



BENEFIT MATTERS

BOSTON EDITION

December
Diciembre
2017

PREVENTIVE CARE

Screening tests catch problems early

Be sure to get regular checkups and all of the screening tests that your doctor says are appropriate for you, based on your gender, age and health history. Catching a health problem early can save your life. Your doctor will order the screening tests you need. You do not have a co-pay for these preventive screenings.

Some common screening tests are:

- For heart health: cholesterol and blood pressure
- To detect colon cancer: colonoscopy

[Continued inside](#)



CUIDADOS PREVENTIVOS

Las pruebas de detección descubren problemas a tiempo

Asegúrese de hacerse chequeos con regularidad y todas las pruebas de detección que su médico considere apropiadas para usted según su sexo, edad e historia médica. Detectar un problema de salud a tiempo puede salvarle la vida. Su médico ordenará las pruebas que necesite. Usted no tiene que hacer ningún copago por estas pruebas preventivas.

Algunas pruebas de detección comunes son:

- Para la salud del corazón: colesterol y presión arterial
- Para detectar el cáncer de colon: colonoscopia

[Continúa adentro](#)

TIP OF THE MONTH

Free flu shots

Pharmacies in the CVS Caremark network – which include CVS, Duane Reade, Rite Aid, Target, Walgreens and independent pharmacies – offer free flu shots. You do not need an appointment, but be sure to bring your CVS Caremark ID card and a valid photo ID. Call CVS Caremark at 877-765-6294 to find a pharmacy near you that offers the vaccine.

CONSEJO DEL MES

Vacunas gratis contra la flu

Las farmacias de la red CVS Caremark – que incluyen CVS, Duane Reade, Rite Aid, Target, Walgreens y farmacias independientes – ofrecen vacunas gratis contra la flu. No hay que pedir cita, pero lleve su tarjeta de CVS Caremark y un ID válido con foto. Llame a CVS Caremark al 877-765-6294 para encontrar la farmacia más cercana que ofrezca la vacuna.



FOR MORE ABOUT YOUR HEALTH PLAN
CALL MEMBER SERVICES at
800-551-3225 or visit www.32bjfunds.org
or email benefitmatters@32bjfunds.com



PARA SABER MÁS SOBRE SU PLAN DE SALUD,
LLAME A SERVICIOS A AFILIADOS, al 800-551-3225,
visite www.32bjfunds.org o escriba por email a
benefitmatters@32bjfunds.com

Screening tests catch problems early

Continued from the front

- For women, to detect cancer: mammogram, Pap and HPV tests
- For men, to detect cancer: a physical exam of the prostate and other tests your doctor considers necessary.

TEST CO-PAYS

Did you know that you have \$0 co-pay when you get an X-ray in an in-network, independent, free-standing, non-hospital owned facility, but that you have a \$75 co-pay when you get an X-ray in the hospital outpatient setting? To find an X-ray facility near you where you have no co-pay, call Member Services at 800-551-3225.



DENTAL HEALTH MATTERS

Health professionals recommend that you see your dentist and dental hygienist regularly for a teeth cleaning

and an examination. Regular dental checkups and cleanings are important to your overall well-being – and poor oral health has been linked with chronic diseases, like diabetes and heart disease. When you see a dentist who participates in your Delta Dental plan, there is no cost to you for your regular exam and cleaning.

5 BENEFITS OF THE 5 STAR WELLNESS PROGRAM

A 5 Star Center is the best place to get your health care. Your 32BJ health insurance not only covers all of your costs (your co-pay is always \$0 at a 5 Star Center), you always get attentive care and you have access to special programs to help you be your healthiest.

The 5 Star Wellness Program is an important feature of 5 Star Center care. This program is designed to help 32BJ members and their family with certain chronic conditions be their healthiest. The 5 Star Wellness Program is for people who have asthma, COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease), diabetes, heart disease, hypertension, PAD (Peripheral Artery Disease) and those who have had a stroke.



