Los vestíbulos de las Oficinas del Fondo de Fideicomiso están abiertos.

UFCW TRUST
Working For Your Benefit

Invierno/ Primavera 2023
para Miembros Jubilados

Conozca sus Beneficios Preventivos Para Jubilados

Página 5

En este número

Resumen de la Modificación Material
Página 3

Recordatorio de PPV Para Jubilados
Página 3

Nuevos Planes Medicare Advantage
Página 4

Conozca sus Beneficios Preventivos Para Jubilados
Página 5

Receta: Pollo Parmesano Horneado
Página 7

Celebrando 65 Años de Servicio
Página 8

Valor Fundamental de la Oficina del Fondo de Fideicomiso: Innovación

Buscaremos ideas que impulsen el progreso de la organización

Aviso No Discriminación

Plan de Salud de Jubilados de la UEBT

La UFCW y el Fondo de Empleados, LLC, cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina en base a raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. La UFCW y el Fondo de Empleados, LLC no excluye a las personas o los trata de manera diferente debido a su raza, color, origen y nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

La UFCW y el Fondo de Empleados:

- Brinda asistencia y servicios gratuitos a las personas con discapacidad para comunicarse eficazmente con nosotros, tales como:
  - Intérpretes calificados del lenguaje de señas
  - Información escrita en otros formatos (impresión grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Proporciona servicios gratuitos de idiomas a personas cuyo idioma principal no es el inglés, tales como:
  - Intérpretes calificados
  - Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, póngase en contacto con el Gerente de Cumplimiento.

Si usted cree que la UFCW y el Fondo de Empleados no han proporcionado estos servicios o discriminado de otra manera en base a la raza, color, origen nacional, discapacidad o sexo, usted puede presentar una queja con:

la UFCW y el Fondo de Empleados llamando al: (800) 552-2400
Atención: Gerente de Cumplimiento Fax: (925) 746-7549
P.O. Box 4100, Concord, CA 94524-4100

Puede presentar una queja en persona o por correo o fax. Si necesita ayuda para escribir una queja, el Gerente de Cumplimiento está disponible para ayudarle.

También puede presentar una queja por derechos civiles ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Oficina de Derechos Civiles, por vía electrónica a través del Portal de Quejas de Derechos Civiles, disponible en http://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, o por correo o teléfono en: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos
200 Independence Avenue, SW Sala 509F, HHH Building,
Teléfono: (800) 368-1019 Washington, D.C. 20201
(800) 537-7697 (TDD)

Los formularios de quejas están disponibles en:
http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html

Español (Spanish)
ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-999-1999.

繁體中文 (Chinese)
注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-999-1999.

Tiếng Việt (Vietnamese)
CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-999-1999.

한국어 (Korean)
주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-999-1999 번으로 전화해 주십시오.

Tagalog (Filipino)
PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-999-1999.

Русский (Russian)
ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-999-1999.

Kreyòl Ayisyen (French Creole, Haitian Creole)
ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-800-999-1999.

Français (French)
ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-800-999-1999.

Polski (Polish)
UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 1-800-999-1999.

Português (Portuguese)
ATENÇÃO: Se fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para 1-800-999-1999.

Italiano (Italian)
ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero 1-800-999-1999.

日本語 (Japanese)
注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-800-999-1999 まで、お電話にてご連絡ください。

Deutsch (German)
ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-800-999-1999.

(Persian, Farsi)
توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می‌کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می‌باشد. با 1-800-999-1999 تماس بگیرید

(Arabic)
ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية المتاحة لك بالمجان متوافرة. اتصل بالرقم 1-800-999-1999

UFCW TRUST
Working For Your Benefit

For Your Benefit es la publicación oficial del Plan de Salud de Jubilados de la UEBT. Se han realizado todos los esfuerzos posibles para proporcionar información correcta y completa sobre los beneficios particulares, pero este boletín no incluye todas las disposiciones, limitaciones y exclusiones que rigen, que pueden variar de un Plan a otro. Consulte la Descripción Resumida del Plan, el Documento del Plan, la Evidencia de Cobertura y el Formulario de Divulgación ("Documentos Gobernantes") para obtener información sobre el gobierno. En caso de conflicto entre los términos de este boletín informativo y los Documentos Gobernantes, los Documentos Gobernantes prevalecerán. Como siempre, la Junta de Fideicomisarios del Plan de Salud de Jubilados de la UEBT retiene la autoridad discrecional única y completa para determinar la elegibilidad y el derecho a los beneficios del Plan y para interpretar los términos de los Planes. La información de estos artículos es solo para uso general y no debe tomarse como un consejo médico. En caso de emergencia, le recomendamos que llame al 9-1-1.

