

# Obreros Trimestral

*Una publicación para los Obreros del Norte de California.*



*El Trimestral de los Obreros está diseñado para ampliar y simplificar la forma en que nos comunicamos con nuestros participantes. Nuestra expectativa es que al brindarles información de importancia y subrayar los cambios significativos vamos a enlazarle al apoyo que es para lo que está aquí la Oficina Administrativa de los Fondos de los Obreros.*

## EN ESTA REVISTA:

[El Dinero Sigue a la Persona](#) | [Solicitud de Pension](#) | [Inscripción Abierta Dental](#)

## CINCO INICIAL

#1

### El Dinero Sigue a la Persona

Si espera que va a estar trabajando en una obra que está ubicada fuera del Norte de California, puede que necesite entregar un formulario del Dinero Sigue a la Persona para que se le acredite por las horas que trabaja. Favor de tener en cuenta que el empleador para el que está trabajando tiene que ser un signatario tanto en el área en la que está trabajando como en la Oficina del Fondo Fideicomiso de su hogar para recíprocar (transferir) las contribuciones por sus horas trabajadas. Para la información respecto a sus horas de trabajo o para confirmar que su formulario ha sido recibido, favor de comunicarse con el departamento de Cuentas de Empleadores al (707) 864-2800 extensión 267. Para obtener un formulario del Dinero Sigue a la Persona favor de comunicarse con la Oficina del Sindicato Local en el área en la que está realizando el trabajo para iniciar el proceso y ellos coordinarán con la oficina del Sindicato Local en el área de su hogar.

#2

### Aviso Annual de WHCRA

Asegúrese de revisar el Aviso sobre la Ley de Derechos de Salud y Cáncer de las Mujeres de 1998 (WHCRA, por sus siglas en inglés); está incluido en esta publicación. Bajo ciertas circunstancias, los dependientes pueden tener derecho a derechos especiales conforme a la WHCRA, la cual está administrada por los Departamentos del Trabajo y de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. Existen protecciones adicionales conforme a la Ley de Protección al Paciente y Cuidado de Salud Asegurable.

Si tiene alguna pregunta, favor de comunicarse con el departamento de Salud y Bienestar.

#3

### Estados de la Anualidad

Pronto recibirá el estado de su anualidad. Este estado resume el valor de su cuenta individual en cuanto a: contribuciones más ingreso de inversiones menos la porción de gastos. Su folleto del plan de anualidad tiene más información. Está disponible una versión electrónica del folleto de anualidad en [www.norcalaborers.org](http://www.norcalaborers.org), bajo la pestaña de Folletos del Plan de Beneficios y Cambios.

También puede solicitar una copia del folleto de anualidad comunicándose con el departamento de Pensiones.

#4

### Nuevo Portal de Miembros

Comenzando en 2016, puede contar con un nuevo Portal de Miembros en el sitio web de los Fondos Fideicomisos de los Obreros. Esta nueva herramienta interactiva y personalizada le permitirá ver su historial de trabajo, las reclamaciones médicas y mucho más. El Portal de Miembros estará adaptado a los dispositivos móviles para que sea más conveniente acceder a su información.

Puede esperar actualizaciones en el futuro de este nuevo proyecto.

#5

### Sistema Interactivo de Respuesta de Voz

La Oficina del Fondo Fideicomiso se encuentra en el proceso de implementar un nuevo sistema Interactivo de Respuesta de Voz (IVR) que ayudará a aliviar el tráfico de la línea telefónica para que podamos pasar más tiempo atendiendo a sus necesidades. Este nuevo sistema le permitirá escuchar sus cantidades de deducible, el estatus de elegibilidad, un resumen de cobertura de beneficios y el estatus de las reclamaciones. Podrá usar esta función 24 horas al día, 7 días de la semana y no tendrá que esperar en el teléfono.

