Laborers Quarterly

LABORERS FUNDS ADMINISTRATIVE OFFICE OF NORTHERN CALIFORNIA, INC.

60 years of serving Northern California Laborers and their families.

In this issue...

Supplemental Check for Eligible Pensioners (page 9)

Benefit Improvements and Changes Due to the End of the COVID-19 National Emergency and Public Health Emergency (page 10)

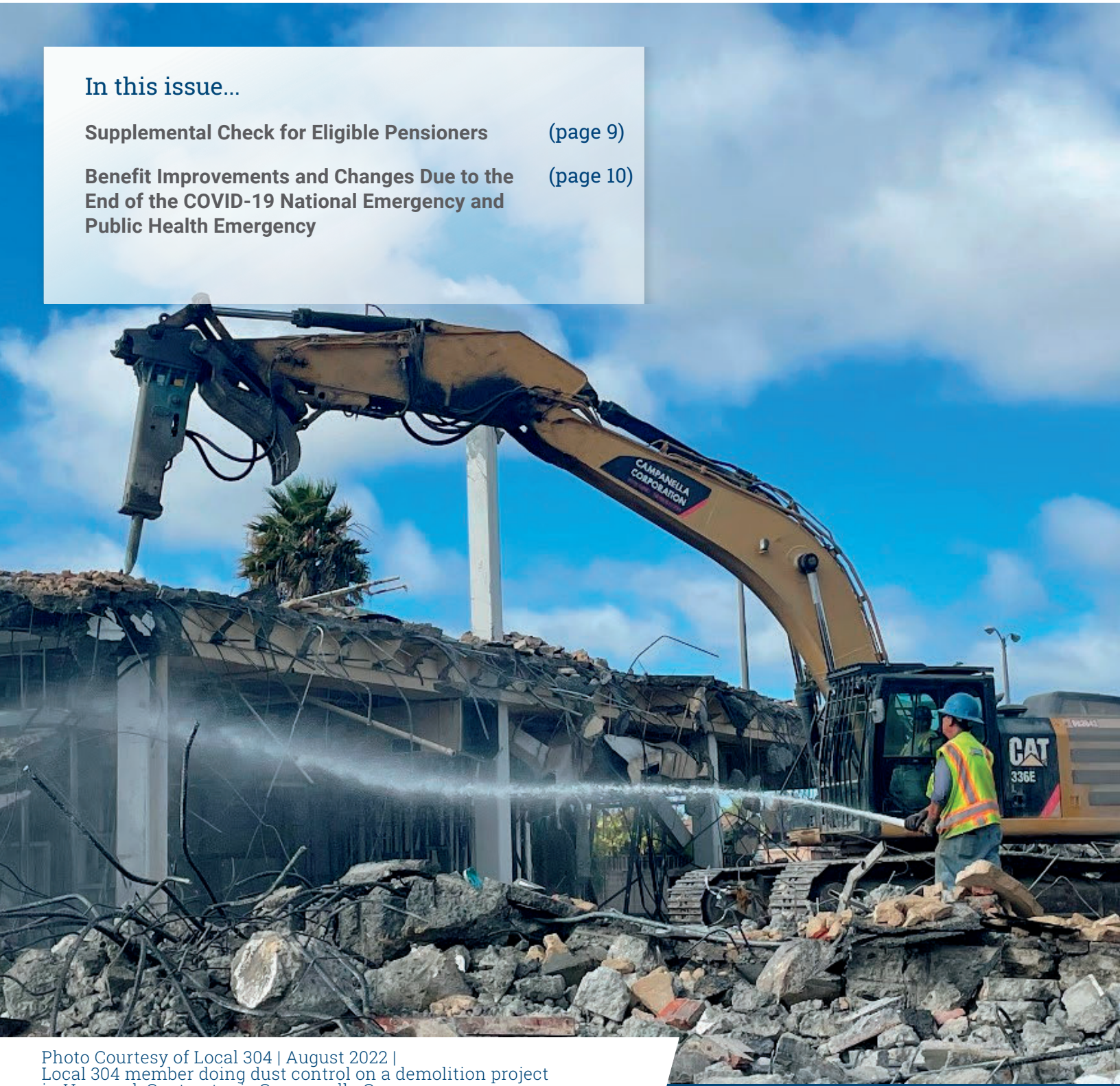


Photo Courtesy of Local 304 | August 2022 |
Local 304 member doing dust control on a demolition project in Hayward, Contractor is Campanella Corp.

Trust Fund Calendar

LFAO Is Open During Construction

Construction is taking place on Trust Fund Office grounds. Please note that it may impact parking and access to the building. Please follow posted signs when visiting.

Third Quarter 2023

July	August	September
4th Closed: *Independence Day*	**1st** Pension Credit Year begins	**4th** Closed: *Labor Day*
26th August Pension benefit	**28th** Sept. Pension benefit	**26th** Oct. Pension benefit
31st Pension Credit Year ends		**29th** Sept. Annuity

2023 Important Dates

Pension Payment Dates

07/26/2023 - Aug Pension
08/28/2023 - Sep Pension
09/26/2023 - Oct Pension
10/26/2023 - Nov Pension
11/21/2023 - Dec Pension
12/15/2023 - Jan Pension

Annuity Payment Dates

Jul 2023 - Reissues Only
Aug 2023 - Reissues Only
09/29/2023 - Sep Annuity
10/31/2023 - Oct Annuity
11/30/2023 - Nov Annuity
12/29/2023 - Dec Annuity

Vacation-Holiday Payment Dates

10/25/2023

LFAO Office Closures Dates

07/04/2023 - Independence Day
09/04/2023 - Labor Day
11/23/2023 - Thanksgiving Day
11/24/2023 - Day After Thanksgiving
12/25/2023 - Christmas Day
01/01/2024 - New Year's Day

BENEFIT = Paper check mail date or direct deposit date.
IMPORTANT: Benefit dates are projections and may vary.

