



¡La Inscripción Abierta 2022 ya está aquí!

Consulte la [página 2](#) para obtener más detalles

EN ESTE NÚMERO

¡La Inscripción Abierta 2022 ya está aquí!
PÁGINAS 2&3

Su Pensión: Parte Uno
PÁGINA 4

Su Pensión: Parte Dos
PÁGINA 5

Búsqueda de palabras FYB
PÁGINA 6

Receta: Brochetas de pollo hawaianas
PÁGINA 7

Recordatorio de la vacuna contra el COVID-19 y la gripe
PÁGINA 8

VALOR FUNDAMENTAL DE LA OFICINA DEL FONDO DE FIDEICOMISO: **RESPETO**

Somos reflexivos en nuestro comportamiento y tratamos a los demás con dignidad y amabilidad.

¡La Inscripción Abierta 2022 ya está aquí!



Se requiere su participación.

El último día para que usted participe en la Inscripción Abierta es el 19 de Noviembre del 2021.

Pasos de Inscripción

Usted debe completar los pasos de inscripción antes del 19 de Noviembre del 2021 para continuar con la cobertura para usted y sus Dependientes (si corresponde) en el 2022.

Usted tendrá la opción de hacer una “Inscripción Completa” o una “Inscripción Exprés.”

Usted debe pasar por el proceso de “Inscripción Completa” si va a cambiar:

- Su elección de Seguro Médico
- Su elección de Seguro Dental
- Agregar Nuevos Dependientes

FOR YOUR BENEFIT

Es un boletín informativo diseñado para mantener informado a todos los Miembros 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 telefono del Departamento de Salud y Bienestar son de 8 de la mañana a 5 de la tarde*, de Lunes a Viernes. O visitenos 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.



For Your Benefit es la publicación oficial de la UFCW & Employers Benefit Trust. Utilizando todos nuestros recursos, hemos logrado recompilar toda la información correcta referente a ciertos beneficios, pero este boletín informativo no incluye todas las disposiciones que lo gobiernan, sus limitaciones, y todas sus exclusiones, pueden variar entre un plan y otro. Consulte el Summary Plan Description, Plan Document, Evidence of Coverage and/or Disclosure Form (“Governing Documents”) para información acerca de su gobernanza. En el caso de cualquier conflicto entre los términos de este boletín informativo y los Documentos de Gobernanza, los Documentos de Gobernanza tendrán preponderancia. Como siempre, la Junta Directiva de la UFCW & Employers Benefit Trust mantiene autoridad absoluta en determinar elegibilidad a su discreción, junto con los derechos del plan de beneficios y la interpretación de términos de los planes. La información contenida en estos artículos es sólo para su uso general y no deberá considerarse como sugerencia médica. Se recomienda que llame al 9-1-1 en caso de una emergencia.

1000 Burnett Avenue, Suite 110
Concord, CA 94520

2200 Professional Drive, Suite 200
Roseville, CA 95661

(800) 552-2400 • UFCWTRUST.COM

- Eliminación de Dependientes actualmente inscritos

Usted puede completar el proceso de “Inscripción exprés” solo si no está realizando ningún cambio en los proveedores actuales y los Dependientes Cubiertos.

Si usted no completa los Pasos de Inscripción antes del 19 de Noviembre del 2021, usted y sus Dependientes inscritos (si corresponde) perderán la cobertura a partir del 1 de Enero del 2022.

Pasos de Bienestar

Requerido Para la Participación en el Programa de Bienestar

Si usted desea participar en el Programa de Bienestar (HCP) para el año del plan 2022, usted debe completar los Pasos de Bienestar antes del 19 de Noviembre del 2021.

Si su Cónyuge/Pareja de Hecho está actualmente inscrito en su cobertura para el 2021, ellos también deben completar los Pasos de Bienestar, incluso si los está eliminando de su cobertura para el año del plan 2022.

Los Pasos de Bienestar son:

1. Acuerdo de Asociación Para el Cuidado de la Salud (Acuerdo de HCP)
2. Acuerdo de GINA para Cónyuge (los Miembros y las Parejas de Hecho no necesitan completarlo)



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

3. Cuestionario de Riesgos Para la Salud (HRQ)

ha recibido ambas dosis de las vacunas Pfizer o Moderna, o una sola dosis de la vacuna Janssen de Johnson & Johnson)

4. Examen Biométrico ó Prueba Completa del Estado de Vacunación* (se considerará que una persona ha proporcionado una prueba de estar completamente vacunada al enviar una copia de su Tarjeta de vacunación del CDC que muestre que la persona

**La opción de proporcionar una Prueba Completa del Estado de Vacunación en lugar de completar el examen biométrico solo está disponible para los participantes que actualmente participan en el Programa de Bienestar (HCP).*

Un Vistazo a la Inscripción Abierta

Todos los miembros activos deben completar los Pasos de Inscripción.

