



¡Sus preguntas sobre pensiones respondidas!

Preguntas Frecuentes en la página 4

EN ESTE NÚMERO

Obtenga su nueva tarjeta de miembro de Elixir

PÁGINA 2

Una nueva imagen para ufcwtrust.com

PÁGINA 3

Vacuna contra el COVID-19 y refuerzos

PÁGINA 3

Su Pensión: Tercera Parte

PÁGINA 4

Su Pensión: Cuarta Parte

PÁGINA 5

FYB Búsqueda de palabras

PÁGINA 6

Receta: Pasta con Ajo Parmesano

PÁGINA 7

La Ley Sin Sorpresas

PÁGINA 8

VALOR FUNDAMENTAL DE LA OFICINA DEL FONDO DE FIDEICOMISO: TRABAJO EN EQUIPO

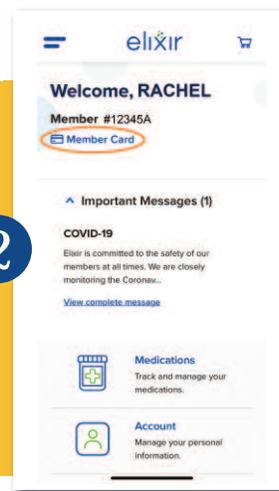
Nos conectaremos y
construiremos relaciones,
seremos inclusivos con ideas y
celebraremos nuestros éxitos.

Obtenga su nueva tarjeta de miembro de Elixir en línea

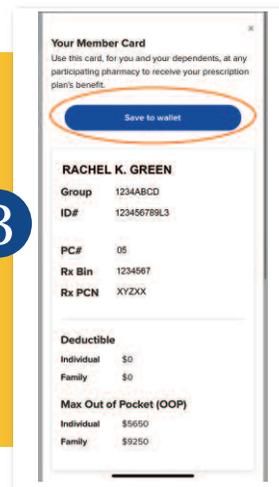
Su tarjeta de miembro de Elixir se ha actualizado con nueva información de beneficios a partir del año del plan del 1 de enero del 2022, incluidos los deducibles y los límites máximos de los gastos de bolsillo.

Usted puede obtener su tarjeta de miembro de Elixir actualizada visitando elixirsolutions.com o descargando su aplicación móvil en Google Play o Apple App Store.

1. Inicie sesión en su cuenta con su dirección de correo electrónico y contraseña o haga clic en “Registrar Cuenta.” *(Tenga en cuenta: para registrarse en una cuenta, usted necesitará su número de identificación de beneficios de medicamentos recetados de Elixir. Usted puede encontrarlo en el frente de su tarjeta de medicamentos recetados actual o llamando a Elixir al (833) 803-4392).*
2. Una vez que haya iniciado una sesión, usted aterrizará en la página de bienvenida. Haga clic en “Tarjeta de Miembro” debajo de su nombre.
3. Si usted está en la aplicación Elixir, puede hacer clic en “guardar en la billetera” para guardar una copia digital en su teléfono. Si usted está en una computadora de escritorio, puede imprimir su nueva tarjeta haciendo clic en “imprimir tarjeta” en la esquina superior derecha.



2



3

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 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.



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

Sitio en Internet Nuevo y Mejorado

Próximamente en la Primavera del 2022

En el clima de salud actual, un portal virtual de beneficios de salud es una herramienta importante para usted y su familia. Por lo tanto, nos complace anunciar el nuevo portal en **UFCWTRUST.COM** en la primavera del 2022.

Este portal le brindará acceso en tiempo real a beneficios y características importantes como nunca antes. Usted y su hogar podrán revisar sus beneficios relacionados con Salud y Bienestar y Pensión. Estamos simplificando el sistema para permitirle ver sus propios beneficios, sus documentos y, lo que es más importante, sus fondos.

