

BUILDING YOUR BENEFITS



FOX VALLEY & VICINITY LABORERS

SALUD Y BIENESTAR Y FONDOS DE PENSIONES

Boone • Kane • Kendall • McHenry

Para apoyo confidencial o asistencia

¿Su EAP/MAP es una situación de ganar-ganar!

¿Qué es el Programa de Asistencia para los empleados/miembros (EAP/MAP por sus siglas en inglés)?

El programa EAP/MAP es un programa de asistencia que brinda consejería de apoyo, información y recursos para los empleados y sus familias.

¿Por qué ofrecemos este servicio?

Los estudios demuestran que las compañías que ayudan a los empleados a afrontar sus problemas personales reducen problemas como el ausentismo, costos adicionales, pérdida de salarios y disminución de la productividad. ¡Es una situación de ganar-ganar para todos!

¿Quién brinda este servicio?

El programa EAP/MAP es administrado por Sistemas de Recursos para el Empleado (ERS, por sus siglas en inglés), una compañía con sede en Chicago que dispone de una red nacional de consejeros dispuestos a brindar apoyo en persona o por vía telefónica.

¿Quién puede utilizar este servicio?

Todos los empleados y los integrantes del núcleo familiar, incluido el/la cónyuge (o pareja), hijos y los padres adultos mayores pueden gozar del programa EAP/MAP.

¿El programa de asistencia para empleados/miembros es confidencial?

Si, este servicio es confidencial. Todo el personal vinculado al programa se encuentra obligado legal y éticamente a mantener la confidencialidad de todos sus clientes. Las excepciones se aplican en aquellas situaciones que involucren una amenaza a la seguridad tales como casos de abuso infantil.



¿Cómo comienzo?

El primer paso es llamar al programa EAP/MAP al 800-292-2780. Un consejero del programa se contactará por ese medio y le solicitará programar una cita para hablar con usted. En casos urgentes, los consejeros abordarán la situación rápidamente y le realizarán una intervención de crisis y desarrollarán un plan de seguridad conforme a la situación.

¿Qué valor tiene?

El programa de asistencia para Empleados/Miembros es gratuito. Los empleados y sus familias reciben un determinado número de sesiones de consejería de manera personal y gratuita según el problema o asunto. El número de sesiones se determina conforme a un modelo de servicio adquirido por su empleador. Algunas cuestiones pueden resolverse sin necesidad de recurrir a esas sesiones; sin embargo, se podrá referir a los involucrados para que reciban consejería o tratamiento por tiempo extendido a través de sus beneficios de seguro.

**Primer paso...
Comuníquese con
el EAP/MAP
Para recibir apoyo
al: 800-292-2780**



¿Por qué comunicarse con el Programa de Asistencia al Empleado/Miembro?

El EAP/MAP generalmente se encarga de manejar conflictos tales como:



- Conflicto familiar
- Problemas del matrimonio o relaciones
- Stress
- Depresión
- Manejo de la ira
- Situaciones de angustia y pérdida
- Problemas con la crianza de los hijos
- Abuso de alcohol y otras drogas
- Desórdenes alimenticios
- Consultas legales
- Consultas financieras

Conozca al personal de la oficina:

Patricia M. Shales
Gerente administrativa

Mildred Cruz
Representante de atención al cliente

Colette Feliciano
Oficinista

Holly Ferrarini
Recepcionista/Oficinista de Contabilidad

Doris Galvez
Representante de atención al cliente

Catherine Revan
Procesadora de reclamos

David Ugarte
Procesador de reclamos

Cindy Young
Procesadora de beneficios

Carol Zulpa
Asistente administrativa



¡Favor de Llamar por Adelantado!

Para que podamos proporcionar un servicio eficiente, le rogamos que haga una cita antes de acudir a la oficina para información y ayuda.

Simplemente llame al: 1-847-742-0900
O, gratuito: 1-866-828-0900

Invierno, 2011

Desde niños a adultos ...

¡La atención al bienestar funciona!

¡Comience el día con un desayuno!

Un desayuno saludable prepara a los niños para un día escolar atareado. Usted no puede arrancar un automóvil con el tanque vacío, y lo mismo le sucede al cuerpo. Un desayuno saludable le da combustible al organismo y lo impulsa a comenzar el día. Esfuércese por lograr un desayuno que contenga una variedad de alimentos tales como alimentos integrales, de proteínas bajas en grasa o fuentes lácteas y fruta. Las personas que consumen un desayuno saludable tienen como beneficios:



- Consumir más vitaminas y minerales y menos grasas y colesterol
- Adquirir más fuerza y resistencia
- Mejorar la concentración y productividad a lo largo de la mañana
- Controlar el peso y el apetito

Cuando usted se alimenta con un desayuno saludable, impulsa su energía y se predispone para una alimentación más sana para el resto del día.



