



November 2025

Benefits News

This email has been sent by Mercer on OEBB's behalf.

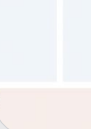
Diabetes Prevention and Care

November is American Diabetes Month. Diabetes has become the fastest-growing chronic disease in the world. It's also the most expensive chronic disease to manage in the U.S. Read on to learn more about how you can help reduce your risk, and how to better manage your condition if already diagnosed.

¡Disponible en español! (Desplácese hacia abajo)

Monthly Benefits Spotlight | Learning for Everyone

Everyone learns differently. That's why we share information in different ways, so you can find what works best for you!



**Connections:
Meet Alex**



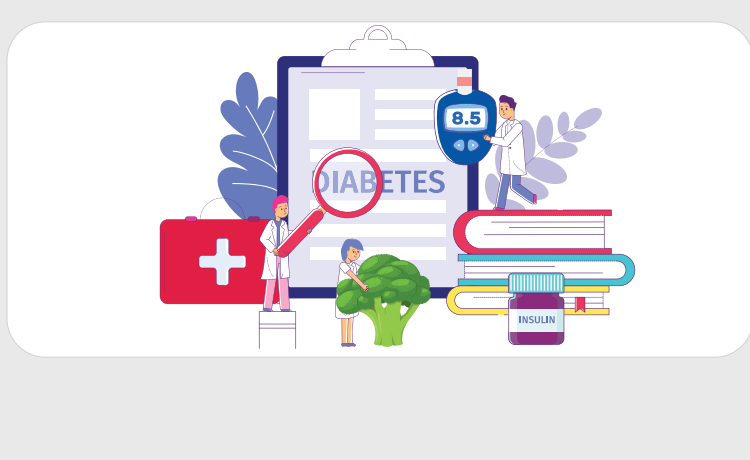
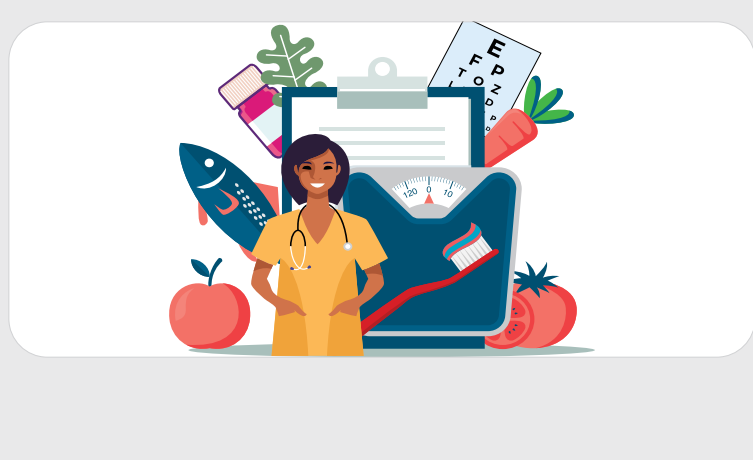
**Health Talks: Diabetes:
The Types and
Treatment Options**



**Diabetes Care and
Support Through Your
Medical Plan**



**Quick Test About Your
Risk for Diabetes**



**Diabetes Care: 10 Ways
to Avoid Complications**

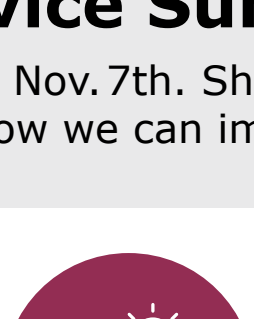
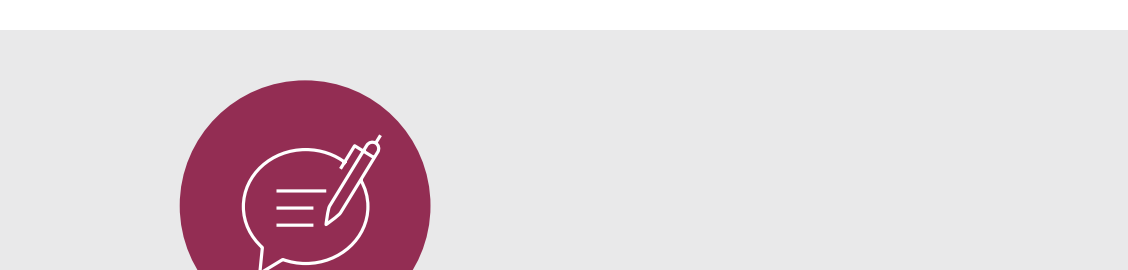


