

BENEFITS QUARTERLY NEWSLETTER: NEW YEAR'S 2026

UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania

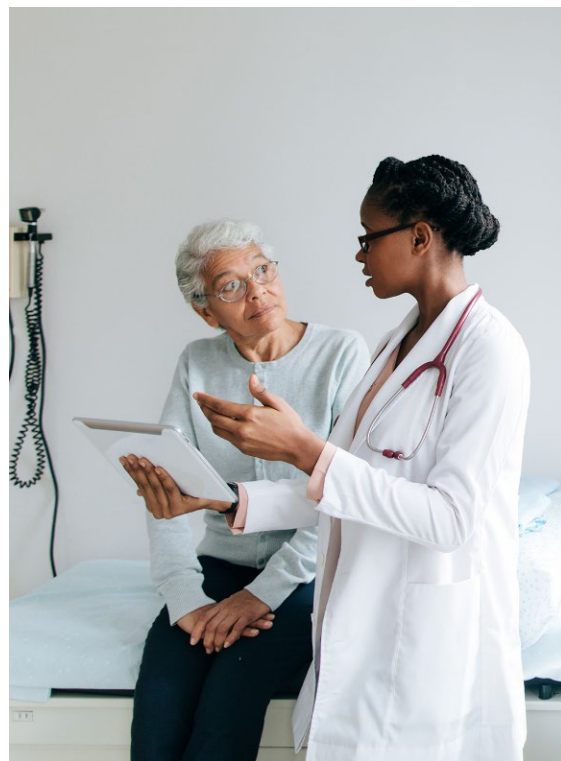
YOUR COLONOSCOPY IS COVERED!

If you're between the ages of 45 and 75, doctors recommend scheduling a colonoscopy approximately every ten years.¹ Fortunately, with the disability benefits offered through the UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania ("Fund"), scheduling a colonoscopy is easy.

Eligible participants may receive disability pay for many procedures requiring anesthesia, including colonoscopies. Simply call the Fund Office at (610) 941-9400 ext. 125 prior to your appointment to confirm your eligibility.

NOTE: Your procedure must be performed on one of your regularly scheduled workdays to receive disability pay. Additionally, this benefit only applies to the day of your colonoscopy, not for any prep days beforehand.

¹ According to the Independence Blue Cross, <https://insights.ibx.com/when-to-get-colonoscopy/>



ARE YOU UP TO DATE ON YOUR PREVENTIVE SCREENINGS?

Instead of New Year's resolutions, stay on top of your health in 2026 by scheduling important preventive screenings. In addition to your colonoscopy, make sure you're up to date on the following screenings.

FOR WOMEN	FOR MEN
Pap Smear (Every 3 years for women age 21 or older)	Prostate Cancer Screening (Annually for men age 45 or older with family history)
Mammogram (Every one to two years for women age 40 or older)	Colorectal Screening (Annually for men age 45 or older)

*Certain restrictions may apply. Your enrollment is subject to your continued eligibility for benefits and all other Fund rules.

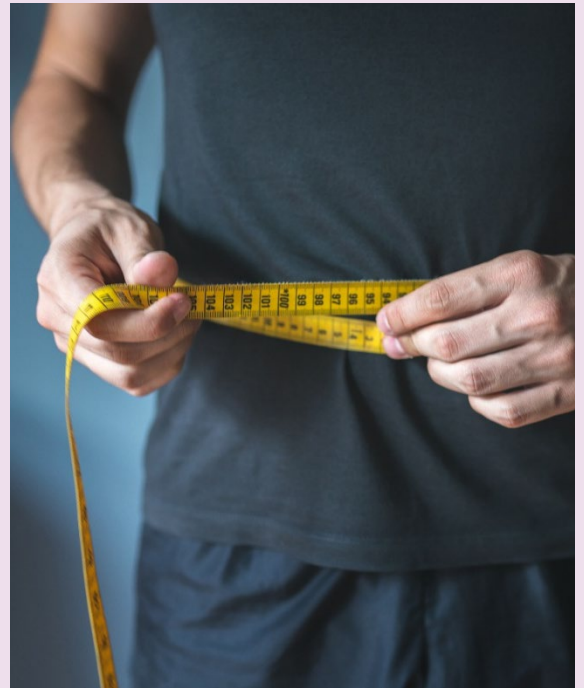
Walton Campus – 3031B Walton Road – Plymouth Meeting, PA 19462 **Phone:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602
www.ufcw1776benefitfunds.org