Celebrating 60 Years of Service at LFAO





60 YEARS OF SERVING LABORERS & THEIR FAMILIES
Est 1963

Administering the Laborers Health & Welfare Trust Fund
Laborers Vacation-Holiday Trust Fund
Laborers Pension Trust Fund &

The Laborers Training and Retraining Trust Fund





The Laborer's Training and Retraining Trust Fund was established in 1968 to ensure Laborers have access to the type of in-demand training construction projects rely on throughout Northern California.

All of the Funds that LFAO administers were made possible by the Northern California District Council of Laborers, and their commitment to improving the lives of Laborers and their families. The Training Fund focuses on giving Laborers, and those interested in becoming Laborers, hands-on real-world training that is second to none.

Today, the Terence O'Sullivan Laborers' Training Center is a state-of-the-art campus in San Ramon, California. It is both the first Laborer Training Center and one of the largest Laborer Training Centers in the country, providing comprehensive training for LIUNA members from Fresno, California to the Oregon border. This important resource is named after a pioneer in the labor movement. Terence O'Sullivan believed strongly that Laborers should have no less than competitive pay and the training, health, and retirement benefits they fought for.

Included Surgical Procedures

Bariatric
Cardiac
General
Neurological
Orthopedic
Spine
Vascular
Women's Health

Emergency, pediatric (under age 13), cosmetic, dental, diagnostic, vision and transplant procedures are not available through Transcarent.

If you're considering surgery, give Transcarent a call today!

(855) 265-9804

Scan this code to download the Transcarent app to get started with your benefits!

transcarent
EXPERIENCE DIFFERENT

With Transcarent,

You Could Pay $0 for Surgery

Thanks to the Laborers Direct Payment Health Plan, you have an amazing benefit that gives you and your family access to the country's best surgical facilities. The Laborers Direct Payment Health Plan will **cover your surgery costs at 100%**, with no coinsurance or deductible when you choose a Transcarent provider!

Benefits include:

- Preoperative appointment
- Inpatient surgery expenses
- Covered inpatient travel expenses for member and companion
- Postoperative appointment

It doesn't stop there...

These benefits are also included in your Laborers Direct Payment Health Plan at no cost to you!

EVERYDAY CARE

- Chat with a Doctor day or night in 60 seconds.
- Access your personal Health Guide, a central point of contact to help you navigate anything related to your Transcarent health benefits, from personalized coaching, benefit guidance, stress management, or help booking appointments with in-network doctors.
- Virtual Physical Therapy from the comfort of home for back, joint, or muscle pain.
- Need a second opinion? With Expert Medical Opinion, we connect you with a team of doctors and nurses to help you understand medical conditions and treatment options.
- And much more!

Transcarent is a health and care benefit included in the Laborers Direct Payment Health Plan. Access to Health Guides is available by phone only for Retired Direct Payment Plan members covered by Medicare. Transcarent is currently not available to employees enrolled in the Kaiser Health Plan or the Anthem Medicare Advantage (MA) Plan.



Stay Safe in the Sun

Protect Your Skin

Underestimating the potential for sun-damaged skin can be a dangerous mistake. Sun-damage can lead to skin cancer, the most common form of cancer in the United States. However, according to the Centers for Disease Control (CDC) you can take precautions to lower your risk and stay healthy. One precaution is to shield your skin from Ultra Violet (UV) rays.

UV rays are a type of radiation produced by the sun, tanning beds, and sun lamps. Invisible to the naked eye, these rays can be a disaster for your skin, regardless of the time of year. In fact, they are able to reflect off of surfaces to impact you even on cool cloudy days.

Check the UV Index

Weather apps such as weather.com now provide a UV Index that measures UV risks from 0 (low) to 11 and above (extreme). So, consider checking the UV Index every day so you can dress appropriately.

When UV risks are at 3 or higher, the CDC suggests you wear:

- Long sleeved clothing and long pants or skirts.
- A hat with a brim that shades your face, ears, and the back of your neck.
- Sunglasses to protect your eyes which can reduce the risk of forming cataracts. (Note that the best protection is provided by wraparound sunglasses that block both UVA and UVB rays).
- A broad-spectrum sunscreen that will protect you from both UVA and UVB rays.

Using Sunscreen and Understanding SPF

The Sun Protection Factor (SPF) measures the strength of a sunscreen.

Wearing sunscreen is a must, and choosing the right type of sunscreen is important. Make sure to choose a broad-spectrum sunscreen with an SPF of 15 or higher, check the expiration date to make sure it hasn't expired, and don't forget the hard-to-reach areas like your neck and behind your ears.

Follow these simple safety tips and your skin will appreciate it.

https://www.cdc.gov/cancer/skin/basic_info/sun-safety.htm

Support For Emotional Wellness

Try these self-care apps today at no additional cost

Get help with anxiety, stress, sleep, mood, and more. Anytime you need it.

Kaiser Permanente members can explore 3 evidence-based apps:



The #1 app for meditation and sleep. Choose from hundreds of programs and activities, including:

- Guided meditations
- Sleep Stories
- Mindful movement videos



1-on-1 emotional support coaching and self-care activities to help with many common challenges.

- Coaches are available by text 24/7
- You can use Ginger's text-based coaching services at no cost, no referral needed



Personalized programs designed to help you:

- Set mental health goals
- Learn coping skills
- Track your progress over time
- Make positive changes

Visit kp.org/selfcareapps to get started

1. The apps and services described above are not covered under your health plan benefits, are not a Medicare-covered benefit, and are not subject to the terms set forth in your *Evidence of Coverage* or other plan documents. The apps and services may be discontinued at any time.

2. The apps and services are neither offered nor guaranteed under contract with the FEHB Program, but are made available to enrollees and family members who become members of Kaiser Permanente.

3. Calm and myStrength can be used by members 13 and over. The Ginger app and services are not available to any members under 18 years old.