BENEFITS OF THE 5 STAR WELLNESS PROGRAM INCLUDE:

1. Attentive care through a program that is just for 32BJ members and their family.
2. Lower co-pays on your prescriptions (\$5 co-pay for a 30-day supply; \$10 for a 90-day supply).
3. Your own 5 Star representative to help you make appointments and manage your health.
4. Coordinated care with your 5 Star Center doctor and your own health-care team.
5. Free medical supplies through Edgepark Medical Supplies.

Please note that when you sign up for the 5 Star Wellness Program, you commit to getting all of your primary care at your 5 Star Center.

BENEFIT CHANGE

New LiveHealth Online co-pay

Effective January 1, 2018, your co-pay for using LiveHealth Online will be \$40. LiveHealth Online is a way to have a face-to-face visit with a doctor via your computer, tablet or smartphone when your primary care doctor is not available.

It has happened to almost everybody. It's the holidays or late on a weekend night and you're sick and feeling rotten. It's not an emergency, but you do need to speak to a doctor and cannot reach your own. LiveHealth Online is your benefit for times like these.

LiveHealth Online doctors are available 24/7, every day of the year. They can diagnose, treat and, if state regulations allow, prescribe medications. You can call from home or when you're traveling.

To use LiveHealth Online, go to www.livehealthonline.com, download the app and follow the instructions. You will have to pay your \$40 co-pay with a credit card before talking to a doctor.

Las pruebas de detección descubren problemas a tiempo

Viene de la portada

- Para detectar cáncer en mujeres: mamografía, citología (Pap) y HPV
- Para detectar cáncer en hombres: examen físico de la próstata y otras pruebas que el médico considere necesarias.

COPAGOS POR LAS PRUEBAS

¿Sabía que su copago es de \$0 si le hacen una radiografía en un centro independiente de la red que no pertenezca a un hospital, pero que tendría un copago de \$75 si se la hacen

en un hospital de consultas externas? Para encontrar un centro de radiografías cercano sin copagos, llame a Servicios a Afiliados al 800-551-3225.

LA SALUD DENTAL ES IMPORTANTE

Los profesionales de la salud recomiendan visitar a un dentista e higienista bucal con regularidad para que le hagan una limpieza y un examen dental. Las revisiones y limpiezas dentales son importantes para su bienestar general, y la falta de salud bucal está vinculada a enfermedades

crónicas, como diabetes y cardiopatías. Si va a un dentista que participa en su plan Delta Dental, no tendrá que pagar nada por su examen y limpieza normales.



5 BENEFICIOS DEL PROGRAMA 5 STAR WELLNESS

Un Centro 5 Estrellas es el mejor lugar para recibir sus cuidados médicos. Su seguro de salud 32BJ cubre todos los costos (su copago es siempre de \$0 en un Centro 5 Estrellas) y siempre recibirá cuidados atentos y acceso a programas especiales que le ayudarán a conservar la máxima salud.

El programa 5 Star Wellness es una gran ventaja de los Centros 5 Estrellas. Está diseñado para apoyar al máximo la salud de los afiliados de la 32BJ y sus familiares con ciertas enfermedades crónicas. El programa 5 Star Wellness es para personas con asma, COPD (enfermedad pulmonar obstructiva crónica), diabetes, cardiopatías, hipertensión, PAD (arteriopatía periférica) y para pacientes que hayan sufrido un ictus.

LOS BENEFICIOS DEL PROGRAMA 5 STAR WELLNESS INCLUYEN:

1. Servicios atentos en un programa dedicado en exclusiva a los afiliados de la 32BJ y sus familiares.
2. Copagos más bajos por sus recetas (\$5 por un suministro de 30 días y \$10 por un suministro de 90 días).
3. Su propio representante 5 Estrellas para ayudarle a hacer citas y manejar su salud.
4. Cuidados coordinados con su doctor 5 Estrellas y su propio equipo de salud.
5. Suministros médicos gratis a través de Edgepark Medical Supplies.

