



BENEFITS BULLETIN

Official Publication of the
Cement Masons and
Plasterers Health and
Welfare and Pension Fund

The Life Connection (TLC) program

The Cement Masons and Plasterers Health and Welfare Fund is proud to announce an enhancement of the current Employee Assistance Program (EAP) offered to members. It is provided by Behavioral Healthcare Options and is called The Life Connection (TLC).

The Life Connection is available to all eligible Trust Fund participants and their family members at no additional cost.

What is TLC?

The Trust Fund understands that participants, at times, can experience personal concerns and situations that may impact their work performance. The TLC program offers services beyond EAP counseling to help address these concerns and find solutions.

A variety of resources are available to those who choose to participate in the program. One-on-one counseling, telephone counseling, training, wellness seminars and online resources are all ways participants can take charge of their own wellbeing.

What can I discuss?

Participants can discuss a variety of personal issues with a counselor. These include:

- anxiety and depression
- emotional/personal conflicts
- grief and loss

(Please see next page)



BeneSys Administrators
4240 W. Flamingo Rd., Suite 200
Las Vegas, NV 89103



PRSR STD
U.S. Postage
PAID
Las Vegas, NV
Permit No. 438

Benefits Bulletin is the quarterly publication of the Cement Masons and Plasterers Health and Welfare and Pension Fund. Each issue will inform Fund participants about new developments and help them make the best use of their medical benefits.

The Life Connection (TLC) program

(Continued from front page)

- managing stress and change
- marital conflicts
- parenting
- alcohol and drug abuse
- work performance
- anger management

Counseling over the phone is limited to the following issues:

- **Child care:** Assistance with referrals to licensed child care facilities.
- **Elder care:** Assistance with referrals to licensed elder-care facilities, as well as in-home or agency care for aging family members.
- **Financial consultation:** Advisors are available for assistance in financial planning, debt counseling, investments or tax consultation.
- **Legal consultation:** Licensed/certified attorneys are available to

answer legal questions and can refer you to local attorneys for further assistance.

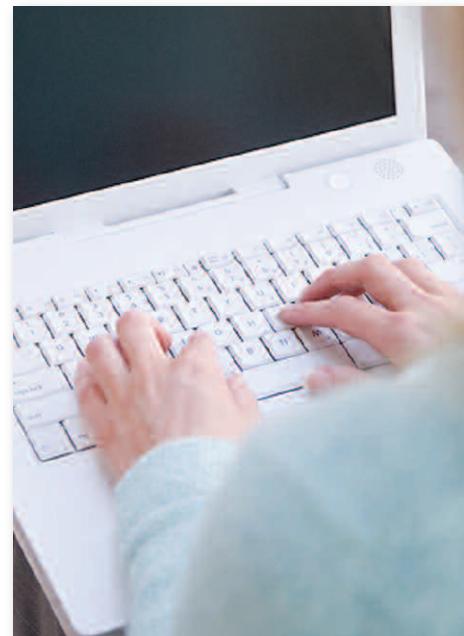
All counseling is **strictly confidential**. Information will not be shared with a participant's union or employer.

What is available online?

To take advantage of online resources, visit www.bhoptions.com, click on "Online Work-Life Resources" and enter your company code. To receive your company code, call Behavioral Healthcare Options at **(800) 280-3782**.

Once online, you'll be able to access thousands of articles and links to wellness information, including videos, audio advice and training materials.

Visitors also can email a consultant directly and use the "assisted search" tool. This enables participants to email specific search criteria so consultants can



prepare information tailored to their needs.

How do I get started?

To arrange a confidential visit with a professional counselor, request a telephone consultation or receive assistance with online resources, call **(800) 280-3782**.

Crisis services through EAP are available 24 hours a day, seven days a week.

The ER should be the last resort

Emergency Rooms exist to help people when they suffer a major traumatic event, like a heart attack, stroke or accident. It is not appropriate to visit an ER for less-serious reasons.

Unfortunately, many people don't use ERs properly. Only a small proportion of ER visits are true emergencies.

The misuse of ERs can be costly for patients and the Fund. The average payment for an ER visit is 11 times higher than for a doctor visit. An ER visit, when there is no emergency, could cost a participant about \$500, compared to a \$15 co-payment for an office visit.

Fortunately, appropriate and affordable care for non-emergencies

is available elsewhere.

When a participant suffers a minor cut or if his or her child has an earache, it's best to call a primary care doctor. Participants who don't have one should act without delay to choose one of the more than 1,000 primary care physicians in the Las Vegas area.

Many Las Vegas doctors offer extended hours and same-day appointments. They also help participants stay up to date on screening tests to help maintain their health. Several pharmacies offer convenient walk-in clinics staffed by nurse practitioners. Urgent Care and Quick Care centers are also available in many locations to take care of more pressing problems.

For more information

Call BeneSys at

(702) 415-2190

Ask for the
Cement Masons and
Plasterers Customer
Service Department.

This newsletter describes particular benefits and does not include all governing provisions, limitations and exclusions. Refer to the Summary Plan Description for governing information. The information in these articles is for general use only and should not be taken as medical advice. In an emergency, you are advised to call 9-1-1.



BENEFITS BULLETIN

Official Publication of the
Cement Masons and
Plasterers Health and
Welfare and Pension Fund

El Programa de La Conexión de Vida (TLC)

El Fondo de Bienestar y Salud de los Albañiles de Cemento y Yeseros se enorgullece en anunciar una mejora del Programa actual de Asistencia al Empleado (EAP) ofrecida a sus miembros. Entregada por las Opciones en el Cuidado de la Salud de la Conducta, el programa se llama La Conexión de Vida (TLC).