El portal de Miembros tendrá nuevas características tales como:

- Mensajería segura con el personal de TFO
- Subir y recibir documentos importantes
- Presentar un reclamo de licencia por enfermedad o licencia por enfermedad de California
- Revisar el saldo de su Cuenta de Reembolso de Salud (HRA)
- Acceso a formularios de inscripción en línea para nuevas contrataciones, eventos de la vida y más
- Revisar su historial de elegibilidad y cobertura de dependientes
- Revisar su historial de trabajo de pensión y el estado de adquisición de derechos
- Obtener una estimación de pensión para planificar su jubilación
- Hacer un pago de prima de dependiente o COBRA



UFCWTRUST.COM

¡El sitio web de TFO tiene una nueva apariencia! ¡Marque su calendario! A partir de la primavera del 2022, usted podrá registrarse en **ufcwtrust.com** para acceder a su cuenta en el nuevo portal. ¡Aquí puede administrar su cobertura de beneficios, leer consejos y artículos de bienestar relevantes, recibir actualizaciones de eventos y más!

- Acceso a artículos de noticias importantes relacionados con su salud y bienestar
- La capacidad de configurar sus propias preferencias de comunicación
- Doble autenticación para mantener segura la información de sus beneficios

Estamos seguros de que le encantarán estas nuevas herramientas y hemos asegurado este acceso con varios niveles de seguridad para protegerlo a usted y su privacidad en todos los asuntos de salud y pensión. Próximamente lo invitaremos a registrarse para acceder al nuevo portal y descubrir cuán beneficiosa será esta herramienta en su vida.

¡Pase a la página 8 para obtener una actualización sobre las tarjetas de identificación médica!

Vacunas y Refuerzos contra el COVID-19

La información en este artículo es actual, pero está sujeta a cambios a medida que la situación continúa desarrollándose.

Las vacunas contra el COVID-19 y las vacunas de refuerzo se proporcionan a los miembros y sus dependientes cubiertos sin costo alguno.

Tenga en cuenta que el costo de las vacunas contra el COVID-19 y las vacunas de refuerzo están cubiertas por los beneficios de su plan de salud. Si usted recibe una vacuna o refuerzo en el consultorio o centro de un médico, podría estar sujeto a un deducible y/o costos de coaseguro por la visita al consultorio.

Conozca los hechos

Las instalaciones y los proveedores han recibido muchas preguntas sobre estas vacunas y sus efectos. Para separar la realidad de la ficción, revise el siguiente artículo en la página de inicio de nuestro sitio en internet, **UFCWTRUST.COM**: “Desmitificación: 7 datos sobre la vacuna contra el COVID-19.”

Para obtener información adicional sobre

las vacunas de refuerzo contra el COVID-19 y quién es elegible, visite: <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/p1021-covid-booster.html>.

Disponibilidad de Vacunación: Todas las personas de 5 años en adelante ahora son elegibles para la vacunación. El CDC recomienda que los niños de 5 a 11 años reciban la vacuna pediátrica contra el COVID-19 de Pfizer-BioNTech.

Disponibilidad de Refuerzos: Las vacunas de refuerzo ahora están disponibles para todas las personas mayores de 16 años en California si recibieron las vacunas iniciales de Pfizer o Moderna hace al menos seis meses.

El CDC dice que usted debe recibir la vacuna de refuerzo de Pfizer, Moderna o Johnson & Johnson si recibió la vacuna inicial de Johnson & Johnson contra el COVID-19 hace al menos dos meses y tiene 18 años o más.

El mejor lugar para recibir una vacuna o una inyección de refuerzo puede ser una de las farmacias de la red personalizada de su Plan de

Salud. Para obtener una lista completa, inicie una 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 farmacia minorista local para obtener información adicional sobre vacunas.

Para reservar una vacuna contra el COVID-19 en Safeway (funcionará para Safeway y Vons), visite <https://www.safeway.com/pharmacy/covid-19.html>.

Para reservar una vacuna contra el COVID-19 en Save Mart o Lucky, visite <https://savemartluckysched.rxtouch.com/smsched/program/covid19/Patient/Advisory>.

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

Los Miembros de Kaiser y sus Dependientes cubiertos por Kaiser NO tienen que ir a un centro de Kaiser para recibir una vacuna sin costo. Solo deben proporcionar su tarjeta KP en la farmacia cuando reciban su vacuna contra el COVID-19.