1000 Burnett Avenue, Suite 110
Concord, CA 94520

2200 Professional Drive, Suite 200
Roseville, CA 95661

(800) 552-2400 • UFCWTRUST.COM

Resumen de la Modificación Material

Aviso para los participantes en el Fideicomiso de Beneficios para Empleadores y la UFCW

Este aviso es un Resumen de la Modificación Material ("SMM") que describe los cambios a los términos del Plan. Léalo detenidamente y guárdelo con la descripción resumida del plan y otra información del plan para que tenga los datos completos acerca de sus beneficios de salud. Si existe alguna discrepancia entre la Información del Plan que se le proporcionó anteriormente y los cambios descritos en este aviso, prevalecerán las reglas descritas en este aviso. Los Fideicomisarios del Plan se reservan el derecho de enmendar, modificar o cancelar el Plan en cualquier momento. Para obtener más información sobre estos cambios al Plan, comuníquese con la Oficina del Fondo de Fideicomiso (TFO) llamando al (800) 552-2400.

Aclaración de los beneficios bajo el Plan Médico PPO y el Beneficio de Medicamentos Recetados: Recetas de Medicamentos Para el Aborto y Servicios Médicos (Participantes del Plan de Jubilados)) *A partir del 1 de noviembre del 2022*

Esto es para notificarle un cambio y una aclaración de los beneficios bajo el Plan Médico PPO y el Beneficio de Medicamentos Recetados. A partir del 1 de noviembre del 2022, el Plan cubre las recetas de medicamentos para el aborto y los servicios médicos de aborto para todos los participantes cubiertos, cónyuges/parejas domésticas e hijos dependientes. Además, tenga en cuenta que los servicios de aborto (abortos médicos o con medicamentos) no se consideran servicios de maternidad o parto a los efectos de la exclusión de Dependientes del Plan para gastos de maternidad/parto. Por lo tanto, el Plan cubrirá los servicios de aborto y las recetas para los Hijos Dependientes cubiertos, así como para los Participantes, Cónyuges y Parejas Domésticas cubiertos.

La recepción de este aviso no constituye una determinación de su elegibilidad. Si usted desea verificar la elegibilidad, o si tiene alguna pregunta sobre estos cambios en el Plan, comuníquese con la Oficina del Fondo de Fideicomiso (TFO) llamando al (800) 552-2400.

De acuerdo con los requisitos de informes de ERISA, este documento sirve como su Resumen de la Modificación Material del Plan.

Recordatorio de PPV para jubilados

Recordatorio para los Jubilados: ¡Es muy importante enviar su Verificación de Pago de Pensión Anual (PPV)! Usted recibirá el formulario de verificación de pago de pensión del 2023 por correo durante el mes de su cumpleaños. Usted debe enviar este documento a la Oficina del Fondo de Fideicomiso dentro de los 75 días posteriores al envío por correo inicial para garantizar que los beneficios de pensión mensuales se paguen correctamente según su derecho.

Asegúrese de que su firma esté atestiguada por un notario, un sindicato local o un representante del Fondo de Fideicomiso. Para su comodidad, también puede utilizar un notario móvil o utilizar servicios en línea como notarize.com.

Una vez completado, le recomendamos enfáticamente que devuelva su formulario de verificación de pago de pensión antes de tiempo para evitar la suspensión de sus beneficios de pensión. Si entrega su PPV a tiempo, usted puede estar seguro de que sus beneficios mensuales de pensión se procesarán y pagarán de manera oportuna.

Asegúrese de que su información y dirección estén actualizadas con el Fondo de Fideicomiso. Si NO recibe el formulario por correo en su mes de nacimiento, comuníquese con el Departamento de Pensiones llamando al (800) 552-2400 (presione 4 para el Departamento de Pensiones).

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 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 web **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.

Información Importante sobre los Nuevos Planes Medicare Advantage

Para Jubilados de Medicare PPO

La Inscripción Abierta para el 2023 está completa y su cobertura puede ser a través de una de las nuevas opciones del Plan Medicare Advantage, ya sea Blue Shield of California (BSCA) o UnitedHealthcare (UHC).

¿Ahora qué?

Lo primero que usted debe verificar es asegurarse de haber recibido sus nuevas tarjetas de seguro. Si tiene BSCA, hay una tarjeta para servicios médicos y medicamentos recetados. Para la UHC, debe tener dos tarjetas; use la tarjeta de UHC para servicios médicos y muestre tanto la tarjeta de UHC como la tarjeta Sav-Rx en la farmacia cuando obtenga sus recetas. Es muy importante que actualice a sus médicos y farmacia con las nuevas tarjetas para que envíen sus reclamos a la compañía de seguros adecuada para los pagos. Si el médico o la farmacia continúan usando su antigua tarjeta de seguro para facturar, sus reclamos serán denegados.