Recuerde que al inscribirse en el programa se comprometerá a recibir todos sus cuidados primarios en su Centro 5 Estrellas.

CAMBIO EN LOS BENEFICIOS

Nuevo copago para LiveHealth Online

Desde el 1 de enero de 2018, su copago por usar LiveHealth Online será de \$40. LiveHealth Online sirve para hacer una consulta cara a cara con un doctor a través de su computadora, tablet o smartphone cuando su médico de atención primaria no esté disponible.

Casi todos nos hemos visto en una situación así, un día festivo o fin de semana por la noche en que caemos enfermos y nos sentimos mal. No es una emergencia, pero necesitamos hablar con un médico y el nuestro no está disponible. LiveHealth Online es su beneficio ideal para estos casos.

LiveHealth Online cuenta con médicos las 24 horas todos los días del año, que pueden diagnosticarle, ponerle un tratamiento y, si las regulaciones del estado lo permiten, prescribirle una medicación. Puede llamarlos desde su casa o mientras está de viaje.

Para usar LiveHealth Online, vaya a www.livehealthonline.com, descargue la app y siga las instrucciones. Deberá abonar su copago de \$40 con una tarjeta de crédito antes de hablar con un médico.



NEWS YOU CAN USE

Family planning

Your health insurance covers many kinds of contraceptives (birth control) at no cost to you when you get them with a prescription from your doctor. Your choices include barrier methods (like diaphragms and sponges), short-acting hormonal methods (like birth control pills), injections (like Depo-Provera), long-acting reversible contraceptives (like IUDs) and emergency contraception (like Plan B).

If you're interested, talk to your doctor about the birth control method that's right for you.



NOTICIAS ÚTILES

Planeamiento familiar

Su seguro de salud cubre muchos tipos de contraceptivos (para evitar el embarazo) sin costo para usted siempre que su médico se los recete. Sus opciones incluyen métodos de barrera (como diafragmas y esponjas), métodos hormonales de acción corta (como las pastillas anticonceptivas), inyecciones (como Depo-Provera), anticonceptivos de acción prolongada reversible (como los IUD) y contraceptivos de emergencia (como Plan B).

Si está interesada, hable con su médico para decidir el mejor método anticonceptivo para usted.



Building Service 32BJ Benefit Funds
25 West 18th Street
New York, NY 10011

NON PROFIT
U.S. POSTAGE
PAID
MVPRINT

5 STAR CENTERS MADE EASY

There are dozens of 5 Star Centers in the Boston area. At a 5 Star Center, you receive the highest quality care and your co-pay is \$0, with your insurance paying 100% of the cost of your doctor's visits.

TO FIND A 5 STAR CENTER NEAR YOU:

- Call Member Services at 877-299-1636
- Email 5StarCenterTeam@32bjfunds.com
- Go to www.32bjfunds.org/health and click on "Find a 5 Star Center Today"
- From your smartphone or tablet, go to www.32bjfunds.org. Click on "5 Star Centers" and enter your zip code or select "By Current Location".



LOS CENTROS 5 ESTRELLAS, MÁS FÁCILES

Hay docenas de Centros 5 Estrellas en el área de Boston. En cualquiera de ellos recibirá cuidados de la máxima calidad y su copago es de \$0: su seguro cubre el 100% del costo de las consultas médicas.

PARA ENCONTRAR UN CENTRO 5 ESTRELLAS CERCANO:

- Llame a Servicios a Afiliados, al 877-299-1636
- Escriba por email a 5StarCenterTeam@32bjfunds.com
- Vaya a www.32bjfunds.org/health (disponible en español) y haga clic en "Encuentre un 5 Star Center hoy mismo"
- Desde su smartphone o tablet, vaya a www.32bjfunds.org. Haga clic en "5 Star Centers" e ingrese su código zip o seleccione "Por Ubicación Actual".