SU PENSIÓN

UNA SERIE DE VARIAS PARTES CENTRADAS EN SUS INGRESOS GARANTIZADOS AL MOMENTO DE LA JUBILACIÓN

PARTE TRES

Preguntas Frecuentes Sobre los Conceptos Básicos de la Pensión

¿Cómo se llama mi plan de pensión?

Su plan de pensión es el Plan de Pensión Conjunto de Empleadores del UFCW-Northern California (Plan).

¿Qué tipo de plan es?

Es un **plan de pensiones de Beneficio Definido** (o plan DB). Proporciona un ingreso mensual garantizado después de la jubilación por el resto de la vida del Participante, y una distribución conjunta durante la vida del Cónyuge Sobreviviente, si el Miembro está casado al momento de la jubilación y ha seleccionado la Anualidad Conjunta y de Sobreviviente al momento de la jubilación.

¿Cuántos Jubilados reciben pensiones?

Este plan proporciona beneficios de pensión para aproximadamente 43,000 Jubilados y Beneficiarios.

¿Cuánto se paga en beneficios de pensión para jubilados cada año?

Los Jubilados y Beneficiarios reciben aproximadamente \$400 millones anuales del Plan, lo que les permite disfrutar de sus jubilaciones dignas y ganadas con tanto esfuerzo.

¿En qué se diferencia un plan de pensiones de Beneficios Definidos de un 401(k)?

Las principales diferencias son 1) si el plan o el Participante asume el riesgo de las inversiones mantenidas por los planes y 2) si el Participante tiene garantizado un pago de pensión de por vida, o si el dinero pudiera agotarse antes del final de la vida. Además, existe una diferencia en cuanto a si el beneficio se mantiene en una cuenta individual separada para cada Participante.

Un plan de pensiones de Beneficios Definidos como el Plan de Pensiones Conjuntas de Empleadores del UFCW-Northern California proporciona una pensión garantizada donde el monto de la pensión no varía según la cantidad de dinero que tiene el plan o cualquier cambio en ese monto como resultado de, entre otras cosas, el rendimiento de la inversión. Tras la muerte de un Participante, el beneficio de pensión puede continuar para el Cónyuge de un Participante de por vida, si esa forma de beneficio se eligió al jubilarse. En un plan

DB, los beneficios no se mantienen en cuentas individuales.

Un plan de contribución definida, como un beneficio 401(k), depende del saldo de la cuenta, incluidas las fluctuaciones basadas en cómo se invierte el dinero. A su muerte, cualquier saldo en la cuenta se transferiría a su beneficiario. Este tipo de plan proporciona una cuenta individual separada para cada Participante.

¿Quién supervisa el plan de pensiones?

La Junta de Síndicos y profesionales del Plan de Pensiones Conjuntas de Empleadores del UFCW-Northern California supervisan la administración de los activos del Plan. Los beneficios de pensión son administrados por la Oficina del Fondo de Fideicomiso del UFCW (TFO).

¿Cuál es la naturaleza de la crisis que afecta a los planes de pensiones de Beneficio Definido?

Muchos planes de pensiones de múltiples empleadores, incluido el Plan de Pensiones Conjunto de Empleadores del UFCW-Northern California, eran planes de "Zona Verde" basados en la Ley de Protección de Pensiones del 2006 (PPA), lo que indica un plan de pensiones saludable y bien financiado. Eso cambió drásticamente como resultado de la crisis financiera del otoño del 2008, que sumió al Plan en la "Zona Roja", o Estado Crítico, casi de la noche a la mañana. El Plan no estuvo solo en esto, ya que la crisis financiera afectó los planes de pensión en todo el país; el porcentaje promedio financiado para los planes de múltiples empleadores se redujo del 89% al 68% a fines del 2008, lo que representa una pérdida promedio sin precedentes del 24% de los activos.

"Los fondos de pensiones golpeados duramente en el 2008" fue un titular del Wall Street Journal, uno de muchos en ese momento. Se estimó que los fondos de pensiones privados habían perdido casi una cuarta parte de su valor real, o aproximadamente \$5.4 billones. Con una pérdida de activos tan significativa en un año, los planes no pudieron invertir por sí mismos para recuperar la financiación total.