NUTRITIONIST VISITS AVAILABLE THROUGH YOUR PROVIDER

The new year offers a fresh start to improve healthy habits. If you're planning to make changes to your diet this year, consider starting by visiting with a licensed nutritionist and/or dietician.

The Fund offers participants a minimum of six preventive care visits per year to an in-network nutritionist. Whether you're hoping to manage your Type 2 Diabetes, have a family history of cardiovascular issues, or simply want to lose some weight, a nutritionist can be a great start!

NOTE: For those with Geisinger Health Plan, you may need a referral from your primary care physician to ensure your visit is covered.



PRESCRIPTIONS SENT DIRECTLY TO YOUR DOOR

Skip the line at the pharmacy and receive medication shipped directly to your home address! The Fund offers several different mail order prescription services depending on your employer. Find your employer in the table below and use the corresponding mail order pharmacy provider's contact information to start filling your prescriptions.

Geisinger	 Remote Xpress Distribution Network MAIL ORDER PHARMACY	 OPTUMRx®	HIGHMARK 
Jushi Holdings ISH Health Services	Hanover Foods Knouse Foods Wise Foods ShopRite Village Supermarkets	Schott North America ShopRite Liberty/Monticello	Empire Kosher
Learn more about Geisinger's mail order pharmacy at www.geisinger.org/pharmacy/mail-order-pharmacy	Learn more about RxDN's mail order pharmacy options at www.rxdn.com	Learn more about OptumRx's mail order pharmacy at www.optumrx.com	Learn more about Highmark's mail order pharmacy at www.highmark.com/resources/answers/faq/home-prescription-delivery

*Certain restrictions may apply. Your enrollment is subject to your continued eligibility for benefits and all other Fund rules.

Walton Campus – 3031B Walton Road – Plymouth Meeting, PA 19462 **Phone:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602
www.ufcw1776benefitfunds.org

BOLETÍN TRIMESTRAL DE BENEFICIOS: AÑO NUEVO 2026

UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania

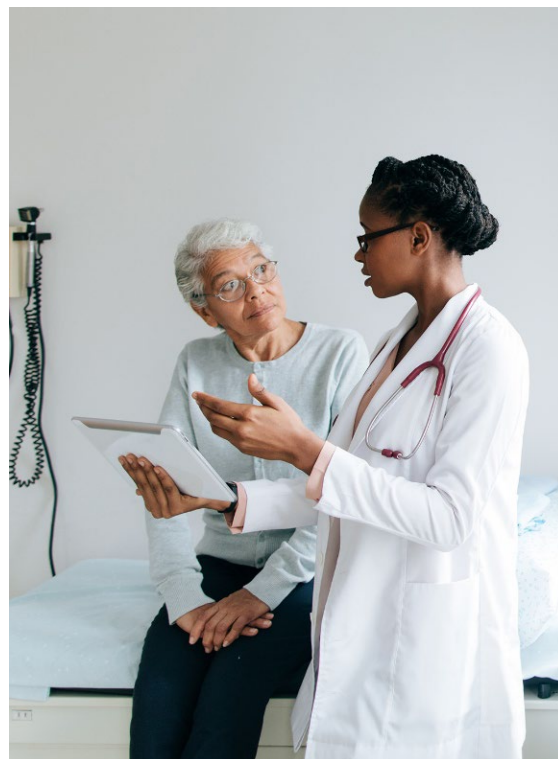
¡TU COLONOSCOPIA ESTÁ CUBIERTA!