Si usted no completa los Pasos de Inscripción, la cobertura para usted y sus Dependientes terminará a partir del 1 de Enero del 2022.

Todos los Miembros que deseen participar o continuar participando en el Plan de Bienestar (HCP) deben completar los Pasos de Bienestar junto con su Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito, si corresponde.

Si usted y su Cónyuge/Pareja de Hecho actualmente inscrito no completan sus Pasos de Bienestar individuales, usted y sus Dependientes no participarán en el Plan de Bienestar (HCP) a partir del 1 de Enero del 2022. Su Cónyuge/Pareja de Hecho también debe completar los Pasos de Bienestar para estar en el Plan de Bienestar 2022 incluso si lo cancela de su cobertura durante la Inscripción Abierta.

SU PENSIÓN

UNA SERIE DE VARIAS PARTES CENTRADA EN
SUS INGRESOS GARANTIZADOS AL JUBILARSE

PARTE UNO

Los Fundamentos de su Plan de Pensiones

Como parte de su paquete de beneficios negociado por su Unión y Empleador, si tiene derechos adquiridos, usted tiene derecho a un beneficio de un **plan de pensión de beneficio-definido** cuando se jubile.

Su plan de pensión es el Plan de Pensión Conjunto UFCW del Norte de California.

Un **plan de pensión de beneficio-definido** (o **plan DB**) proporciona un ingreso mensual garantizado por el resto de su vida y para la de su Cónyuge, si así lo desea.

Su Unión y su Empleador negociaron una cantidad fija que se pagará a un fondo de pensión por cada hora que trabaje. Una vez que usted haya adquirido derechos en el fondo de pensión al trabajar suficientes horas, podrá cobrar su beneficio de pensión al jubilarse.

El monto de su beneficio de pensión mensual está determinado por una variedad de factores, que incluyen cuántos años ha trabajado para un empleador sindical participante.

En un Plan de Pensión de Beneficio-Definido, las contribuciones al Plan son pagadas en su totalidad por el Empleador y solo pueden usarse para proporcionar beneficios de acuerdo con las reglas y regulaciones del Plan. El beneficio básico proporcionado por el Plan es un beneficio de pensión mensual cuando un Participante se jubila y cumple con los requisitos de elegibilidad del Plan.

La Ventaja del Plan DB

Para la mayoría de las personas, tener un plan 401 (k) no es suficiente para mantener la calidad de vida durante la jubilación, tanto debido a las fluctuaciones del mercado de valores, que pueden devastar los ahorros para la jubilación, como a la incapacidad de la mayoría de los

miembros para ahorrar lo suficiente para mantener su estilo de vida durante la jubilación.

Un miembro necesitaría tener ahorros significativos, o dinero sabiamente invertido, con un buen retorno de inversión, para igualar el dinero recibido de los beneficios de pensión mensuales en un plan DB.

Hechos de Financiación

El estado de capitalización de un plan de pensiones se determina comparando los activos totales de un plan con las obligaciones de beneficios programadas para los jubilados actuales y futuros.

Los fondos de pensiones pueden variar desde totalmente financiados hasta no financiados, aunque no es necesario que los fondos estén 100% financiados para que se consideren saludables, ya que los activos totales de un fondo pueden fluctuar cada año.

Cuando un fondo se encuentra en “estado crítico” según lo determinado por los niveles de financiación exigidos por el gobierno federal, usted recibirá un aviso que detalla el estado del fondo. Los fondos en este estado deben crear un plan de rehabilitación, que puede incluir ajustes a los beneficios, con el objetivo de restaurar la salud financiera del plan de pensiones.

La Junta de Fideicomisarios de Pensiones Conjuntas del UFCW y otros profesionales que supervisan la salud del plan siempre están buscando nuevas formas de garantizar que el plan de pensiones siga siendo sólido y esté listo para brindar una jubilación digna a todos los miembros.

Busque más artículos relacionados con los beneficios de pensión en las próximas ediciones de *For Your Benefit*.

PARTE DOS

La Ley del Plan de Rescate Estadounidense (ARPA) brinda alivio a determinados planes de pensión

El 11 de Marzo del 2021, el Presidente Biden promulgó la Ley del Plan de Rescate Estadounidense del 2021 (ARPA). ARPA proporciona muchas medidas de estímulo, incluido el alivio para los planes de pensiones de beneficios definidos (DB) de múltiples empleadores con dificultades financieras.