Si bien estas pérdidas no tienen un impacto inmediato en los beneficios de pensión de

Se estima que el Plan podría tener derecho a recibir más de \$1 mil millones en fondos de Asistencia Financiera Especial (SFA).

quienes están en situación de pago o incluso de aquellos que pueden jubilarse en el futuro, los valores más bajos de los activos pueden afectar la negociación entre su empleador y el sindicato, lo que eventualmente podría afectar los niveles de acumulación de beneficios de pensión.

¿Cómo se está preparando el Consejo de Administración para el futuro del plan de pensiones?

Los fideicomisarios trabajan en estrecha colaboración con consultores, abogados y profesionales financieros y de inversiones para ayudar a garantizar la salud financiera continua del Plan.

Además, se anticipa que el Plan podrá solicitar asistencia financiera especial del gobierno federal en los próximos dos años. Específicamente, después de muchos años de ardua lucha en los pasillos del Congreso y en todo el país, incluidos los esfuerzos significativos de su Junta de Síndicos, el Congreso de los Estados Unidos aprobó la Ley del Plan de Rescate Estadounidense (American Rescue Plan Act, ARPA), que prevé casi \$100 mil millones en fondos especiales de Asistencia financiera (SFA) para ciertos planes de pensión de beneficios definidos de múltiples empleadores. El dinero de la SFA es una subvención, no un préstamo, por lo que los planes que reciben el alivio no necesitan reembolsar esos montos.

¿Cuánto puede recibir el Plan en Asistencia Financiera Especial (SFA)?

Según los criterios de elegibilidad actuales del ARPA y las circunstancias actuales del Plan de Pensiones Conjunto de Empleadores del UFCW-Northern California, se estima que el Plan podría tener derecho a recibir más de \$1 mil millones en fondos SFA. Se espera que la cantidad de dinero de SFA que el Plan pueda recibir en última instancia se determine en el 2023 según una serie de factores, incluidos los rendimientos de la inversión y los cambios en las tasas de interés entre ahora y entonces. Actualmente, el Plan tiene poco más de \$3 mil millones en activos.

PARTE CUATRO

Calificando para Fondos de Alivio de Fondos de Pensiones

Como parte de su paquete de beneficios negociado por su unión y su empleador, usted puede tener derecho a un beneficio del plan de pensiones de beneficios definidos (plan DB) del Plan de Pensiones Conjunto (Plan) de Empleadores del UFCW-Northern California cuando usted se jubile.

El Plan es un plan de múltiples empleadores, lo que significa que muchos empleadores en la misma industria contribuyen al Plan en nombre de sus empleados. Los activos del Plan se invierten de manera responsable y estratégica para ayudar a garantizar que los beneficios del Plan estén disponibles para las generaciones de jubilados actuales y futuras.

Un plan DB como el Plan de Pensión Conjunta de Empleadores del UFCW-Northern California proporciona un ingreso mensual garantizado por el resto de su vida, similar a cómo se pagan los beneficios del Seguro Social.

La cantidad de su beneficio de pensión mensual está determinada por una variedad de factores, incluyendo cuántos años ha trabajado usted para un Empleador participante. El Plan ha proporcionado orgullosamente un estimado de \$12 mil millones en cheques de pensión a más de 60,000 jubilados del Plan desde su creación en 1957, hace casi 65 años. En el 2021, se espera que el Plan pague más de \$400 millones en cheques de pensión que beneficiarán a 43,000 jubilados actuales y sus beneficiarios. Se espera que otros 86,000 participantes activos y rescindidos reciban cheques de pensión en el futuro.

Para pagar esos beneficios, su Unión y su empleador han negociado una cantidad fija que se pagará al fondo de pensión por cada hora que trabaje.

El punto clave para entender: Un posible cambio de estado para el Plan no tiene en cuenta el dinero esperado en el futuro.