4. Some individuals who receive health care services from Kaiser Permanente through state Medicaid programs are not eligible for the Ginger app and services.

5. Eligible Kaiser Permanente members can text with a coach using the Ginger app for 90 days per year. After the 90 days, members can continue to access the other services available on the Ginger app for the remainder of the year at no cost.

Calm, Ginger, and myStrength are not available to Kaiser Permanente Dental-only members.

Save money
with SpecialOffers and discounts

As part of your health plan, you qualify for discounts on products and services that help promote better health and well-being. These discounts are available through SpecialOffers to help you save money while taking care of your health.



Dental, hearing, and vision

Dental

ProClear™ Aligners

You can improve your smile without metal braces and dental visits. These clear, teeth-straightening aligners, which you buy online, are an excellent lower-cost option to the regular wire braces or aligner treatments you receive through an orthodontist.

RefreshaDent

Save on premium dentures from the comfort of your home with a lifetime warranty.

Hearing

NationsHearing®

Receive hearing screenings and in-home service at no additional cost. You can also receive hearing aids at a discounted rate.

Hearing Care Solutions

Receive no-cost hearing exams and discounts on hearing aids. Hearing Care Solutions has 3,100 locations and eight manufacturers, and offers a three-year warranty, batteries for two years, and unlimited visits for one year.

Amplifon

Save on top-quality care and ongoing service and support for your hearing aids.

Eyewear

Glasses.com® and 1-800 CONTACTS®

Shop for the latest brand-name frames at a fraction of the cost for similar frames at other retailers. You can also receive additional savings on orders of $100 or more, plus no-cost shipping and returns.

EyeMed

Take advantage of discounts on new glasses, nonprescription sunglasses, and eyewear accessories.

LASIK

Premier LASIK Network

Save on LASIK when you choose any featured Premier LASIK Network provider.

TruVision

Save on LASIK eye surgery at over 1,000 locations.

MCASH1231C VPOD BV 10/22
64086657-143676480

Anthem®

Health and fitness

Health

BREVENA

Enjoy a discount on BREVENA skin care creams and balms for smooth, rejuvenated skin from head to toe.

ChooseHealthy®

Discounts are available on acupuncture, chiropractic, massage, podiatry, physical therapy, and nutritional services. You also have discounts on fitness equipment, wearable trackers, and health products such as vitamins and nutrition bars.

Jenny Craig®

Receive everything you need to make it easier to reach your health goals. In addition to no-cost coaching, you can also save on food purchases.

LifeMart®

Deals on beauty and skin care, diet plans, fitness club memberships and plans, personal care, spa services, yoga classes, sports gear, and vision care.

Fitness

Active&Fit Direct™

Choose from more than 11,900 participating fitness centers nationwide at a discounted rate. This program is offered through American Specialty Health Fitness, Inc.

Fitbit®

Work toward your fitness goals with Fitbit trackers and smartwatches that go with your lifestyle and budget.

Garmin®

Discounts are available on select Garmin wellness devices.

GlobalFit®

Discounts are available for gym memberships, fitness equipment, coaching, and other services.

Family and home

Family

WINFertility®

Save up to 40% on infertility treatment. WINFertility helps make quality treatment more affordable.

Safe Beginnings®

Babyproof your home while saving on everything from safety gates to outlet covers.

23andMe®

Save on health and ancestry kits to learn about your wellness, ancestry, and more.

Home

Nationwide® pet insurance

Receive discounts when you enroll through your company or organization. Additional savings are available when you enroll multiple pets.

ASPCA® Pet Health Insurance

Find reduced rates on pet insurance and choose from three levels of care, including flexible deductibles and custom reimbursements.

Medicine and treatment

Medicine

Puritan's Pride®

Choose from a large selection of discounted vitamins, minerals, and supplements.

Allergy Control Products and National Allergy Supply™

Save on select doctor-recommended products such as allergy-friendly bedding, air purifiers and filters, and asthma products. Some orders qualify for no-cost ground shipping within the contiguous U.S.

Treatment

The Living Well Course Series

Choose one of the online living programs and save on coaching to help you lose weight, stop smoking, manage stress or diabetes, restore sound sleep, or face an alcohol problem.

Learn more about SpecialOffers
Log in to **anthem.com/ca**, choose **Care**, and select **Discounts.**

Anthem Blue Cross is the trade name of Blue Cross of California. Anthem Blue Cross and Anthem Blue Cross Life and Health Insurance Company are independent licensees of the Blue Cross Association. Anthem is a registered trademark of Anthem Insurance Companies, Inc.

Important Notices and Announcements Included in this Issue!

Page 9 **Supplemental Check for Eligible Pensioners**

If you are a Pensioner, you may be eligible to receive a $500 supplemental Pensioner Check in December 2023.

See the Summary of Material Modification (SMM) on page 9 for more information and to see if you qualify.

Page 10 **Changes to Enrollment Forms for Medicare Advantage Participants**

Due to changes in reporting implemented by the Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS), enrollment forms for Medicare Advantage Participants will change to allow participants to provide information related to race and ethnicity.



Laborers Funds Administrative Office of Northern California, Inc.
5672 Stoneridge Drive, Suite 100, Pleasanton, CA 94588 | Telephone: 707-864-2800 or 800-244-4530

Important Announcement

DATE: June 14, 2023

TO: Retired Participants

FROM: Board of Trustees
Laborers Pension Trust Fund for Northern California

SUBJECT: **Pension Plan Benefit Improvements** –
Supplemental Pensioner Check to Eligible Retirees

The Board of Trustees is pleased to inform you of the following improvements made to the Pension Plan.

SUPPLEMENTAL CHECK FOR ELIGIBLE PENSIONERS

Pensioners will receive a one-time supplemental payment of $500 in December 2023 if:

- The Pensioner is in pay status (not deceased or suspended) as of November 1, 2023; and
- The Pensioner was a member in good standing with a Northern California Local Union affiliated with the Laborers International Union of North America continuously from October 1, 2022, through October 31, 2023.