¿Qué hay de nuevo y mejorado? Además de brindarle mayores beneficios y una cobertura más amplia, los Planes Medicare Advantage están diseñados para ayudarlo a mantener una buena salud, por ejemplo, asegurándose de que usted se haga un examen físico cada año al cubrir los servicios de atención preventiva en su totalidad.

Los Planes Medicare Advantage están diseñados para ayudarlo a mantener una buena salud

Muchos de sus médicos seguirán estando dentro de la red. Para asegurarse, si tiene BSCA, usted puede encontrar un proveedor o verificar para asegurarse de que su médico esté dentro de la red visitando **www.blueshieldca.com/fad** o llamando al (800) 776-4466. Para la UHC, usted puede visitar **retiree.uhc.com** o llamar al (844) 481-8820. También puede ubicar la farmacia dentro de la red más cercana en esos sitios de Internet.

Por supuesto, la Oficina del Fondo de Fideicomiso siempre está aquí para ayudarlo, así que no dude en iniciar una sesión en su cuenta de participante en ufcwtrust.com o llame al (800) 552-2400, de lunes a viernes, de 8 de la mañana a 5 de la tarde.

Conozca sus Beneficios Preventivos para Jubilados

Como miembro del Plan de salud para jubilados UEBT que no es de Medicare ("Plan para jubilados"), es importante comprender que sus beneficios de atención preventiva no son los mismos que los beneficios del plan activo de la UEBT. El Plan de Jubilados se considera un plan solo para jubilados según la Ley de Seguridad de Ingresos y Jubilación de Empleados (ERISA) de 1974, y está exento de muchos mandatos federales de beneficios de salud, incluida, entre otras, la Ley de Cuidado de Salud a Bajo Precio (ACA). A menos que esté inscrito en una opción de Medicare Advantage ofrecida por el Plan, en virtud del Plan para jubilados, los servicios preventivos médicamente necesarios pueden estar sujetos a copago, deducibles y coaseguros PPO/No-PPO aplicables y máximos del plan.

Tenga en cuenta que un examen o prueba que se utiliza para determinar o diagnosticar si usted tiene una enfermedad o lesión no se considera Atención Preventiva y, por lo tanto, está sujeto al deducible y coaseguro del Plan de Jubilación. No se aplicará el máximo de beneficio anual físico de rutina.

Nota: Para los jubilados de Medicare, comuníquese con el Plan Medicare Advantage (Blue Shield Medicare PPO, United Healthcare o Kaiser Senior Advantage) en el que está inscrito para preguntas relacionadas con sus beneficios preventivos cubiertos por su Plan Medicare Advantage.

A continuación, se muestra una lista de los servicios comunes de atención preventiva y cómo están cubiertos para los jubilados que no son de Medicare bajo el Plan para jubilados.

Servicio de Salud	Beneficio Máximo	En la Red	Fuera de la Red
Examen físico de rutina	$75 por año calendario	Copago de $25 de visita al consultorio	Deducible y coaseguro No-PPO
Mamografía de rutina	$200 por año calendario	Deducible y coaseguro	
Examen de detección de cáncer de rutina	Uno por año calendario	Deducible y coaseguro	
Colonoscopia/ sigmoidoscopia	Una vez cada 5 años	Deducible y coaseguro	
Pruebas de laboratorio preventivas de rutina	$100 por año calendario	Deducible y coaseguro	
Vacunas de rutina	N/A	Deducible y coaseguro	
Vacunas en el consultorio médico	N/A	Copago de $25 de visita al consultorio	Deducible y coaseguro

For Your Benefit

Búsqueda de palabras

¡Busque estas palabras clave de la edición de Invierno/ Primavera de For Your Benefit 2023!

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

DENTAL

MEDICARE

PENSIÓN

PREVENTIVO

PROVEEDOR

RESTAURATIVO

SÍNTOMAS

TELADOC

HERRAMIENTA

TRANSPARENCIA

Crédito de rompecabezas: education.com

Pollo Parmesano Horneado

El pollo rebozado crujiente se combina mejor con una guarnición de cereales integrales y verduras

porciones: 4
tamaño de la porción: 3 oz. de pollo

Ingredientes:

- 1 huevo
- 1 cucharada de agua
- 2 cucharaditas de aceite de oliva
- 1/3 taza de migas de pan panko de trigo integral
- 1/3 taza de queso parmesano
- 2 cucharadas de perejil fresco picado
- 1/2 cucharadita de orégano seco
- 1/4 cucharadita de pimienta negra
- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas y sin piel (cortadas en 4 porciones (4 oz.) y aplanado en 1/4 de pulgada de espesor)

Direcciones:

1. Precaliente el horno a 400°F. Rocíe ligeramente y con aceite en aerosol una fuente para hornear de 13 × 9 × 2 pulgadas.