Si tienes entre 45 y 75 años, los médicos recomiendan programar una colonoscopia aproximadamente cada diez años.¹ Afortunadamente, con los beneficios por discapacidad ofrecidos a través del Fondo de Salud y Bienestar del Noreste de Pensilvania ("Fundo"), programar una colonoscopia es sencillo.

Los participantes elegibles pueden recibir una indemnización por discapacidad por muchos procedimientos que requieren anestesia, incluidas las colonoscopias. Simplemente llama a la Oficina del Fondo al (610) 941-9400 ext. 125 antes de tu cita para confirmar tu elegibilidad.

NOTA: Su procedimiento debe realizarse en uno de sus días laborales programados habitualmente para recibir la prestación por discapacidad. Además, este beneficio solo se aplica al día de la colonoscopia, no a los días de preparación previos.

¹Según la Cruz Azul de la Independencia, <https://insights.ibx.com/when-to-get-colonoscopy/>



¿ESTÁS AL DÍA CON TUS REVISIONES PREVENTIVAS?

En lugar de propósitos de Año Nuevo, mantente al día de tu salud en 2026 programando revisiones preventivas importantes. Además de la colonoscopia, asegúrate de estar al día con las siguientes revisiones.

PARA MUJERES	PARA HOMBRES
Papanicolaou (Cada 3 años para mujeres de 21 años o más)	Cribado de cáncer de próstata (Anualmente para hombres de 45 años o más con antecedentes familiares)
Mamografía (cada uno o dos años para mujeres de 40 años o más)	Cribado colorrectal (anualmente para hombres de 45 años o más)

*Pueden aplicarse ciertas restricciones. Tu inscripción está sujeta a tu elegibilidad continua para los beneficios y a todas las demás normas del Fondo.

Walton Campus – 3031B Walton Road – Plymouth Meeting, PA 19462 **Phone:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602
www.ufcw1776benefitfunds.org

VISITAS AL NUTRICIONISTA DISPONIBLES A TRAVÉS DE TU PROVEEDOR

El nuevo año ofrece un nuevo comienzo para mejorar hábitos saludables. Si planeas hacer cambios en tu dieta este año, considera empezar visitando a un nutricionista o dietista titulado.

El Fondo ofrece a los participantes un mínimo de seis visitas de atención preventiva al año a un nutricionista dentro de la red. Tanto si quieres controlar tu diabetes tipo 2, tienes antecedentes familiares de problemas cardiovasculares o simplemente quieres perder peso, ¡un nutricionista puede ser un excelente comienzo!



NOTA: Para quienes tienen el Plan de Salud Geisinger,

RECETAS ENVIADAS DIRECTAMENTE A TU PUERTA

¡Evita la cola en la farmacia y recibe la medicación directamente a tu domicilio! El Fondo ofrece varios servicios diferentes de recetas por correo según tu empleador. Encuentra a tu empleador en la tabla siguiente y utiliza la información de contacto del proveedor de farmacia correspondiente para empezar a surtir tus recetas.

			
Jushi Holdings ISH Health Services	Hanover Foods Knouse Foods Wise Foods ShopRite Village Supermarkets	Schott North America ShopRite Liberty/Monticello	Empire Kosher
Más información sobre la farmacia por correo de Geisinger en www.geisinger.org/pharmacy/mail-order-pharmacy	Obtén más información sobre las opciones de farmacias por correo de RxDN en www.rxdn.com	Más información sobre la farmacia de pedidos por correo de OptumRx en www.optumrx.com	Más información sobre la farmacia por correo de Highmark en www.highmark.com/resources/answers/faq/home-prescription-delivery

*Pueden aplicarse ciertas restricciones. Tu inscripción está sujeta a tu elegibilidad continua para los beneficios y a todas las demás normas del Fondo.

Walton Campus – 3031B Walton Road – Plymouth Meeting, PA 19462 **Phone:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602
www.ufcw1776benefitfunds.org