El Plan de Pensión Conjunta de Empleadores del UFCW-Northern California fue saludable y bien financiado

Puntos clave:

- Viene asistencia federal para planes DB en dificultades
- Se hicieron cambios a su Plan para calificar para esta asistencia
- El Plan puede pasar temporalmente a un estado de financiación más bajo en 2022, pero este es un paso necesario para mantenerse saludable a largo plazo

hasta la crisis financiera del 2008 y 2009, que colocó al Plan en lo que la Ley de Protección de Pensiones (PPA) ha denominado la “Zona Roja,” o Estado Crítico, casi de la noche a la mañana. La crisis financiera afectó los planes de pensión en todo el país; el porcentaje de capitalización de los planes multipatronales disminuyó en promedio un 24% de los activos totales a finales del 2008.¹

Durante muchos años después de la caída del mercado del 2008, los fideicomisarios de pensiones de empleadores múltiples, incluida la Junta de Fideicomisarios del Plan de Pensiones, abogaron por el alivio financiero del gobierno. Los esfuerzos de una coalición de fideicomisarios y funcionarios electos finalmente dieron como resultado la acción del gobierno federal en marzo del 2021 para brindar asistencia financiera a los planes de pensiones DB en dificultades económicas cuando el Congreso aprobó la Ley del Plan de Rescate Estadounidense (American Rescue Plan Act, ARPA).

ARPA establece muchos cambios a un costo estimado de \$1.9 billones, incluidos casi \$100 mil millones de Asistencia Financiera Especial (SFA) para ciertos planes DB de múltiples empleadores. El dinero de la SFA es una subvención, no un préstamo, por lo que los planes que reciben el alivio no necesitan reembolsar esos montos.

Con base en los criterios de elegibilidad actuales del ARPA y las circunstancias actuales del Plan de Pensión Conjunta de Empleadores del UFCW-Northern California, se espera que el Plan sea elegible para una cantidad significativa de ayuda SFA (actualmente estimada en más de \$1 mil millones), que ayuda a garantizar la longevidad del Plan y los beneficios de pensión que tanto le costó a usted ganar. Se

espera que la cantidad de dinero de SFA que el Plan pueda recibir en última instancia se determine en el 2023. Actualmente, el Plan tiene poco más de \$3 mil millones en activos.

En abril de cada año desde el 2009, usted ha recibido avisos que se enviaron a los participantes del plan que indican que el plan se encuentra en estado crítico o en la “zona roja;” este aviso es requerido por ley. Estar en Estado Crítico significa que el Plan ha estado operando bajo un Plan de Rehabilitación para mejorar el estado de financiación del Plan con el tiempo.

En preparación para presentar una solicitud de financiación del ARPA lo antes posible (actualmente en el 2023), se realizaron cambios en el Plan de Rehabilitación del Plan en el 2021 que se le comunicarán en los próximos meses. Estos cambios fueron absolutamente necesarios para respaldar el esfuerzo y así poder recibir ayuda financiera del ARPA.

Los cambios realizados en el Plan de Rehabilitación pueden resultar en que el Plan pase de Estado Crítico a un estado bajo PPA llamado estado “Crítico y en Declive,” que se aplica cuando se espera que un plan se vuelva insolvente o se quede sin dinero en los próximos 30 años. El punto clave a entender es que este posible cambio de estado no tiene en cuenta el dinero de la subvención de la SFA que el Plan espera recibir en el futuro.

Tenga la seguridad de que la Junta Directiva continuará ejerciendo sus deberes fiduciarios y esforzándose al máximo para mantener la integridad financiera del Plan. La información sobre este tema seguirá estando disponible para usted a lo largo de este proceso, incluso a través de su boletín *For Your Benefit*.

La edición de otoño de *For Your Benefit* (<https://ufcwtrust.com/Newsletters.aspx>) incluyó la Primera parte: Los Fundamentos de su Plan de Pensión y la Segunda Parte: La Ley del Plan de Rescate Estadounidense del 2021 (ARPA) Brinda Alivio a Planes de Pensión Seleccionados.

¹El Panorama de los Planes de Jubilación de Empleadores Múltiples: Una Mirada de 15 Años (2003-2017). (ver dirección web abajo)*

¡Busque más artículos sobre pensiones en el 2022!