#### CENTRO DE ENTRENAMIENTO:

Operaciones: (925) 828-2513  
[training@norcalaborers.org](mailto:training@norcalaborers.org)

1001 Westside Drive  
San Ramon, CA 94583-4098

Aprendizaje: (925) 556-0858  
[apprenticeship@norcalaborers.org](mailto:apprenticeship@norcalaborers.org)

#### KAISER PERMANENTE

1-800-464-4000  
[www.kaiserpermanente.org](http://www.kaiserpermanente.org)

#### ANTHEM BLUE CROSS PPO

Búsqueda de Médicos: [www.anthem.com/ca](http://www.anthem.com/ca)  
Centros de atención de urgencia: [www.meemolabs.com/wellpoint/ca.php](http://www.meemolabs.com/wellpoint/ca.php)

#### DELTA DENTAL

1-800-765-6003  
[www.deltadentalins.com](http://www.deltadentalins.com)

#### DELTA CARE USA

1-800-422-4234  
[www.deltadentalins.com](http://www.deltadentalins.com)

#### BRIGHT NOW! DENTAL

1-888-274-4486  
[www.brightnow.com](http://www.brightnow.com)

#### UNITEDHEALTHCARE DENTAL

1-800-999-3367  
[www.myuhcdental.com](http://www.myuhcdental.com)

#### CLAREMONT EAP

1-800-834-3773 - M-F, 8am to 5pm  
24/7 para emergencias clínicas  
[www.claremonteap.com](http://www.claremonteap.com)

#### ANTHEM BLUE VIEW VISION

1-866-723-0515  
[www.anthem.com/ca](http://www.anthem.com/ca)

#### OPTUMRx

Servicio de Pedidos por Correo 1-800-834-3773  
Farmacia Línea de Ayuda 1-800-797-9791

[www.optumrx.com](http://www.optumrx.com)

## Calendario para Solicitud de Pensiones

Cuando esté listo para solicitar su pensión, favor de tener en cuenta que el departamento de Pensiones procesara su solicitud tan pronto como sea posible, pero la falta de documentos como actas de nacimiento, decretos de divorcio, certificados de matrimonio y otros documentos de ese tipo puede ocasionar demoras.

### Fechas Límite:

- Si su solicitud llega incompleta o si el departamento de Pensiones solicita documentación adicional, usted tiene una cantidad de tiempo limitada para devolver todos los documentos y la información solicitada. A los 90 días después de que se reciba su solicitud, el Departamento de Pensiones le enviará una carta informándole sobre lo que todavía tiene que proporcionar. Si su solicitud está aún incompleta a los 180 días después de recibida, la misma será denegada automáticamente y tendrá que comenzar el proceso nuevamente.
- Si presenta una solicitud para una Pensión de Incapacidad y la misma no está completa, se le enviará una carta después de 45 días. Una solicitud incompleta será denegada después de los 75 días y tendrá que comenzar el proceso nuevamente.

Favor de comunicarse con el Departamento de Pensiones cuando esté listo para presentar su solicitud para que ellos le puedan ayudar durante el proceso; puede visitar [www.norcalaborers.org](http://www.norcalaborers.org) para obtener una solicitud de Pensión.

### Inscripción Abierta Dental

Favor de tener en cuenta que el periodo de inscripción abierta dental es desde el 1 de diciembre hasta el 28 de febrero. Cualquier cambio que usted haga en la inscripción dental será efectiva el 1 de marzo. Puede seleccionar entre los planes siguientes:

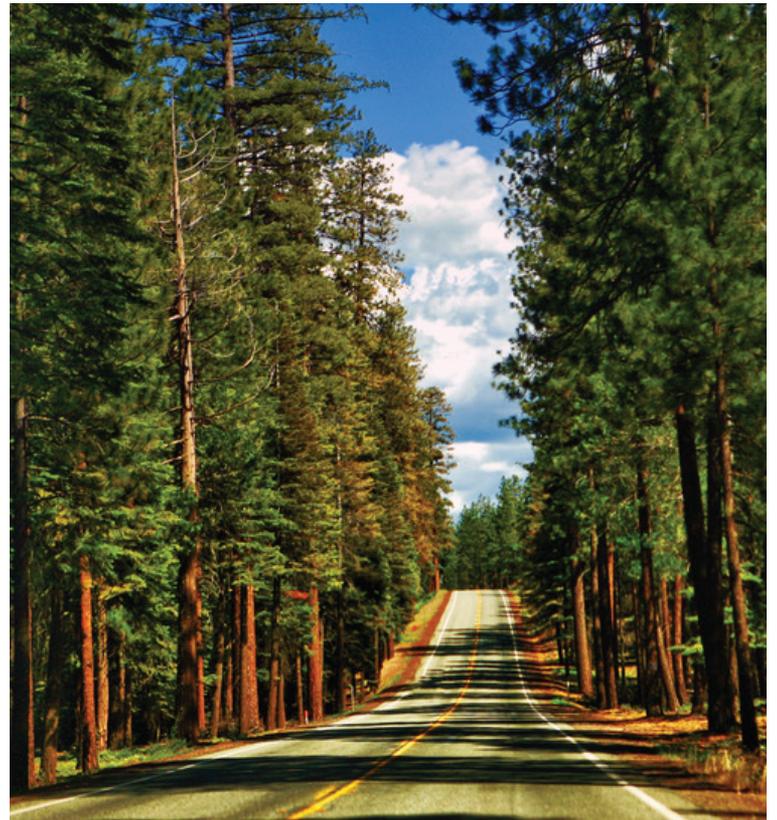
**Delta Dental** – plan tradicional de pago por servicio; usted puede seleccionar a cualquier dentista, pero sus costos de bolsillo serán más altos si selecciona un dentista que no es Delta Dental PPO.

**BrightNow!** – Plan tipo HMO pre-pagado; un Dentista Bright Now! de su elección proporciona todos los servicios, incluyendo referidos a otros especialistas.

**United HealthCare**- (anteriormente Pacific Union Dental) Plan tipo HMO pre-pagado; un dentista de United Health Care de su elección proporciona todos los servicios, incluyendo referidos a otros especialistas.

**DeltaCare USA** – Plan tipo HMO pre-pagado; un dentista DeltaCare USA de su elección proporciona todos los servicios y los referidos a especialistas.

Para una comparación completa de planes, así como un formulario de inscripción en un Plan Dental, favor de visitar [www.norcalaborers.org](http://www.norcalaborers.org).



### Aviso de Cobertura Acreditable de Medicamentos de Receta

Incluido en esta publicación se encuentra un aviso de cobertura acreditable de medicamentos de receta. Si usted o alguno de los miembros elegibles de su familia actualmente son, o pronto serán elegibles a Medicare, asegúrese de leer este aviso; el mismo contiene información respecto a su cobertura de medicamentos de receta con el Fondo Fideicomiso de Salud y Bienestar de los Obreros y la cobertura de medicamentos de receta disponible para los individuos con Medicare. También explica sus opciones según el Programa de Medicamentos de Receta de Medicare (también conocido como Parte D de Medicare). Esta información puede ayudarle a decidir si quiere o no inscribirse en ese programa.

Favor de asegurarse de comunicarse con el departamento de salud y bienestar si está considerando inscribirse en Medicare para hablar más extensamente sobre cómo la inscripción podría impactar sus beneficios.

## Adquiera Mejores Hábitos

Con el comienzo de un nuevo año escolar, con frecuencia nos enfrentamos a nuevos retos, haciendo malabarismos con muchas responsabilidades. He aquí cómo Claremont EAP puede ayudarle para que se organice ahora:

**Salud Mental** – visite un consejero de salud mental para evitar sentirse agobiado por el malabarismo constante de trabajo/vida.

**Finanzas** – ahorre tiempo y dinero consolidando su deuda – hable con un consultor financiero sobre la administración de su deuda.

**Estudios** – deje que los consultores de trabajo/vida de Claremont investiguen tutores o programas de enriquecimiento para su hijo.