No supplemental payment shall be paid to any Beneficiaries or Dependents, and no Participant will receive more than one supplemental payment, under this amendment.

In accordance with ERISA reporting requirements, this document serves as your Summary of Material Modifications to the Plan. Please keep it with your Summary Plan Description.

Enrollment Forms for Medicare Advantage Plans are Changing

Optional Data Collected Starting Jan 1

Effective January 1, 2023, the Trust Fund Office will be required to include questions regarding race and ethnicity on all Medicare Advantage Plan enrollment forms.

While the Trust Fund Office is required to include these questions on the enrollment form, members are not required to answer any questions related to race or ethnicity.



Cambian los formularios de inscripción en los planes de Medicare Advantage



Datos opcionales recogidos a partir del 1º de enero

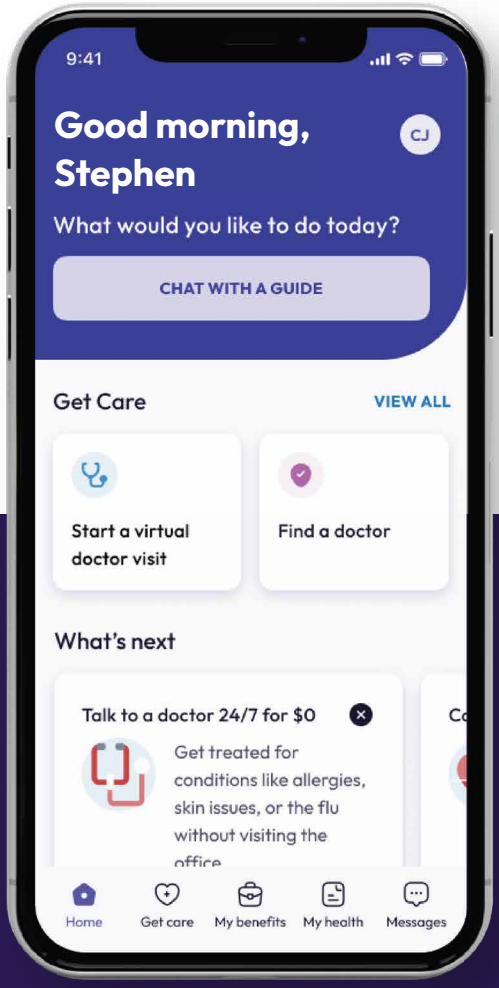
A partir del 1º de enero de 2023, la Oficina del Fondo de Fideicomiso deberá incluir preguntas relativas a la raza y el origen étnico en todos los formularios de inscripción de los planes de Medicare Advantage.

Aunque la Oficina del Fondo de Fideicomiso está obligada a incluir estas preguntas en el formulario de inscripción, los afiliados no están obligados a responder a ninguna pregunta relacionada con la raza o el origen étnico.

transcarent
EXPERIENCE DIFFERENT



Transcarent Health Guides available to Medicare Retirees



Health Guides can help you:

1. Understand and access your Medicare benefits
2. Find an in-network provider
3. Schedule your appointments
4. Set health goals and track your progress

Call **(855) 265-9804** to connect with a Health Guide.

Transcarent Health Guides are a benefit available to Retired Direct Payment Plan members covered by Medicare. Transcarent is currently not available to employees enrolled in the Kaiser health plan or Anthem Medicare Advantage (MA) plan.

Calendario del Fondo de Fideicomiso

LFAO está abierto durante la construcción
Se están realizando obras en los terrenos de la Oficina del Fondo de Fideicomiso. Tenga en cuenta que puede afectar al aparcamiento y al acceso al edificio. Por favor, siga las señales cuando visite el edificio.

Tercer Trimestre 2023

julio

- **4** Cerrado: *Día de la Independecia*
- **26** Pensión de agosto
- **31** Concluye el Año Crediticio de Pensión

agosto

- **1** Comienza el Año Crediticio de Pensión
- **28** Pensión de septiembre

septiembre

- **4** Cerrado: *Día del Trabajo*
- **26** Pensión de octubre
- **29** Anualidad de septiembre

2023 Fechas Importantes

Fechas de Pago de Pensión

26/jul/2023 - Ago Pensión
28/ago/2023 - Sep Pensión
26/sep/2023 - Oct Pensión
26/oct/2023 - Nov Pensión
21/nov/2023 - Dic Pensión
15/dic/2023 - Ene Pensión

Fechas de Pago de Anualidad

jul 2023 - Reemisión Solamente
ago 2023 - Reemisión Solamente
29/sep/2023 - Sep Annuity
31/oct/2023 - Oct Annuity
30/nov/2023 - Nov Annuity
29/dic/2023 - Dic Annuity

Vacación-Feriado Fechas de Pago

25/oct/2023

LFAO Fechas de Cierre de la Oficina

04/jul/2023 - Día de la Independencia
04/sep/2023 - Día del Trabajo
23/nov/2023 - Día de Acción de Gracias 24/nov/2023 - Día Después de Acción de Gracias
25/dic/2023 - Día de Navidad
01/ene/2024 - Día de Año Nuevo

IMPORTANTE: Las fechas de lo beneficios son proyecciones futuras y pueden variar.

Celebración de 60 años de servicio en LFAO





Administración del Fondo de Fideicomiso de Salud y Bienestar de los Obreros
Fondo de Fideicomiso de Vacaciones y Días Festivos de los Obreros
el Fondo de Fideicomiso de Pensiones de los Obreros y
el Fondo de Fideicomiso de Formación y Recualificación de los Obreros





El Fondo de Formación y Recualificación de los Obreros se creó en 1968 para garantizar que los obreros tuvieran acceso al tipo de formación que se demanda y del que dependen los proyectos de construcción en todo el norte de California.

