

BENEFITS QUARTERLY NEWSLETTER: WINTER 2025

UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania

NEW FERTILITY BENEFITS WITH PROGNYN

The UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania (“Fund”) is now offering fertility benefits with our partners at Progyny. Progyny is a transformative fertility and women’s health benefits solution offering access to top fertility specialists and unlimited concierge support. With Progyny, you can get help at every stage of your fertility journey with options extending to same-sex couples.

Start building your family with comprehensive treatment coverage, fertility medication coverage, and donor tissue coverage for egg and sperm tissue purchase. Call Progyny at (833) 233-0031 to learn more about your options.



CHILDREN’S DENTAL HEALTH

February is National Children’s Dental Health Month. Oral hygiene is important even for baby teeth, as they can stay in your child’s mouth for up to ten years.

Furthermore, tooth decay can affect a child’s speech, chewing, and smiling. Baby teeth may be tiny, but they can have a big impact on your child’s health and quality of life.

But when should you take a child to their first dentist visit? And how often should your kids brush their baby teeth? The American Dental Association recommends the following:

- Prior to teething, wipe your baby’s gums twice a day with a soft, clean cloth in the morning after the first feeding and right before bed. This wipes away cavity-causing bacteria.
- Infants should visit the dentist before their first birthday to spot problems early.
- As soon as you see a first tooth, begin brushing twice a day. Supervise children under six-years-old, making sure they use a pea-sized dollop of toothpaste and always spit rather than swallow.

*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.ufcwbenefitfunds.org



FIND CANCER RESOURCES NEAR YOU

Battling cancer takes a team. The American Cancer Society can help you find community resources in your area to build the support network you need. Programs include:

- Financial assistance programs
- Wig programs
- Local support groups
- Counseling services
- Ground transportation services
- Wellness programs
- Smoking cessation/prevention programs

To search for resources in your area:

- 1) Visit cancer.org
- 2) Click on “Programs & Services”
- 3) Select “Resource Search”
- 4) Type in a keyword and your ZIP code
- 5) Click “Search”

AMERICAN HEART MONTH

Did you know only half of U.S. adults treated for high blood pressure take their medication as recommended?² This February, take advantage of the benefits offered to you through the Fund to ensure you are using the medication you need to protect your health. Your heart will thank you!

Friendly reminder: Make sure to always show your Prescription Drug ID card at the pharmacy to obtain coverage through the Fund.

² Ho PM, Bryson CL, Rumsfeld JS. [Medication adherence: its importance in cardiovascular outcomes](#). *Circulation*. 2009;119(23):3028–3035.



If you’ve recently been put on blood pressure medication, don’t forget to ask your doctor the following:

- 1) What time of day should I take my blood pressure medicine?
- 2) Should I take it with or without food?
- 3) What should I do if I forget to take my blood pressure medicine?

*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.ufcwbenefitfunds.org

BENEFICIOS BOLETÍN TRIMESTRAL: INVIERNO 2025

UFCW Health and Welfare Fund of Northeastern Pennsylvania

NUEVOS BENEFICIOS PARA LA FERTILIDAD CON PROGNY

El Fondo de Salud y Bienestar de UFCW Local 1776 y los Empleadores Participantes ("Fondo") ahora ofrece beneficios de fertilidad con nuestros socios en Progyny. Progyny es una solución transformadora de beneficios para la fertilidad y la salud de la mujer que ofrece acceso a los mejores especialistas en fertilidad y soporte de conserjería ilimitado. Con Progyny, puede obtener ayuda en cada etapa de su viaje de fertilidad con opciones que se extienden a parejas del mismo sexo.

Comience a formar su familia con una cobertura integral de tratamiento, cobertura de medicamentos para la fertilidad y cobertura de tejido de donante para la compra de óvulos y espermatozoides. Llame a Progyny al (833) 233-0031 para obtener más información sobre sus opciones.



SALUD DENTAL DE LOS NIÑOS

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. La higiene bucal es importante incluso para los dientes de leche, ya que pueden permanecer en la boca de su hijo hasta por diez años.

Además, la caries dental puede afectar el habla, la masticación y la sonrisa de un niño. Los dientes de leche pueden ser pequeños, pero pueden tener un gran impacto en la salud y la calidad de vida de su hijo.

Pero, ¿cuándo se debe llevar a un niño a su primera visita al dentista? ¿Y con qué frecuencia deben cepillarse los dientes de leche sus hijos? La Asociación Dental Americana recomienda lo siguiente:

- Antes de la dentición, limpie las encías de su bebé dos veces al día con un paño suave y limpio por la mañana después de la primera alimentación y justo antes de acostarse. Esto elimina las bacterias que causan caries.
- Los bebés deben visitar al dentista antes de su primer cumpleaños para detectar los problemas a tiempo.
- Tan pronto como vea un primer diente, comience a cepillarse dos veces al día. Supervise a los niños menores de seis años, asegurándose de que usen una porción de pasta dental del tamaño de un guisante y que siempre escupan en lugar de tragar.

*Es posible que se apliquen ciertas restricciones. Su inscripción está sujeta a su elegibilidad continua para los beneficios y todas las demás reglas del Fondo.

Campus de Walton - 3031B Walton Road - Reunión de Plymouth, PA 19462 **Teléfono:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602

www.ufcw1776benefitfunds.org



ENCUENTRE RECURSOS CONTRA EL CÁNCER CERCA DE USTED

La lucha contra el cáncer requiere un equipo. La Sociedad Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society) puede ayudarle a encontrar recursos comunitarios en su área para construir la red de apoyo que necesita. Los programas incluyen:

- Programas de asistencia financiera
- Programas de pelucas
- Servicios de asesoramiento
- Servicios de transporte terrestre
- Programas de bienestar
- Programas para el sece/prevensión de fumar

Para buscar recursos en su área:

1. Visita cancer.org
2. Selecciona "Español" en la esquina superior izquierda
3. Haga clic en "Programas y servicios"
4. Seleccione "Explorar programas y servicios"

MES AMERICANO DEL CORAZÓN

¿Sabías que solo la mitad de los adultos estadounidenses tratados por presión arterial alta toman sus medicamentos según las recomendaciones?¹ Este mes de febrero, aproveche los beneficios que se le ofrecen a través del Fondo para asegurarse de que está utilizando los medicamentos que necesita para proteger su salud. ¡Tu corazón te lo agradecerá!

Recordatorio amistoso: Asegúrese de mostrar siempre su tarjeta de identificación de medicamentos recetados en la farmacia para obtener cobertura a través del Fondo.

¹Ho PM, Bryson CL, Rumsfeld JS. [Medication adherence: its importance in cardiovascular outcomes](#). *Circulation*. 2009;119(23):3028–3035.



Si recientemente te recetaron medicamentos para la presión arterial, no olvides preguntarle a tu médico lo siguiente:

- 1) ¿A qué hora del día debo tomar mi medicamento para la presión arterial?
- 2) ¿Debo tomarlo con o sin alimentos?
- 3) ¿Qué debo hacer si olvido tomar mi medicamento para la presión arterial?

*Es posible que se apliquen ciertas restricciones. Su inscripción está sujeta a su elegibilidad continua para los beneficios y todas las demás reglas del Fondo.

Campus de Walton - 3031B Walton Road - Reunión de Plymouth, PA 19462 **Teléfono:** 610-941-9400 **Fax:** 610-941-9602

www.ufcw1776benefitfunds.org