*<https://www.ifebp.org/store/Pages/multiemployer-retirement-plan-landscape.aspx>

For Your Benefit

BÚSQUEDA DE PALABRAS

¡Busque estas palabras clave de la edición de invierno de For Your Benefit 2021/2022!

EQUILIBRIO
BENEFICIARIO
FACTURACIÓN
REFUERZO
COMUNICACIÓN
DEDUCIBLE
ELIXIR
PORTAL
RESCATE
SITIO WEB

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

Crédito de rompecabezas: education.com



Pasta con Ajo Parmesano en una Olla con Espinacas y Champiñones

Una sabrosa cena vegetariana con ingredientes simples

Porciones: 4

Ingredientes:

- 14 onzas pasta farfalle
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cebollas medianas, en rodajas
- 3 o 4 dientes de ajo picados
- 14 onzas champiñones, en rodajas
- 10 onzas de espinacas frescas
- ½ taza de caldo de verduras bajo en sodio
- Pimienta fresca molida, al gusto
- 1 cucharadita de condimento italiano
- ½ taza de queso parmesano, rallado
- ½ taza de crema batida espesa
- 1 cucharadita de hojuelas de chile rojo, opcional

Direcciones:

1. Para hacer la cremosa sartén de pasta con parmesano, espinacas y champiñones: Cocine la pasta en agua con sal hasta que esté al dente, según las instrucciones del paquete.
2. Caliente 1 cucharada de aceite de oliva en una sartén grande. Agregue la cebolla y saltee durante 2-3 minutos hasta que esté transparente y ligeramente dorada. Retire de la sartén y transfiera a un plato.
3. En el mismo sartén, agregue los champiñones y saltee durante unos 3 minutos hasta que se doren. Añada un poco de aceite si es necesario. Retire los champiñones al plato con la cebolla y guárdelos para los siguientes pasos.
4. En el mismo sartén, agregue la espinaca y cocine por 2 minutos hasta que se ablanden. Ajuste la sazón con sal y pimienta. Retire la espinaca y escurra el exceso de agua. Transfiera a otro plato.
5. Aún en el mismo sartén, caliente un poco de aceite, agregue el ajo picado y cocine por unos 30 segundos, luego desglase con caldo de verduras. Agregue la crema, el queso parmesano rallado, las hojuelas de chile y el condimento italiano y cocine por 2 minutos, revolviendo hasta que se mezclen y la crema tome un poco de color.
6. Una vez que la pasta esté lista, agregue los champiñones, la cebolla y la espinaca nuevamente al sartén, luego coloque la pasta escurrida y revuelva para mezclar todo. Agregue más parmesano y condimento italiano y revuelva rápidamente. Sirva la pasta cremosa de champiñones, espinaca y parmesano con hojuelas de chile rojo y más parmesano, si lo desea. ¡A disfrutarlo!

FUENTE (RECETA Y FOTO):

- eatwell101.com/one-pot-garlic-parmesan-pasta-recipe

¡La Ley Sin Sorpresas – Vigencia el 1 de Enero del 2022!

Una nueva ley llamada Ley de Asignaciones Consolidadas (CAA) del 2021, que contiene los cambios más significativos en la atención médica desde la Ley de Asistencia Asequible, incluye muchos cambios que pueden afectar la forma en que accede y se le factura la atención médica. Muchos cambios de la CAA tomaron lugar a partir del 1 de enero del 2022.

Las disposiciones “Sin Sorpresas” de la CAA, a partir del 1 de enero del 2022, prohibirán que ciertos proveedores de atención médica fuera de la red facturen a un paciente por un monto superior al que el seguro médico del paciente les exige pagar por los servicios dentro de la red. “Facturación de saldo” o “facturación sorpresa” son los términos que se usan a menudo para describir cuándo los participantes reciben una factura por atención médica que no esperaban en función de la elección o falta de elección del proveedor que brindó la atención.