Todos los fondos que administra LFAO fueron posibles gracias al Consejo de Distrito de los Obreros del Norte de California y a su compromiso de mejorar las vidas de los obreros y sus familias. El Fondo de Formación se centra en dar a los obreros, y los interesados en convertirse en obreros, las manos en el mundo real de formación que es insuperable.

Hoy en día, el Centro de Formación de los Obreros Terence O'Sullivan es un campus de vanguardia en 370 acres de terreno en San Ramón, California. Es a la vez el primer Centro de Formación de los Obreros y uno de los Centros de Formación de los Obreros más grandes del país, proporcionando una formación completa a los miembros de LIUNA desde Fresno California hasta la frontera de Oregón. Este importante recurso lleva el nombre de un pionero del movimiento obrero. Terence O'Sullivan creía firmemente que los trabajadores no debían tener menos que un salario competitivo y las prestaciones de formación, sanitarias y de jubilación por las que habían luchado.

Cirugías incluidas

Bariátrica
Cardíaca
General
Neurológicas
Ortopédica
Columna
Vascular
Ginecológica

Los procedimientos de emergencia, pediátricos (menores de 13), estéticos, dentales, de diagnóstico, de la vista y trasplantes no están disponibles a través de Transcarent.

Si estás considerando someterte a una cirugía, ¡llama a Transcarent hoy mismo!

(855) 265-9804

¡Escanea este código para descargar la aplicación Transcarent y comenzar con tus beneficios!

transcarent
EXPERIENCE DIFFERENT

Con Transcarent,

podrías no pagar nada por una cirugía

Gracias al Plan de Salud de Pago Directo para los Obreros, tienes un beneficio increíble que les da a ti y a tu familia acceso a las mejores instalaciones quirúrgicas del país. El Plan de Salud de Pago Directo para los Obreros cubrirá los gastos de tu **cirugía al 100%,** ¡sin coseguro ni deducible cuando elijas un proveedor de Transcarent!

Los beneficios incluyen:

- Cita preoperatoria
- Gastos de cirugía como paciente internado
- Gastos de viaje como paciente internado cubiertos para el miembro y su acompañante
- Cita postoperatoria

Eso no es todo...

Estos beneficios también están incluidos en tu Plan de Salud de Pago Directo para los Obreros, ¡sin costo alguno para ti!

ATENCIÓN DIARIA

- Chatea con un médico de día o de noche en 60 segundos.
- Accede a tu Guía de Salud personal, un punto central de contacto para ayudarte a navegar por todo lo relacionado con tus beneficios de salud de Transcarent, desde entrenamiento personalizado, orientación sobre beneficios, manejo del estrés o ayuda para reservar citas con médicos dentro de la red.
- Fisioterapia Virtual desde la comodidad de casa para dolores de espalda, articulares o musculares.
- ¿Necesitas una segunda opinión? Con Opinión Médica Experta, te conectamos con un equipo de médicos y enfermeros para ayudarte a comprender las condiciones médicas y las opciones de tratamiento.
- ¡Y mucho más!

Transcarent es un beneficio de salud y atención incluido en el Plan de Salud de Pago Directo para los Obreros. El acceso a los Guías de Salud solo está disponible por teléfono para los miembros del Plan de Pago Directo para Jubilados cubiertos por Medicare. Transcarent actualmente no está disponible para los empleados inscritos en el Plan de Salud Kaiser o en el Plan Anthem Medicare Advantage (MA).



Protéjase del sol

Proteja su piel

Subestimar el potencial de una piel dañada por el sol puede ser un error peligroso. El daño solar puede provocar cáncer de piel, el tipo de cáncer más frecuente en Estados Unidos. Sin embargo, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), puede tomar precauciones para reducir el riesgo y mantenerse sano. Una de ellas es proteger la piel de los rayos ultravioleta (UV).

Los rayos UV son un tipo de radiación producida por el sol, las camas bronceadoras y las lámparas solares. Invisibles a simple vista, estos rayos pueden ser un desastre para tu piel, independientemente de la época del año. De hecho, son capaces de reflejarse en las superficies y afectarle incluso en días nublados y frescos.

Consulte el índice UV

Las aplicaciones meteorológicas como weather.com ofrecen ahora un Índice UV que mide los riesgos UV de 0 (bajo) a 11 y más (extremo). Por lo tanto, considere la posibilidad de consultar el índice UV todos los días para vestirse adecuadamente.

Cuando el riesgo de rayos UV es de 3 o superior, los CDC recomiendan llevar:

- Ropa de manga larga y pantalones o faldas largos.
- Sombrero de ala ancha que proteja la cara, las orejas y la nuca.
- Gafas de sol para proteger los ojos, que pueden reducir el riesgo de formación de cataratas. (Tenga en cuenta que la mejor protección la proporcionan las gafas de sol envolventes que bloquean tanto los rayos UVA como los UVB).
- Un protector solar de amplio espectro que le proteja tanto de los rayos UVA como de los UVB.

Uso del protector solar y comprensión del FPS
El factor de protección solar (FPS) mide la potencia de un protector solar.

Usar protección solar es imprescindible, y elegir el tipo adecuado es importante. Asegúrate de elegir un protector solar de amplio espectro con un FPS de 15 o superior, comprueba la fecha de caducidad para asegurarte de que no ha caducado y no te olvides de las zonas de difícil acceso, como el cuello y detrás de las orejas.

Sigue estos sencillos consejos de seguridad y tu piel te lo agradecerá.

https://www.cdc.gov/cancer/skin/basic_info/sun-safety.htm

Apoyo Para el Bienestar Emocional

Pruebe estas aplicaciones de cuidado personal hoy sin costo adicional

Obtenga ayuda con la ansiedad, el estrés, el sueño, el estado de ánimo y más. En cualquier momento que lo necesite.