**Crianza** – obtenga referidos en una gama de asuntos de crianza tales como el desarrollo de los niños.

**Cuidado de Niños** – encuentre recursos para el cuidado de niños cuando esté cerrada la escuela durante el año.

**Preparación para las Fiestas** – prepárese para los gastos de las fiestas revisando su presupuesto con un planificador financiero.

### Gracias en Acción de Gracias

Cuando llega esa época del año en el que tomamos un momento para sentirnos agradecidos, recuerde que el Programa de Asistencia al Empleado proporciona asistencia gratis, confidencial y comprehensiva a usted y a sus familiares más inmediatos en el hogar:

- Consejería – en persona o por video conferencia
- Consultas Legales – consultas gratis de 30 minutos
- Guía Financiera – incluyendo un informe de crédito gratis
- Referidos para el Cuidado de Dependientes – cuidado de hijos, de mayores y de mascotas
- Referidos para servicios de salud, familia y del hogar

### Alegrías en las Fiestas

Los días de fiesta son el momento de celebrar, dar gracias y reflexionar. También son momentos de prestar atención especial a su salud. Dé el regalo de la salud y la seguridad a usted y a otros siguiendo estas sugerencias para las fiestas (según aconseja el Centro para el Control de Enfermedades):

- Lávese las manos con frecuencia
- Manténgase abrigado
- Controle el estrés
- Viaje seguro
- No fume
- Revisiones y vacunas
- Evite lesiones
- Prepare la comida con seguridad
- Coma saludablemente

### Información sobre la Obesidad

La mayoría de las personas saben cuán difícil es mantener un peso saludable. De acuerdo a lo que dice el Centro para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), más de la mitad de los adultos estadounidenses tienen exceso de peso o son obesos. Las personas que son obesas tienen una proporción anormalmente alta y poco saludable de grasa corporal. Un adulto (18 o mayor) que tiene exceso de peso tiene un índice de masa corporal (BMI, por sus siglas en inglés) de 25.0 a 29.0. Un adulto que es obeso tiene un BMI de 30.0 o más. Para averiguar su BMI, multiplique su peso en libras por 703. Divida esa respuesta entre su estatura en pulgadas. Divida nuevamente esa respuesta entre su estatura en pulgadas. El número resultante es su BMI. Puede que sepa que la obesidad está vinculada a la alta presión arterial, diabetes, embolias, artritis y el dañino colesterol, pero los científicos tienen cuatro nuevos hallazgos que puede que no conozca:

1. La obesidad puede aumentar algunos riesgos de cáncer
2. La obesidad está vinculada a los ataques al corazón en los adultos más jóvenes
3. La obesidad puede arruinarle el día
4. La obesidad provoca diabetes en los niños

Claremont EAP puede ayudar proporcionándole referidos gratis a los recursos para el control del peso tales como instalaciones de ejercicios, programas y profesionales.

# CLAREMONT EAP

## Apoyo en la Jubilación

La mejor forma de garantizar una jubilación feliz es planificarla, y por supuesto, cuanto antes mejor. No importa en dónde se encuentre en su carrera, usted puede adoptar medidas para ayudarle a crear una jubilación exitosa. Claremont EAP le proporciona una gama de servicios de planificación de la jubilación para empleados. Y los servicios son gratis y confidenciales.

1-800-834-3773 | 24/7 para emergencias clínicas | L-V, 8am to 5pm | [www.claremonteap.com](http://www.claremonteap.com)



# UnitedHealthcare Dental®

Plan de Compensación Directa de Atención Administrada Selecta de California



El plan de Compensación Directa de Atención Administrada Selecta de California de UnitedHealthCare Dental es un plan dental fácil de usar que tiene un costo menor que otros tipos de planes dentales. Cubre una gama completa de servicios dentales – todos a un copago fijo.

## Vea a cualquier dentista de atención general en la red UHC Dental

Con el plan de Compensación Directa de Atención Administrada Selecta, usted puede ver a cualquier dentista de atención general (no-especialista) que sea parte de nuestra red grande.