Si bien no toda la facturación de saldos puede cesar como resultado de la CAA, ya no se permite la facturación de ciertos saldos. Específicamente en el caso de una emergencia en la que se le brinden servicios fuera de la red, o si recibe tratamiento de un proveedor fuera de la red en un centro dentro de la red (sin su consentimiento para usar esos proveedores antes de recibir dichos servicios), o recibe servicios de ambulancia aérea, los proveedores no pueden facturarle el saldo por dichos servicios. Además, su plan de salud limitará su pago por estos servicios a las tarifas de participación en los costos dentro de la red.

Los ejemplos de facturación de saldos de proveedores fuera de la red que ya no están permitidos por ley incluyen:

1. ¡Va a un hospital de la red porque el bebé está en camino!

Cuando llegue, su médico habitual estará allí para realizar el parto. El médico llama al anestesiólogo tratante, quien ingresa para administrar la atención solicitada por su médico. ¡Felicidades por su nuevo miembro de la familia! Un mes después, llega una factura que indica que el anestesiólogo (que no fue seleccionado por usted sino por su médico y puede haber sido el único anestesiólogo en el personal ese día) es un proveedor fuera de la red y usted debe una cantidad mayor que la que se debería para un anestesista de la red. Llame al UFCW Trust.

2. Es admitido en el hospital después de ir a la sala de emergencias.

Un mes después de ser dado de alta, recibe una factura que parece indicar que el hospital estaba fuera de la red y que usted debe pagar un saldo después de que ya pagó su costo compartido de beneficios (copago, deducible y coaseguro). Esta puede ser una factura sorpresa. Llame al UFCW Trust.

3. Está de vacaciones en Hawái.

Lamentablemente, se lesiona en un accidente y debe ser transportado en ambulancia aérea a otra isla para recibir tratamiento en una sala de emergencias. Un mes después, recibe una factura de la compañía de ambulancias aéreas por montos adicionales adeudados después de que usted ya pagó su costo



compartido de beneficios (copago, deducible y coaseguro). Esta es una factura de saldo prohibido. Llame al UFCW Trust.

A partir del 1 de enero del 2022, si usted cree que ha recibido una factura de saldo por servicios que pueden estar incluidos en la parte “Sin Sorpresas” de la CAA, comuníquese con la UFCW Trust para obtener ayuda.

Se proporcionará a todos los participantes del plan, en un correo separado, un Resumen de Modificaciones Materiales (SMM) que incluye detalles adicionales sobre estos cambios.

El CAA incluye muchos otros cambios que la UEBT implementarán en el 2022 y más allá. Los detalles de dichos cambios adicionales se describirán en futuros boletines de *For Your Benefit* o se proporcionarán a través del sitio en Internet **UFCWTRUST.COM**.



Nueva Tarjeta de Beneficios PPO 2022

Una nueva ley aprobada en el 2020 requiere cambios en su tarjeta de seguro de Miembro Activo de la UFCW. Para los beneficios a partir del 1 de enero del 2022, usted notará que se agregó la siguiente información nueva a su tarjeta de beneficios Médicos:

- Deducibles, incluidos los montos de deducibles dentro y fuera de la red, según corresponda.
- Límites máximos de costos de bolsillo, incluidos los límites de costos de bolsillo dentro y fuera de la red, según corresponda.

Las nuevas tarjetas de beneficios médicos de PPO estarán disponibles electrónicamente a partir de enero del 2022 en su bandeja de entrada del TFO. Para recibir una nueva tarjeta de identificación física enviada por correo a su domicilio, registrada en el TFO, siga los siguientes pasos:

1. Inicie sesión en **UFCWTRUST.COM**
2. Haga clic en la pestaña “Recursos.” Desplácese hacia abajo hasta la selección “Buscar un Proveedor/Farmacia”
3. Seleccione o haga clic en el texto azul “Solicitar Tarjetas de Reemplazo de Blue Shield.”
4. Complete los campos de información requeridos y seleccione “Solicitar Tarjetas.”

Comuníquese con la TFO para obtener información adicional llamando al (800) 552-2400, de 8 a.m. a 5:00 p.m., Hora del Pacífico, de lunes a viernes.