La Conexión de Vida está disponible para todos los participantes elegibles del Fondo de Fideicomiso y sus miembros de familia, sin ningún costo adicional.

¿Qué es el TLC?

El Fondo de Fideicomiso entiende que sus participantes, muchas veces, pueden experimentar preocupaciones personales y situaciones que pueden impactar en el desarrollo de sus tareas laborales. El programa TLC ofrece servicios más allá de los servicios consejeros del EAP, para ayudar a resolver estas preocupaciones y encontrar soluciones.

Una variedad de recursos están disponibles para aquellos que elijan participar en el programa. Asesoramiento psicológico individual, asesoramiento psicológico telefónico, entrenamiento y seminarios de bienestar y recursos en Internet, son todas las formas en las que los participantes pueden hacerse cargo de su propio bienestar.

¿De qué temas puedo hablar?

Los participantes pueden discutir una variedad de problemas personales con un consejero psicológico. Estos incluyen:

- ansiedad y depresión
- conflictos personales/emocionales
- duelo y pérdida de un ser querido
- manejo del estrés y el cambio
- conflictos matrimoniales
- ser padres

(Por favor, siga a la próxima página)



Benefits Bulletin es una publicación trimestral del Fondo de Pensión, Asistencia Social y Jubilación de los Albañiles de Cemento y Yeso. Cada ejemplar informará a los participantes del fondo acerca de los nuevos desarrollos y los ayudará a utilizar, de la mejor manera, sus beneficios médicos.

El Programa de La Conexión de Vida (TLC)

(Continúa de la página anterior)

- abuso de alcohol y drogas
- desarrollo en el trabajo
- manejo del temperamento y la ira

El asesoramiento psicológico por teléfono se limita a los siguientes temas:

- **Cuidado de los niños:** Asistencia con derivaciones a instituciones con licencia para el cuidado de los niños.
- **Cuidado de los ancianos:** Asistencia con derivaciones a instituciones con licencia para el cuidado de personas de la tercera edad, al igual que cuidados en el hogar o agencias de cuidado de ancianos para miembros de la familia.
- **Consultas financieras:** Consejeros están disponibles para la asistencia en el planeamiento financiero, consejos en las deudas, inversiones o consultas acerca de los impuestos.
- **Consultas legales:** Abogados licenciados y certificados están disponibles para responder a las preguntas legales y pueden derivarlos a abogados locales para mayor asistencia.

Todas las consejos son **estrictamente confidenciales**. La

información no será compartida con la Unión o el empleador del participante.

¿Qué hay disponible en Internet?

Para aprovechar los recursos en Internet, visite www.bhoptions.com, haga clic en “Recursos en Internet de Trabajo y Vida”, (“Online Work-Life Resources”), e ingrese el código de su compañía. Para recibir el código de su compañía, llame a las Opciones en el Cuidado de la Salud de la Conducta al **(800) 280-3782**.

Una vez que esté en Internet, usted tendrá la posibilidad de acceder a miles de artículos y enlaces a información acerca del bienestar, incluyendo videos, consejos en audio y materiales de entrenamiento.

Los visitantes pueden enviarle a un consultor un correo electrónico directamente y utilizar la herramienta de “búsqueda asistida”. Esto le facilita a los participantes enviar correos electrónicos a criterios de búsqueda específicos para que los consultores puedan preparar información personalizada a sus necesidades.

¿Cómo empiezo?

Para concertar una cita confidencial con un consejero profesional, solicitar una consulta telefónica o recibir asistencia con recursos en Internet, llame al **(800) 280-3782**.

Los servicios para crisis a través del EAP, están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

La Sala de Emergencias debería ser el último recurso

La Sala de Emergencias existe para ayudar a las personas cuando sufren un evento traumático mayor, como un ataque cardíaco, un derrame o un accidente. No es apropiado visitar la Sala de Emergencias por alguna razón menos seria.

Desafortunadamente, muchas personas no utilizan la Sala de Emergencias apropiadamente. Solo una pequeña parte de las visitas ahí son realmente emergencias.

El uso incorrecto de la Sala de Emergencias puede ser costoso para los pacientes y para el Fondo. El pago promedio por una visita a la Sala de Emergencias es 11 veces más alto que una visita al médico. Una visita ahí, cuando no existe una emergencia, puede costarle al participante alrededor de \$500, comparado con un co-pago de \$15 por una visita al doctor.

Afortunadamente, existen otros lugares con acceso a una atención apropiada, a un precio accesible, para los casos que no son emergencias.

Cuando un participante sufre un corte menor o su hijo sufre de un dolor de oído, es mejor llamar a un médico de cabecera. Los participantes que no tienen uno, deberían actuar sin demora para elegir uno de los más de 1,000 médicos en el área de Las Vegas.

Muchos médicos de Las Vegas ofrecen horarios extendidos y citas médicas para el mismo día. Ellos también ayudan a los participantes a estar al día con sus exámenes médicos para mantener la salud. Varias farmacias ofrecen clínicas sin cita con practicantes de enfermería. Los Centros de Urgencias y Cuidados Rápidos están también disponibles, en varios lugares, para solucionar más problemas urgentes.

Para más información

Llame a BeneSys al
(702) 415-2190

Pregunte por el
Departamento de Servicios
al Cliente de los Albañiles
de Cemento y Yeso.

Este boletín informativo describe beneficios particulares y no incluye todas las provisiones reguladoras, limitaciones y exclusiones. Refiérase a la Descripción del Sumario del Plan para las provisiones reguladoras. La información de estos artículos es para uso general solamente y no debería ser tomado como un consejo médico. En una emergencia, a usted se le recomienda que llame al 9-1-1.