Los miembros de Kaiser Permanente pueden explorar 3 aplicaciones basadas en evidencia:



La aplicación #1 para la meditación y el sueño. Puede elegir entre cientos de programas y actividades, que incluyen:

- Meditaciones guiadas
- Historias de sueño
- Videos de movimiento consciente



Coaching de apoyo emocional 1 a 1 y actividades de autocuidado para ayudar con muchos desafíos comunes.

- Los entrenadores están disponibles por texto 24/7
- Puede utilizar los servicios de entrenamiento basados en texto de Ginger sin costo ni necesidad de referencia.



Programas personalizados diseñados para ayudarle a:

- Establecer metas de salud mental
- Aprenda habilidades de afrontamiento
- Controla tus progresos en el tiempo
- Hacer cambios positivos

Visita kp.org/selfcareapps para empezar

1. Las aplicaciones y servicios descritos anteriormente no están cubiertos por los beneficios de su plan de salud, no son un beneficio cubierto por Medicare y no están sujetos a los términos establecidos en su *Evidencia de Cobertura* u otros documentos del plan. Las aplicaciones y servicios pueden ser descontinuados en cualquier momento.
2. Las aplicaciones y servicios no se ofrecen ni se garantizan bajo contrato con el Programa FEHB, pero están disponibles para los afiliados y los miembros de la familia que se convierten en miembros de Kaiser Permanente.
3. Calm y MyStrength puede ser utilizado por miembros de 13 años o más. La aplicación y los servicios de Ginger no están disponibles para ningún miembro menor de 18 años.
4. Algunas personas que reciben servicios de atención médica de Kaiser Permanente a través de los programas estatales de Medicaid no son elegibles para la aplicación y los servicios de Ginger.
5. Los miembros elegibles de Kaiser Permanente pueden enviar mensajes de texto con un entrenador usando la aplicación Ginger durante 90 días al año. Después de los 90 días, los miembros pueden continuar para acceder a los otros servicios disponibles en la aplicación Ginger durante el resto del año sin costo alguno. Calm, Ginger y MyStrength no están disponibles para los miembros de Kaiser Permanente Dental.

KAISER PERMANENTE

Ahorra dinero
con SpecialOffers y descuentos

Como parte de tu plan médico, reúnes los requisitos para obtener descuentos en productos y servicios para promover un mejor estado de salud y bienestar. Estos descuentos están disponibles a través de SpecialOffers para que puedas ahorrar dinero mientras cuidas tu salud.



Beneficios dentales, de la audición y de visión

Dental

Alineadores ProClear™

Puedes mejorar tu sonrisa sin aparatos metálicos ni visitas dentales. Estos alineadores transparentes para el enderezamiento dental, que se pueden comprar en línea, son una excelente opción de menor costo a los aparatos regulares de ortodoncia con alambre o a los tratamientos de alineación que obtienes con un ortodoncista.

RefreshaDent

Ahorra en dentaduras postizas de calidad superior desde la comodidad de tu casa y con una garantía de por vida.

Audición

NationsHearing®

Hazte exámenes de diagnóstico de audición y obtén servicio a domicilio sin costo adicional. También puedes obtener audífonos con una tarifa rebajada.

Hearing Care Solutions

Accede a exámenes de audición sin costo y recibe descuentos en audífonos. Hearing Care Solutions cuenta con más de 3,100 establecimientos y ocho fabricantes; y ofrece tres años de garantía, baterías para dos años y visitas ilimitadas durante un año.

Amplifon

Ahorra en atención de la mejor calidad y en servicios y apoyo constantes para tus audífonos.

Anteojos

Glasses.com® y 1-800 CONTACTS®

Compra los últimos marcos de marcas comerciales por solo una parte de lo que cuestan marcos similares en otros comercios minoristas. Además, puedes obtener otros ahorros en pedidos de $100 o más, así como envíos y devoluciones sin costo.

EyeMed

Aprovecha los descuentos en anteojos nuevos, anteojos de sol sin receta y accesorios para anteojos.

LASIK

Red de Premier LASIK

Ahorra en LASIK cuando elijas cualquier proveedor destacado de la red de Premier LASIK.

TruVision

Ahorra en cirugía de los ojos LASIK en más de 1,000 ubicaciones.

Anthem

Salud y actividad física

Salud

BREVENA

Aprovecha un descuento en cremas y bálsamos BREVENA para el cuidado de la piel para tener una piel suave y rejuvenecida, desde el rostro hasta los pies.

ChooseHealthy®

Dispones de descuentos en servicios de acupuntura, quiropráctica, masajes, podología y fisioterapia, y en servicios nutricionales. También tienes descuentos en equipos de entrenamiento, dispositivos de seguimiento portátiles y productos para la salud, como vitaminas y barras nutricionales.

Jenny Craig®

Recibe todo lo que necesitas para alcanzar fácilmente tus objetivos de salud. Además de asesoramiento sin costo, puedes ahorrar en compras de alimentos.

LifeMart®

Ofertas en el cuidado de la belleza y la piel, planes dietarios, membresías y planes de gimnasios, cuidado personal, servicios de spa y clases de yoga, indumentaria deportiva y cuidado de visión.

Actividad física

Active&Fit Direct™

Elige entre más de 11,900 centros de actividad física participantes en todo el país con una tarifa rebajada. Este programa se ofrece a través de American Specialty Health Fitness, Inc.

Fitbit®

Alcanza tus metas de actividad física con los dispositivos de seguimiento y los relojes inteligentes de Fitbit que se ajustan a tu estilo de vida y presupuesto.

Garmin®

Hay descuentos disponibles en dispositivos de bienestar Garmin seleccionados.

GlobalFit®

Hay descuentos disponibles en membresías de gimnasios, equipos de entrenamiento, servicios de asesoramiento y otros servicios.

Familia y hogar

Familia

WINFertility®

Ahorra hasta un 40% en tratamientos para la infertilidad. WINFertility te ayuda a conseguir tratamientos de calidad y a bajo precio.