¡Los adultos también necesitan un descanso!

Centro nacional para prevención de enfermedades y promoción de la salud.

Si usted ha permanecido inactivo por un tiempo, intente encontrar tiempo para dedicarlo a la actividad física, aunque sean 10 minutos. Eche un vistazo a las siguientes sugerencias:

- Baile con música
- Realice caminatas recreativas con sus amigos del trabajo
- Juegue con sus hijos o mascotas en el parque
- Realice tiros al aro de básquet con amigos
- Patine sobre hielo o con rollers
- Suba las escaleras en vez de tomar el ascensor o la escalera mecánica



Programe sus monitoreos — Sociedad Americana del Cáncer.

Si usted es un hombre mayor de 50 años, incorpore un monitoreo de cáncer de próstata a la próxima lista de controles. La tasa de supervivencia de 5 años para el cáncer de próstata detectado en las etapas iniciales es casi del 99%, por este motivo, el examen de monitoreo es un paso importante para prevenir la enfermedad.

Los hombres más jóvenes con mayor riesgo — los hombres afroamericanos o aquellos con antecedentes familiares importantes de la enfermedad — pueden comenzar los monitoreos a una edad más temprana.

Para las mujeres, nada es más importante que el examen de la mujer sana, que incluye una historia clínica y un examen físico. La mamografía y el papanicolau pueden detectar el cáncer de manera temprana, cuando es más fácil de tratar. El cáncer de ovario puede no presentar síntomas en las primeras etapas, por eso es importante hablar de los factores de riesgo con su médico.

Hable con su médico acerca del programa de monitoreo que es conveniente para usted.



La Oficina del Fondo estará cerrada en los siguientes DÍAS FESTIVOS:

El Día de Acción de Gracias
Jueves, 24 de noviembre de 2011
Viernes, 25 de noviembre de 2011



Nochebuena y Navidad
Viernes, 23 de diciembre de 2011
Lunes, 26 de diciembre de 2011



Año Nuevo
Viernes, 30 de diciembre de 2011
(cierra al mediodía)
Lunes,
2 de enero de 2012



Beneficios familiares suplementarios ...

Una suma extra para los gastos inmediatos.

Si usted o su familiar dependiente incurren en gastos inmediatos necesarios para gastos médicos cubiertos, que no sean gastos deducibles o inmediatos por un servicio o suministro que no se encuentre previsto por el Plan, puede recibir un reembolso de los gastos conforme al Beneficio Familiar Suplementario.

Los gastos susceptibles de ser cubiertos por el Beneficio incluyen gastos médicos, medicación prescrita, gastos odontológicos y oftalmológicos que usted o su familiar dependiente realice y que sean deducibles conforme al artículo 213(d) del Código Tributario de los Estados Unidos (Internal Revenue Code).

El monto de sus Beneficios Familiares Suplementarios se basa en sus años de servicio con el Fox Valley Laborers Health and Welfare Fund:



Años de servicio:	Máximo por año calendario:
• Menos de 10	\$1.000 por familia
• 10 – 19	\$1.500 por familia
• 20 – 29	\$2.000 por familia
• 30 o más	\$2.500 por familia

• Menos de 10	\$1.000 por familia
• 10 – 19	\$1.500 por familia
• 20 – 29	\$2.000 por familia
• 30 o más	\$2.500 por familia

“No es la longitud de la vida, sino la profundidad de la vida”.

Ralph Waldo Emerson

La cobertura se extiende a los hijos adultos que califiquen.

A partir del 1º de junio de 2011, la cobertura para los hijos dependientes y elegibles se extendió a los hijos adultos de hasta 26 años, sin importar si califican como dependientes tributarios, si residen con el participante, si son estudiantes, están casados o si poseen empleo. Sin embargo, los hijos adultos no son aptos para gozar de la cobertura extendida si son elegibles para entrar en un plan de salud promocionado por el empleador (diferente del plan de salud grupal de sus padres), ya sea a través de su empleo o el de su cónyuge.



Se considera a los hijos dependientes como los hijos desde el nacimiento hasta su cumpleaños número 26 que son:

- sus hijos naturales o adoptados legalmente o que se encuentren bajo su guarda legal para adopción, o

- los hijos naturales o adoptados legalmente de su cónyuge o niños de los cuales usted fue nombrado guardián legal (debe presentarse prueba de la guarda legal a la oficina administrativa), o
- hijos para los cuales existe una Orden de Apoyo Médico Calificado Infantil que indica que la cobertura médica está a su cargo (debe presentarse prueba de esta orden a la Oficina Administrativa), o
- los hijos de 26 años o más que dependen de usted económicamente y quienes se encuentren incapacitados totalmente o de manera permanente debido a una discapacidad física o mental y que son incapaces de mantenerse a si mismos (la incapacidad debe comenzar antes de que el hijo cumpla 26 años y mientras se encuentre cubierto por el Fondo).