2. En un plato poco profundo, mezcle el huevo, el agua y el aceite. En un plato separado poco profundo o molde para pastel, mezcle los ingredientes restantes, excepto el pollo. Coloque los platos y la fuente para hornear en una fila, al estilo de una línea de montaje. Sumerja el pollo en la mezcla de huevo, luego en la mezcla de migas, volteándolo para cubrir ambos lados y sacudiendo suavemente cualquier exceso. Con las yemas de los dedos, presione suavemente la mezcla de recubrimiento para que se adhiera al pollo. Coloque el pollo en una sola capa en la fuente para hornear. Rocíe ligeramente el pollo con aceite en aerosol.

3. Hornee durante 15 a 18 minutos, o hasta que el centro del pollo ya no esté rosado y la capa superior esté dorada.

Variación de la Freidora de Aire: Prepare el pollo como se indica, hasta el paso 2. Rocíe la canasta de la freidora con aceite en aerosol durante 2 segundos. Coloque el pollo en la canasta de la freidora. Ajuste la temperatura a 375 °F y continue en freír durante 7 minutos. Voltee las piezas de pollo. Rocíe durante 1 segundo con aceite en aerosol. Freír al aire durante 7 a 10 minutos más o hasta que el pollo esté cocido y un termómetro para carne insertado en el centro registre 165 °F. No amontone el pollo. Si la canasta de su freidora es más pequeña, es mejor cocinar la mitad del polo y luego repetir el proceso con el pollo restante.

Fuente (receta & foto):
- **diabetesfoodhub.org**

En la imagen: una proclamación de la Ciudad de Concord y una placa conmemorativa del aniversario frente a la Oficina del Fondo Fiduciario en Concord.

Celebrando 65 Años de Servicio

En el 2022, la UFCW & Employers Trust, LLC celebró su 65º aniversario.

Este aniversario de "Zafiro" se celebró en la Oficina del Fondo Fiduciario en Concord con una mirada retrospectiva a la historia del Fideicomiso y el impacto que ha tenido en la vida de los Miembros.

El Director Ejecutivo y Administrador del Fondo de Fideicomiso, Rick Silva, atribuyó el éxito del Fideicomiso a su enfoque láser en un objetivo: gran servicio de beneficios para los Miembros.

"Durante más de 65 años, la Oficina del Fondo de Fideicomiso, de una forma u otra, se ha asegurado de que los Miembros y sus familias aprovechen al máximo los beneficios negociados entre su Unión y el Empleador," dijo.

"Muchos otros antes que nosotros allanaron el camino y ahora es nuestro turno," continuó. Nos subimos a sus hombros para hacer todo lo posible por preservar nuestra historia y seguir avanzando con la automatización, aprovechando la sofisticación de nuestro Sistema integrado de Beneficios y maximizando la tecnología para todos nuestros afiliados y los Miembros a los que servimos."

Una mirada retrospectiva a la historia del Fideicomiso y el impacto que ha tenido en la vida de los Miembros.

UFCW & Employers Trust, LLC, se creó en 1957 para ofrecer a los afiliados de la UFCW una administración especializada de sus fondos fiduciarios de asistencia sanitaria y pensiones. Las oficinas del Fondo se establecieron y operaron en el área de Sacramento ("Valle") y en el área de la Bahía de San Francisco ("Bahía") hasta 1992, cuando el Consejo de Administración combinó la administración general de ambas oficinas.

En el 2008, los Fondos de Bahía y Valle se fusionaron para crear el UFCW & Employers Benefit Trust, o la UEBT. Las oficinas del Fondo de Fideicomiso se encuentran actualmente en Concord y Roseville.

La Oficina del Fondo de Fideicomiso realiza funciones tales como el procesamiento y pago de reclamos médicos, dentales, de licencia por enfermedad y de discapacidad, así como la administración y el pago de pensiones. Además, la Oficina del Fondo de Fideicomiso proporciona comunicaciones a los Participantes con respecto a sus beneficios, mantiene registros de las contribuciones de los empleadores y los registros financieros de cada Fondo utilizando sistemas de tecnología de información de última generación.

Silva reflexionó sobre su propia historia de 42 años con la organización, un viaje desde empleado de servicio en la industria de comestibles hasta los últimos 11 años como administrador, y expresó su gratitud por los beneficios que el Fideicomiso le brindó a él y a su familia.

"Agradecemos a todos los que trabajan tan duro para mejorar nuestra industria y nuestra causa," dijo. "Para los Miembros y los Fideicomisarios de nuestro fondo, ahora y en el futuro, el UFCW & Employers Trust, LLC está comprometido en 'Trabajar Para Su Beneficio.'"