Le facturarán cualquier monto que no hayan pagado los

pagadores. Si Medicare es su otro plan de seguro principal, las reclamaciones de los proveedores se enviarán electrónicamente al Fondo de Fideicomiso si UEBT es el plan de seguro secundario.

Muchos Miembros no aprovechan al máximo el hecho de que cuando tienen más de una cobertura, la reclamación secundaria a veces recupera el saldo restante. Esto no puede suceder si el proveedor no conoce otros seguros. Si usted no le muestra al proveedor todas sus tarjetas de seguro, no está aprovechando al máximo todos los planes de seguro que tiene.

Mantenga las tarjetas de seguro en su billetera en todo momento o guarde los detalles del plan de seguro en su teléfono; tome una foto o hágase una nota. Haga lo mismo con su plan de medicamentos o tarjetas de farmacia.

Si usted cambia su seguro, asegúrese de que su proveedor tenga la información más actualizada. ¡Entrégueles todas sus tarjetas de seguro!



FYB

BÚSQUEDA DE PALABRAS

¡Busque estas palabras claves en la edición de otoño del 2020 de For Your Benefit!

- TARJETAS
- COVID
- DEPENDIENTE
- INSCRIPCIÓN
- INMUNIZACIÓN
- SEGURO
- VACUNA
- VERIFICACIÓN
- CALABACÍN

I S Y V E R I F I C A C I Ó N
 X B I E F A K W N K H X N T E
 C O V I D D D Q R L U G G C J
 Y D I N M U N I Z A C I Ó N I
 M E S R S J Y O J M C L J R N
 S P H J C I S J Q R O S S V S
 E E N U J A E C W B K I O A C
 G N T N H J L T G V O F I C R
 U D O A F P N A F O E D B U I
 R I E N R C C H B O A R D N P
 O E Z F B J G U I A M O E A C
 S N R N G V E J T V C M B C I
 Z T C Z B I A T N U O Í M J Ó
 T E Z L T Q S Z A M R B N Q N
 P F G A Y Q A Q F S Y U N O X

Crédito de rompecabezas: education.com

RECETA

Panqueques de Calabacín y Parmesano

Una excelente manera de cuidar su salud es preparar comidas que sean conscientes del corazón con regularidad.

Porciones: 4

Tamaño de la porción: 4 mini panqueques (16 panqueques en total)

Ingredientes:

- 2 calabacines medianos sin pelar, rallados con un rallador de caja metálica (alrededor de 3 tazas)
- 1 chalote pequeño, picado (aproximadamente 1/4 taza)
- 2 huevos grandes, ligeramente batidos con un tenedor
- 1/2 taza de harina para todo uso
- 1/4 de taza de queso parmesano rallado
- 1 1/2 cucharadita de tomillo fresco picado
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de pimienta negra
- 1 cucharadita de aceite de canola o maíz y 1 cucharadita de aceite de canola o maíz, uso dividido
- 1/4 de taza de yogur griego natural sin grasa



Crédito de foto: recipes.heart.org

Direcciones:

En un tazón grande, mezcle el calabacín, el chalote, los huevos, la harina, el parmesano, el tomillo, el polvo de hornear y la pimienta hasta que estén bien mezclados.

En un sartén antiadherente grande, caliente 1 cucharadita de aceite a fuego medio, girando para cubrir el sartén. Coloque ocho montones de 1/8 de taza de la mezcla de calabacín en el sartén. Usando la parte posterior de la taza medidora o una cuchara, presione suavemente los montículos, extendiéndolos para hacer panqueques de aproximadamente 1/2 pulgada de grosor y 2 1/2 pulgadas de diámetro. Cocine de 3 a 4 minutos por cada lado o hasta que estén doradas por ambos lados. Pase los panqueques a un plato. Cúbralos para mantener el calor. Repita con la cucharadita restante de aceite y la mezcla de calabacín.

Deje que los panqueques se enfríen durante 5 minutos. Justo antes de servir, cubra cada panqueque con una cucharada de yogur.

FUENTE:

- recipes.heart.org

RECORDATORIO DE VACUNA CONTRA LA GRIPE

Sus beneficios de inmunización



La vacuna contra la gripe es más importante que nunca en el 2020.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), “todos los adultos necesitan vacunas para ayudarlos a prevenir contraer y propagar enfermedades graves que podrían resultar en una mala salud, ausencia al trabajo, facturas médicas y no poder cuidar de la familia.”

La vacuna contra la gripe no evitará la infección del COVID-19, pero puede ayudarlo a mantener su cuerpo fuerte para combatir mejor las enfermedades. La mejor forma de combatir las infecciones es estar sano desde el principio.

Además de la vacuna anual contra la gripe, las vacunas habituales incluyen las de la hepatitis A y B, el tétanos, la varicela y el virus del papiloma humano (HPV). El HPV es la enfermedad de transmisión sexual más común y puede causar verrugas genitales y algunos cánceres. La vacuna contra el HPV se recomienda para todos los niños de entre 9 y 11 años.

Usted también debe preguntarle a su médico sobre cualquier vacuna adicional que pueda necesitar, como neumonía, difteria y tos ferina.

Para Jubilados que No Tienen Medicare

La cobertura se proporciona cuando usted obtiene la vacuna con un proveedor de Blue Shield dentro de la red o en su farmacia local de la red UEBT.

Las farmacias de la red UEBT incluyen Safeway, Save Mart, Raley's y otros empleadores participantes en la UEBT. Para encontrar una farmacia UEBT dentro de la red cerca de usted, llame a Elixir (anteriormente EnvisionRx) al (833) 803-4392. Usted también puede encontrar este número en el

La vacuna
contra la
gripe es más
importante
que nunca
en el 2020.

reverso de su tarjeta de identificación de farmacia.

Si usted no es Miembro de Medicare Kaiser, usted puede vacunarse contra la gripe en cualquier farmacia de la red UEBT sin costo alguno. Este cambio permanecerá en vigor hasta que finalice la actual emergencia sanitaria nacional. Visite [UFCWTRUST.COM](https://www.ufcwtrust.com) para obtener una lista de las farmacias participantes.

Para Jubilados de Medicare

Si usted está cubierto por el Plan PPO, usted puede recibir su vacuna en el consultorio de su médico. Usted será responsable del copago de la visita al consultorio y el costo de la vacuna está sujeto a su deducible y coseguro.

Si usted es Miembro de Kaiser, usted puede recibir sus vacunas en cualquier centro de Kaiser.

Tenga en cuenta: Los Jubilados deben pagar por adelantado en la farmacia y proporcionar una factura detallada a la TFO para el reembolso de los beneficios de su reclamo médico.