Alivio Para Planes de Empleadores Múltiples

Pension Benefit Guaranty Corporation (PBGC) es una agencia federal creada para proteger los beneficios de pensión en los planes de beneficios definidos del sector privado. La PBGC asegura planes de pensión de beneficios definidos para múltiples empleadores. Cuando un plan de múltiples empleadores se vuelve insolvente, PBGC brinda asistencia financiera para cubrir el costo de los beneficios garantizados a los participantes y los gastos administrativos del plan. ARPA crea un nuevo programa en virtud del cual la PBGC proporcionará subvenciones monetarias, en forma de Asistencia Financiera Especial (SFA), a los planes de pensiones de beneficios definidos de múltiples empleadores con el fin de evitar que los planes se vuelvan insolventes. Los planes que pueden tener derecho a la financiación de la SFA son elegibles para solicitar dicha financiación en un plazo establecido durante los próximos dos años, y los planes con más problemas financieros serán elegibles para solicitarlos primero.

El Multiempleador Puede Ser un Alivio Temporal

Antes de la aprobación de ARPA, aproximadamente 130 planes de empleadores múltiples determinaron que se quedarían sin dinero para pagar los beneficios en los próximos 20 años. Bajo el nuevo programa SFA, la PBGC estima que más de 200 planes de empleadores múltiples serán elegibles para solicitar asistencia financiera y la PBGC proporcionará un estimado de \$94 mil millones en subvenciones para dichos planes.

La PBGC ha aclarado que determinará la subvención de la SFA a los planes en una cantidad que permitirá que un plan elegible pague beneficios y gastos hasta el 2051, teniendo en cuenta los activos disponibles y las contribuciones futuras. Si bien la financiación de la SFA está destinada a extender el período de solvencia de un plan, no necesariamente lo hace de manera indefinida y es posible

que no proporcione una solución permanente para los planes en dificultades.

La Insolvencia de PBGC Sigue Siendo Posible

Antes de la aprobación de ARPA, la PBGC proyectaba que su programa de seguro para empleadores múltiples sería insolvente en el 2026. La PBGC no ha proporcionado una fecha de insolvencia revisada, pero el análisis de la Oficina de Presupuesto del Congreso del programa SFA estimó que el programa de seguro para empleadores múltiples de la PBGC se declararía insolvente en la mediados de la década del 2040.

La mayoría de los planes que reciben fondos de la SFA no podrán extender su solvencia más allá del 2051, y muchos se volverán insolventes varios años antes del 2051. A medida que estos planes se vuelvan insolventes, dependerán del programa de seguros para múltiples empleadores de la PBGC en la medida en que la PBGC siga siendo solvente.

Lo Más Destacado

El programa SFA es un alivio bienvenido para el sistema de pensiones de múltiples empleadores. Antes de la aprobación de ARPA, una parte significativa de la comunidad del plan de empleadores múltiples y el programa de empleadores múltiples de PBGC enfrentaban una crisis de solvencia a corto plazo. Esa crisis ahora se ha aplazado. Sin embargo, el sistema de pensiones de empleadores múltiples aún necesita una reforma legislativa que proporcione una solución permanente que garantice que los planes de pensiones puedan brindar los beneficios prometidos.

El Plan de Pensión Conjunto UFCW del Norte de California

La Junta de Fideicomisarios y los profesionales del Plan están evaluando la aplicación de los términos y requisitos de ARPA al Plan y están preparados para buscar financiamiento de la SFA en la medida en que el Plan sea elegible para hacerlo. Según el cronograma de solicitud actual de la PBGC, el Plan puede solicitar fondos de la SFA en el 2023.

Más información sobre cómo ARPA se relaciona con su plan de pensión estará disponible en futuras ediciones de *For Your Benefit*.

For Your Benefit

BÚSQUEDA DE PALABRAS

¡Busque estas palabras clave de la edición de otoño de For Your Benefit 2021!

TARJETAS

GRIPE

FONDOS

GARANTIZADO

HAWAIANO

ABIERTO

PENSIÓN

SORPRESAS

VACUNA

BIENESTAR

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

Crédito de rompecabezas: education.com

RECIPES



Brochetas de Pollo Hawaianas con Arroz integral Apta para Niños

Una comida de temática tropical que los niños pueden ayudar a preparar

Porciones: 4

Tamaño de la porción: 3 brochetas

Ingredientes:

- 1 libra de mitades de pechuga de pollo deshuesadas y sin piel, toda la grasa visible descartada, cortada en 36 trozos del tamaño de un bocado
- 2 cucharadas de salsa de soja (la más baja en sodio disponible)
- 1 taza de jugo de 1 lata de 20 onzas de trozos de piña, en su propio jugo, más 36 trozos de piña, uso dividido
- 2 dientes de ajo, picados o 1 cucharadita de ajo picado en frasco
- Spray para cocinar
- 2 pimientos morrones grandes (de cualquier color), picados en 18 piezas cada uno
- 36 tomates uva
- 2 tazas de arroz integral crudo o 2 paquetes de 8 onzas de arroz integral crudo