¿Se ha mudado?

Para recibir cualquier beneficio adeudado, es importante que mantenga informada a la Oficina del Fondo respecto de su dirección actual. Para cambiar la credencial de domicilio forma al 1-866-828-0900.

!!! Felicitaciones!!!

¡Felicitaciones a Mildred Cruz, Representante de atención al cliente, y a su esposo Isaiah Neumann, por la llegada de Isaiah Nathanlee Neumann, Jr, quien nació el 8 de octubre y pesó 8 libras, 4 onzas y midió 21 pulgadas!



En memoria de nuestros participantes del Plan.



**Extendemos nuestro más sentido pésame
a sus familias.**

PARTICIPANTES	EDAD	LOCAL	FECHA FALLECIDO
Adams, Clifton D.	86	582	2/11/2011
Basic, Sava	26	149	1/30/2011
Boles Sr, Riley Burt	73	582	4/2/2011
Carrabza, Andres	46	149	3/8/2011
Chidester, Dennis J.	65	582	8/1/2011
Diedrich, Alfred F.	91	1035	2/10/2011
Duthorn, George A.	58	1035	12/12/2010
Ecobar, Hector	43	1035	12/15/2010
Evans, Joseph E.	73	1035	12/17/2010
Foster, James C.	52	1035	7/11/2011
Geraci, Sam	62		3/17/2011
Goers, Donald G.	85	582	5/24/2011
Halbert, Ophelia	85		8/25/2011
Homeyer, Michael E.	23	582	10/5/2011
Keller, Vincent P.	50	1035	5/20/2011
Kellerman, Cynthia K.	62		3/30/2011
Kush, Anthony M.	50	582	9/11/2011
Lanham Jr, Thomas G.	32	149	5/6/2011
Moore Jr, John D.	52	582	8/26/2011
Morales, Martin		96	5/13/2011
Newman, James F.	77	149	11/5/2010
Odierno, Norma	86	582	3/1/2011
Rasmussen, Barbara J.	67		4/15/2011
Richardson, Paul	73	582	7/16/2011
Ruffolo, Michele C.	75	582	4/27/2011
Stalo, James R.	54	582	12/29/2010
Torres, Michael J.	61	149	8/12/2011
Walton, Robert	81	149	1/25/2011
Windisch, Jeffrey L.	32	582	2/27/2011

¡Importante! Revise sus Informes de Estado



¿Cómo sabe si se están abonando los beneficios adicionales en su nombre? Revise su informe trimestral de estado. Este informe brinda una lista mensual del número de horas remitidas en su nombre y a cargo de qué empleador. Debido a que se trata de un informe trimestral, solamente refleja las hojas procesadas realmente por la Oficina del Fondo dentro de los tres meses anteriores, incluídas las horas retrasadas. Este informe generalmente se envía en los meses de diciembre, marzo, junio y septiembre.

¡Conserve sus recibos de sueldo! Son muy importantes para usted. Cuando reciba su estado trimestral, lo primero que debe hacer es revisar para asegurarse que los beneficios adicionales hayan sido pagos conforme a todas las horas trabajadas.

¿No puede encontrar su informe de estado trimestral? No se preocupe, el 11 de agosto de 2011 la Oficina del Fondo le envió su Informe Anual de Estado de Pensión. Este informe brinda la misma información que el informe de estado trimestral pero correspondiente al año entero. De este modo, usted tiene la posibilidad de echar otro vistazo. Si usted no recibió su Informe Anual de Estado de Pensión, contacte a la Oficina del Fondo.

¿Qué sucede si los recibos de sueldo no coinciden con el informe de estado? Contacte inmediatamente a la Oficina del Fondo para informar las horas que no figuran. Se le solicitará que presente copias de sus recibos de sueldo, una descripción del trabajo realizado y el lugar de trabajo. Una vez que obtengamos estas copias, podremos determinar el número que se adeuda y proceder con el cobro.

Recuerde sus credenciales de identificación.

Es muy importante para usted presentar su credencial de elegibilidad cuando reciba servicios médicos u odontológicos, y/o obtenga sus medicamentos prescritos en la farmacia. Al ser un miembro elegible del Fondo de Bienestar usted recibe dos credenciales de elegibilidad – BlueCross BlueShield y Caremark. Estas credenciales lo identifican como miembro del Fondo. Para evitar retrasos en el procesamiento de sus beneficios, usted debe siempre presentar lo credencial de identificación BlueCross BlueShield para citas médicas y odontológicas; o su credencial de identificación Caremark cuando obtenga sus medicamentos prescritos en la farmacia.