Safe Beginnings®

Haz que tu casa sea segura para bebés y ahorra en todos los productos, desde puertas de seguridad hasta tapas para tomacorrientes.

23andMe®

Ahorra en los kits de Health + Ancestry, e infórmate sobre tu bienestar, linaje y más.

Hogar

Seguro para mascotas Nationwide®

Recibe descuentos cuando te inscribes a través de tu empresa u organización. Puedes tener ahorros adicionales cuando inscribes a varias mascotas.

Seguro médico para mascotas ASPCA®

Puedes acceder a tasas reducidas en el seguro para mascotas y elegir entre tres niveles de cuidado, que incluyen deducibles flexibles y reembolsos personalizados

Medicina y tratamiento

Medicamentos

Puritan's Pride®

Elige entre una gran selección de vitaminas, minerales y suplementos con descuento.

Allergy Control Products and National Allergy Supply™

Ahorra en productos seleccionados recomendados por médicos, como ropa de cama hipoalergénica, filtros y purificadores de aire y productos contra el asma. Algunos pedidos reúnen los requisitos para el envío sin costo dentro de los EE. UU.

Tratamiento

Serie de cursos Living Well

Elige uno de los programas Living en línea y ahorra en asesoramiento para ayudarte a perder peso, dejar de fumar, manejar el estrés o la diabetes, volver a lograr el sueño profundo o afrontar un problema con el alcohol.

Conoce más sobre SpecialOffers
Inicia sesión en **espanol.anthem.com,** selecciona **Cuidado** (Care) y, luego, **Descuentos** (Discounts).

Anthem Blue Cross and Blue Shield es el nombre comercial de: En Colorado: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Productos de HMO asegurados por HMO Colorado, Inc. Copias de los planes de acceso a la red de Colorado están disponibles bajo pedido a servicios para miembros o puede obtenerlas entrando a anthem.com/co/networkaccess. En Connecticut: Anthem Health Plans, Inc. En Georgia: Blue Cross Blue Shield Healthcare Plan of Georgia, Inc. En Indiana: Anthem Insurance Companies, Inc. En Kentucky: Anthem Health Plans of Kentucky, Inc. En Maine: Anthem Health Plans of Maine, Inc. En Missouri (salvo 30 condados en el área de Kansas City): RightCHOICE Managed Care, Inc. (RIT), Healthy Alliance Life Insurance Company (HALIC) y HMO Missouri, Inc. RIT y algunos afiliados administran beneficios que no corresponden a planes HMO asegurados por HALIC y beneficios de planes HMO asegurados por HMO Missouri, Inc. RIT y ciertos afiliados brindan solamente servicios administrativos para planes autofinanciados y no aseguran beneficios. En Nevada: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Productos de HMO asegurados por HMO Colorado, Inc., que opera bajo el nombre comercial HMO Nevada. En New Hampshire: Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc.; Los planes HMO son administrados por Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc. y asegurados por Matthew Thornton Health Plan, Inc. En Ohio: Community Insurance Company. En Virginia: Anthem Health Plans of Virginia, Inc. comercializa a través del nombre comercial Anthem Blue Cross and Blue Shield en Virginia, y su área de servicios abarca todo Virginia salvo la ciudad de Fairfax, el municipio de Vienna y el área al este de la ruta estatal 123. En Wisconsin: Blue Cross Blue Shield of Wisconsin (BCBSWi), asegura o administra PPO y pólizas de indemnización y asegura los beneficios no incluidos de pólizas POS ofrecidas por Compcare Health Services Insurance Corporation (Compcare) o Wisconsin Collaborative Insurance Corporation (WCIC). Compcare asegura o administra pólizas HMO o POS; WCIC asegura o administra pólizas Well Priority HMO o POS. Licenciatarios independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.

Avisos y anuncios importantes Incluidos en este número

página 20

Cheque complementario para Pensionistas con derecho a pensión

Si usted es Pensionista, puede ser elegible para recibir un Cheque de Pensionista suplementario de $500 en diciembre de 2023.

Consulte el Resumen de Modificación Material (SMM) en la página 20 para obtener más información y ver si reúne los requisitos.

página 10

Cambios en los formularios de inscripción para los participantes en Medicare Advantage

Debido a los cambios en los informes implementados por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS), los formularios de inscripción para los participantes de Medicare Advantage cambiarán para permitir que los participantes proporcionen información relacionada con la raza y étnica.



Laborers Funds Administrative Office of Northern California, Inc.
5672 Stoneridge Drive, Suite 100, Pleasanton, CA 94588 | Telephone: 707-864-2800 or 800-244-4530

Anuncio importante

DATE: 14 de junio de 2023

TO: Participantes Jubilados

FROM: Junta de Fideicomisarios
Fondo de Fideicomiso de la Pensión de los Obreros para el Norte de California

SUBJECT: **Mejoras al Beneficio del Plan de Pensión** –
Cheque complementario de pensionista a los jubilados con derecho a pensión

---

El Junta de Fideicomisarios se complace en informarle de las siguientes mejoras introducidas en el Plan de Pensiones.

CHEQUE COMPLEMENTARIO PARA PENSIONISTAS

Los pensionistas recibirán un pago suplementario único de 500 dólares en diciembre de 2023 si:

- El Pensionista está en situación de pago (no fallecido ni suspendido) a 1 de noviembre de 2023; y
- El Pensionista era miembro en regla de un Sindicato Local del Norte de California afiliado al Sindicato Internacional de Obreros de América del Norte continuamente desde el 1 de octubre de 2022 hasta el 31 de octubre de 2023.

No se abonará ningún pago suplementario a ningún Beneficiario o Dependiente, y ningún Participante recibirá más de un pago suplementario, en virtud de esta enmienda.

De acuerdo con los requisitos de información de ERISA, este documento sirve como Resumen de Modificaciones Importantes del Plan. Consérvelo junto con su Resumen de la Descripción del Plan.