Ese dentista le proporcionará la mayor parte de su atención. Si necesita ver a un especialista, su dentista general le referirá a un especialista en la red.

Usted tiene que ver a un dentista que sea parte de la red para recibir cualquier cobertura, pero nuestra red es grande, así que es fácil encontrar a un dentista cercano.



Para encontrar un dentista, visite [myuhcdental.com](http://myuhcdental.com) y seleccione "Locate Dentist" luego "California Select Managed Care Direct Compensation", o simplemente llame a Atención al Cliente al número de su tarjeta de identificación.

## Este plan le proporciona:

- Cobertura para la mayoría de todos los tipos de servicios, desde limpiezas hasta aparatos dentales y blanqueo de dientes, cuando ve a un dentista en la red.
- Visitas adicionales cubiertas cuando son recetadas por un dentista durante el embarazo y tres meses después del parto.
- Evaluaciones anuales para el cáncer oral para adultos.
- No hay límite en cuánto cubrirá el plan.
- Beneficios fáciles de usar, con copagos fijos.
- Acceso a una red grande de dentistas.

**NOTICIAS IMPORTANTES:** Hay 175 procedimientos nuevos que están ahora cubiertos bajo el Plan UnitedHealthCare Dental. Para una lista completa de estos procedimientos, visite [www.norcalaborers.org](http://www.norcalaborers.org).

**¿Está calificado para Medicare?**

Si es menor de 65 años de edad y está cubierto por un plan de jubilados y ha recibido una tarjeta de Medicare, ya sea usted o un dependiente elegible (menor de 65 años), envíe por correo una copia a la Oficina del Fondo Fideicomiso. Si usted o un dependiente elegible están inscritos en las Partes A y B de Medicare, puede que tenga derecho a una prima médica mensual más baja. Para más información, comuníquese con el Departamento de Pensiones.

**Inscripción Dental Abierta**

Si está interesado en cambiar de plan dental durante el periodo de Inscripción Abierta del 1 de diciembre hasta el 28 de febrero, su cambio entrará en vigor el 1 de marzo. Puede seleccionar entre los planes siguientes:

**Delta Dental of California** - plan tradicional de pago por servicio; usted puede seleccionar a cualquier dentista, pero sus costos de bolsillo serán más altos si selecciona un dentista fuera de la red.

**DeltaCare USA**- Plan tipo HMO pre-pagado; un dentista DeltaCare USA de su elección proporciona todos los servicios y los referidos a especialistas.

Para una comparación completa de planes, así como un formulario de inscripción en un Plan Dental, favor de visitar [www.norcalaborers.org](http://www.norcalaborers.org).

**Coordinación de Beneficios**

La Coordinación de Beneficios (COB, por sus siglas en inglés) es un método de pago por los beneficios del plan de salud cuando un participante está cubierto por más de un plan de salud. La COB impide el sobrepago o la duplicación de beneficios al facturar primero al plan primario, luego se factura al plan secundario por el resto. Hay reglas específicas que determinan cuál de los dos o más planes, que tengan disposiciones de COB, pagan sus beneficios en su totalidad y cuál se convierte en el pagador secundario en una reclamación de beneficios de salud.



**Beneficio Quiropráctico**

Los planes médicos del Fondo Fideicomiso de Salud y Bienestar proporcionan ciertos beneficios por los servicios realizados por un quiropráctico. Los deducibles, copagos y coseguro dependen de en cuál opción del plan médico usted se ha inscrito.

**Plan de Pago Directo**

Sujeto a deducible  
\$40 de beneficio máximo en cada cita  
Hasta 20 visitas por cada año del plan  
Las radiografías están limitadas a \$100 por cada año del plan

**Kaiser Permanente – elegible a Medicare**

\$10 de copago por visita para manipulación manual o subluxación de la espina según diagnosticada por radiografía y recetado por un médico del plan.

**Kaiser Permanente – no elegible a Medicare**

No cubierto.

Para más información, favor de comunicarse con el departamento de Salud y Bienestar.