Direcciones:

1. Coloque el pollo en una bolsa de plástico resellable de tamaño de un galón.
2. Agregue la salsa de soja, el jugo de piña y el ajo. Selle bien la bolsa. Con los dedos en el exterior de la bolsa, empuje suavemente el pollo para cubrirlo con la marinada. Refrigere por 15 minutos.
3. Mientras se marina el pollo, remoje doce brochetas de madera de 10 a 12 pulgadas durante al menos 10 minutos en agua fría para evitar que se queme o use brochetas de metal. Una vez que el pollo haya terminado de marinar, transfíralo a un tazón mediano, desechando la marinada.
4. Precaliente el horno a 400° F. Rocíe ligeramente una bandeja grande para hornear con spray para cocinar.
5. Ensarte cada brocheta con tres de cada uno de los siguientes alimentos (en cualquier orden): tomate, piña, pollo y pimiento morrón.
6. Hornee las brochetas durante 15 minutos o hasta que el centro del pollo no esté rosado.
7. Mientras tanto, prepare el arroz siguiendo las instrucciones del paquete, omitiendo la sal y la margarina. Sirva las brochetas sobre el arroz.

FUENTE:

- recipes.heart.org

Protéjase y Proteja a los Demás: Obtenga sus Vacunas contra la Influenza y el COVID-19



Recibir la vacuna contra el COVID-19 y la gripe es más importante que nunca.

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 evitar contraer y propagar enfermedades graves que podrían resultar en problemas de salud, faltas al trabajo, facturas médicas y no poder cuidar de la familia.”

Acerca de la Vacuna Contra el COVID-19

El objetivo de la vacuna contra el COVID-19 es enseñar a nuestro sistema inmunológico cómo combatir el virus que causa el COVID-19. Los estudios demuestran que las vacunas contra el COVID-19 son efectivas para evitar que contraiga el COVID-19 y pueden evitar que usted se enferme gravemente incluso si contrae el COVID-19.

Las vacunas contra el COVID-19 se proporcionan a nuestros miembros y sus dependientes cubiertos sin costo alguno. Si usted recibe una vacuna en el consultorio de un médico, el médico puede cobrarle por la visita al consultorio (pero no por la vacuna contra el COVID).

La vacuna contra el COVID-19 está disponible para todas las personas mayores de 12 años. El mejor lugar para recibir una vacuna puede ser una farmacia de la red de la UFCW, que puede incluir a su empleador. Para obtener una lista completa, inicie sesión en su cuenta de **UFCWTRUST.COM**, luego haga clic en “Mis Beneficios de Farmacia” en la pestaña “Beneficios.” Usted también puede consultar con su empleador o la farmacia minorista local para obtener información adicional sobre vacunas.

Nota: La información del estado y del condado reemplazan cualquier información proporcionada aquí. La TFO y los fondos de fideicomiso no tienen control sobre la distribución o programación de vacunas. La información proporcionada aquí está destinada a ser un recurso para ayudar a nuestros miembros.

Acerca de la Vacuna Anual Contra la Influenza

La vacuna contra la gripe es muy importante ya que puede evitar que usted se enferme de gripe, reduce el riesgo de hospitalización asociada a la gripe y reduce la gravedad de la enfermedad. La mejor forma de combatir las infecciones es estar sano desde el principio. Si usted tiene ciertas afecciones de salud, es posible que usted sea más susceptible a enfermarse gravemente, incluida la gripe que se convierte en neumonía.

Otras vacunas para proteger su salud

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

Usted también debe preguntarle a su médico sobre las vacunas adicionales que pueda necesitar, como la difteria y la tos ferina (tos ferina).

¿Dónde Debo Vacunarme?

Tanto las vacunas contra el COVID-19 como las vacunas contra la influenza están disponibles en las farmacias de la red UEBT y están cubiertas sin costo para los participantes activos de PPO. También están cubiertos al 100% para los participantes de Kaiser en las instalaciones de Kaiser.

Para encontrar una farmacia UEBT dentro de la red cerca de usted, llame a Elixir al (833) 803-4392. Usted también puede encontrar este número en el reverso de su tarjeta de identificación de farmacia.

Si usted es miembro de Kaiser, puede vacunarse en cualquier centro de Kaiser.

¿Tiene preguntas sobre la vacuna de refuerzo contra el COVID-19?

Visite el sitio en Internet del CDC para obtener más información: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/booster-shot.html>