Guías de Salud Transcarent disponible para los Jubilados de Medicare



Los Guías de Salud pueden ayudarle a:

1. Entender y accesar sus beneficios de Medicare
2. Encuentrar un proveedor dentro de la red
3. Programar sus citas
4. Establecer metas de salud y monitorear su progreso

Llame al **(855) 265-9804** para conectarse con un Guía de Salud.

Las Guías de Salud Transcarent son un beneficio disponible para los miembros jubilados del Plan de Pago Directo cubiertos por Medicare. Actualmente, Transcarent no está disponible para los empleados inscritos en el plan de salud Kaiser o en el plan Anthem Medicare Advantage (MA).

Contacts & Directions to LFAO
Contactos & Direcciones a LFAO

5672 Stoneridge Drive, Suite 100, Pleasanton, CA 94588
Open Monday - Friday, 8am - 5pm
707-864-2800 | 800-244-4530
customerservice@lfao.org | lfao.org

Follow Us Today! | ¡Síganos!

Anthem Blue Cross PPO
Medicare Advantage Plan: 833-848-8729
Doctor Search: www.anthem.com/ca
Urgent Care: www.meemolabs.com/wellpoint/ca.php

Anthem Dental
Complete 877-567-1804

Building Healthy Families
866-664-5404

Blue View Vision
866-723-0515

Kaiser Permanente
800-464-4000
www.kaiserpermanente.org

Transcarent
855-265-9804
www.transcarent.ai

AnthemRx CarelonRx
833-439-1014
www.anthem.com/ca

Claremont EAP
800-834-3773 - M-F, 8-5
24/7 for clinical emergencies
www.claremonteap.com

Bright Now! Dental
888-274-4486
www.brightnow.com

Delta Care USA
800-422-4234
www.deltadentalins.com

UnitedHealthcare Dental
800-999-3367
www.myuhcdental.com

TRAINING CENTER
1001 Westside Dr, San Ramon, CA 94583
www.norcaltc.org | info@norcaltc.org

Switchboard: 925-828-2513

Email: training@norcaltc.org

Apprenticeship: apprenticeship@norcaltc.org

DIRECTIONS/DIRECCIONES

From/De Sacramento: I-80 West/Oeste

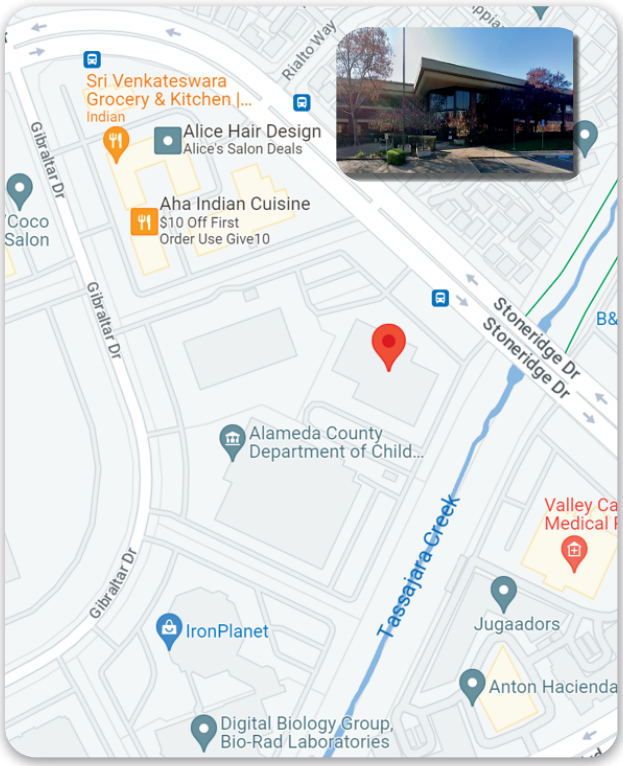
Take exit for Stoneridge Drive → Turn left → Arrive at 5672 Stoneridge Drive

Tome la salida hacia Stoneridge Drive → Haga una izquierda → Llegue a 5672 Stoneridge Drive

From/De San Francisco: I-80 East/Este

Take Folsom St to I-80 E→ Right at Market St turns right and becomes 10th St → Left onto Folsom St → Take I-580 E to Hacienda Dr. Take exit 46 from I-580 E → Continue onto I-580 E → Right take exit 46 for Hacienda Drive toward Dublin Boulevard → Right onto Hacienda Drive → Left onto Gibraltar Drive → Left onto Stoneridge Drive → Arrive at 5672 Stoneridge Drive

Tome Folsom St hasta la I-80 E → Derecha en Market St, gire a la derecha y se convierta en 10th St → Izquierda en Folsom St → Tome la I-580 E hasta Hacienda Dr. Tome la salida 46 desde la I-580 E → Continúe por la I-580 E → Derecha salida 46 hacia Hacienda Drive hacia Dublin Boulevard → Derecha en Hacienda Drive → Izquierda en Gibraltar Drive → Izquierda en Stoneridge Drive → Llegue a 5672 Stoneridge Drive



Laborers Funds Administrative Office
of Northern California, Inc.
5672 Stoneridge Drive, Suite 100
Pleasanton, CA 94588

Presorted
Standard
US Postage
PAID
Papyrus Printing

DISCLAIMER

The Laborers Quarterly is published with the intent of providing information about the various benefits available to eligible participants and how to effectively use those benefits. There are exclusions and limitations in all benefit plans, so carefully read each plan's Rules and Regulations. Health and Welfare Plan rules should be reviewed before seeking medical care. Your rights as a Plan participant are ultimately determined by the Rules and Regulations of the various benefit plans. If you have any questions about the contents and information in this publication, please contact the Trust Fund Office.

DESCARGO DE RESPONSABILIDADES

Nuestra revista 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. Si tiene alguna pregunta sobre la información de esta publicación, comuníquese con la Oficina del Fondo de Fideicomiso.