**Trabajo en la Jubilación**

Generalmente usted no puede trabajar en la Industria de Edificios y Construcción mientras está recibiendo una pensión del Fondo Fideicomiso. Sin embargo, hay algunas excepciones que le permiten trabajar en ciertos tipos de trabajo. La Oficina del Fondo Fideicomiso tiene un Formulario de Verificación de Empleo que tanto usted como su empleador pueden completar y presentar para su revisión. Se le notificará por escrito si el trabajo se considera “empleo prohibido” de acuerdo a los términos del plan de pensión. Para más información, comuníquese con el departamento de Pensiones.

## FECHAS IMPORTANTES

Evento	Fecha	Grupo(s) Afectados
Cheq de Pensión- noviembre	28 de oct.	participantes en plan de Pensión
Cheq de Anualidad- octubre	30 de oct.	participantes en plan de Anualidad
Cheq de Pensión- diciembre	24 de nov.	participantes en plan de Pensión
Cheq de Anualidad- noviembre	30 de nov.	participantes en plan de Anualidad
Cheq de Pensión- enero	29 de dicie.	participantes en plan de Pensión
Cheq de Anualidad- diciembre	31 de dicie.	participantes en plan de Anualidad

### Respecto a los Cheques

- Para entrega más rápida de beneficios, inscribese en el Depósito Electrónico Directo (EDD).
- Si está inscrito para EDD, su beneficio será depositado en la(s) fecha(s) indicada(s).
- Si no está inscrito para EDD, su cheque le será enviado por correo en la(s) fecha(s) indicada(s).



## PARA COMUNICARSE CON LA OFICINA DEL FONDO

### Laborers Funds Administrative Office of Northern California, Inc.

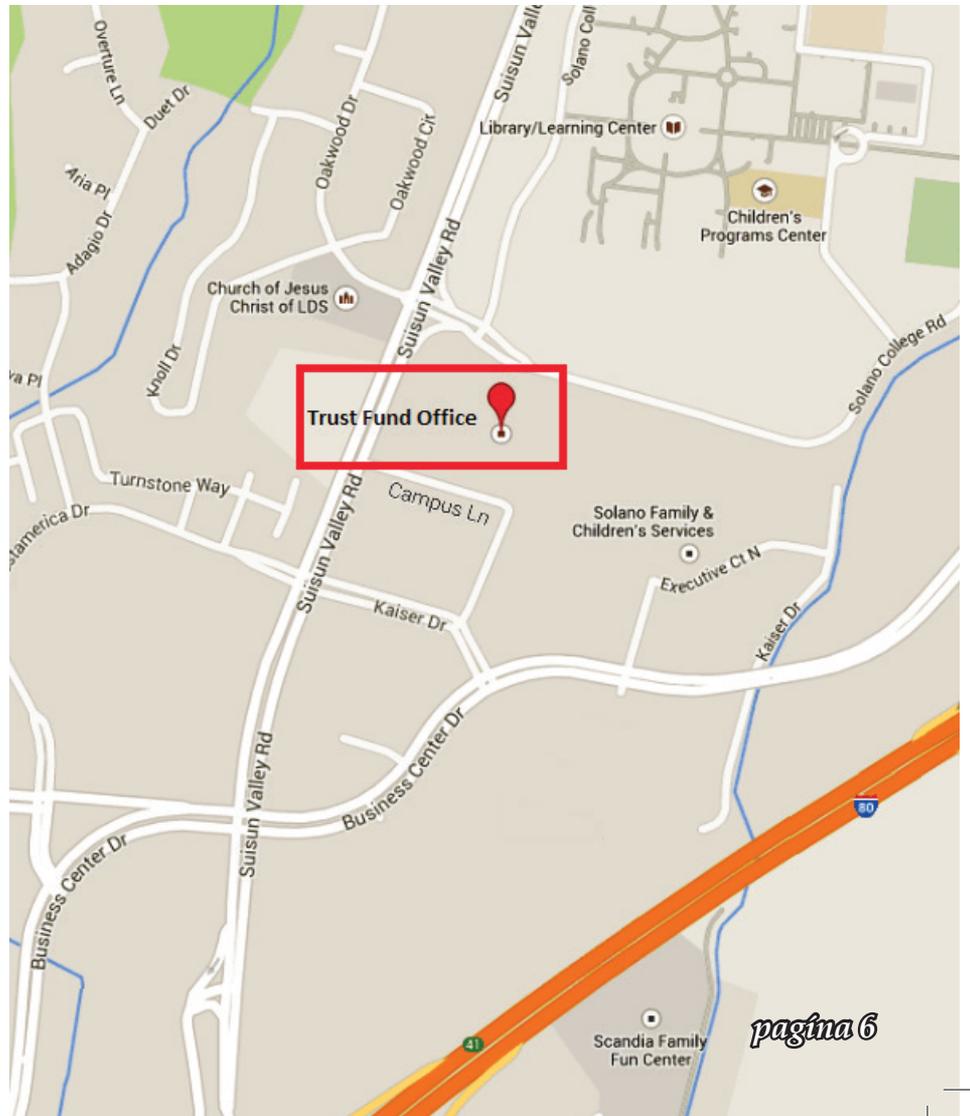
220 Campus Lane | Fairfield, CA 94534 | 707-864-2800 | 1-800-244-4530 | Monday - Friday, 8am - 5pm  
[customerservice@norcalaborers.org](mailto:customerservice@norcalaborers.org) | <http://www.norcalaborers.org/About/ContactUs.htm>

#### De Sacramento - I-80 hacia el oeste:

Tome la salida Suisun Valley Road / Green Valley Road, después de cruzar debajo del paso a desnivel. Tome la desviación inmediatamente a la derecha hacia Neitzel Road que, a corta distancia, también hará una curva a la derecha y terminará en un letrero de parada de tres direcciones. Doble a la izquierda en Suisun Valley Road y siga derecho hasta pasar el semáforo en Mangels Boulevard. En el siguiente semáforo, doble a la derecha en Kaiser Drive (entrada principal al Corporate Commons Business Park). En el siguiente cruce, doble a la izquierda en Campus Lane y continúe hasta el letrero de parada. Nuestro edificio es el que está enfrente de usted, un poco a la izquierda. Siga derecho hacia la vía de acceso frente al edificio. Estacionese por favor en el estacionamiento de enfrente y entre al edificio por el lobby principal.

#### De San Francisco - I-80 hacia el este:

Tome la salida Suisun Valley Road y qué dese en el carril de salida de la izquierda (hay letreros también para Solano Community College tenga cuidado, no se confunda con la salida anterior "Green Valley Road / Cordelia"). En el semáforo al final de la vía de salida, doble a la izquierda y cruce el paso elevado sobre la I-80 en Suisun Valley Road hasta el letrero de parada de tres direcciones. Siga derecho hasta el semáforo en Mangels Boulevard. En el siguiente semáforo, doble a la derecha en Kaiser Drive (entrada principal al Corporate Commons Business Park). En el siguiente cruce, doble a la izquierda en Campus Lane y continúe hasta el letrero de parada. Nuestro edificio es el que está enfrente de usted, un poco a la izquierda. Siga derecho hacia la vía de acceso frente al edificio. Estacionese por favor en el estacionamiento de enfrente y entre al edificio por el lobby principal.





**Laborers Funds Administrative Office  
of Northern California, Inc.**  
220 Campus Lane  
Fairfield, CA 94534



## **LA RENUNCIA**

La revista, Obreros Trimestal, se publica con la intención de proporcionar información sobre los diferentes beneficios disponibles a los participantes elegibles y cómo usar esos beneficios eficazmente. Hay exclusiones y limitaciones en todos los planes de beneficios, así que lea atentamente nuestras diferentes Reglas y Regulaciones del plan. Las reglas del Plan de Salud y Bienestar deben revisarse antes de solicitar atención médica. Sus derechos como participante del plan se determinan finalmente por las Reglas y Regulaciones de los diferentes planes de beneficios.