**OEBB's Diabetes
Resources**



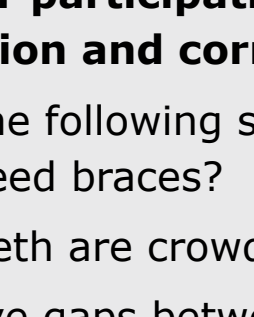
**November
Learning
and Events**

View all
upcoming
events [here](#).



Take the OEBB Customer Service Survey

The survey closes on Nov. 7th. Share your thoughts on OEBB's customer service and how we can improve! Access the survey [here](#).



Share Your Experience

What advice do you have for managing diabetes symptoms?

Click [here](#) to answer the poll question.

The results will appear in the December newsletter.

**Tooth
Trivia Results**



Thanks for participating in October's trivia question! The question and correct answer:

Which of the following signs might indicate that you need braces?

- A** Your teeth are crowded or overlapping.
- B** You have gaps between your teeth.
- C** Your bite feels misaligned (e.g., overbite, underbite).
- D All of the above is correct!**

Resources



Wellness
Guide



Explore Your
Benefits



Plan Comparison
Tool

We want your feedback on the newsletter!

Questions? Ideas? | Let us know!

This message provides information about employee benefits to OEBB members. To change your email address, log in to [OEBBEnroll.com](#) and update your personal information.

If you are not eligible for OEBB benefits and received this message in error, please email: oebb.benefits@odhsoha.oregon.gov



Noviembre de 2025

Noticias sobre los beneficios

Este mensaje electrónico fue enviado por Mercer en nombre de OEBB.

La prevención y el cuidado de la diabetes

Noviembre es el Mes de Conciencia sobre la Diabetes. La diabetes se ha convertido en la enfermedad crónica de más rápido crecimiento en el mundo. También es la enfermedad crónica cuyo tratamiento es el más costoso en EE. UU. Lea para enterarse cómo puede ayudar a reducir su riesgo, y si ya lo diagnosticaron, cómo manejar mejor su afección.

Enfoque en los beneficios mensuales | Aprendizaje para todos

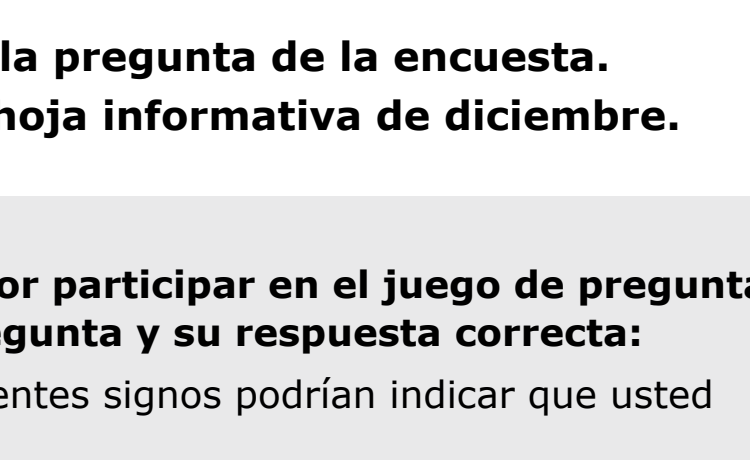
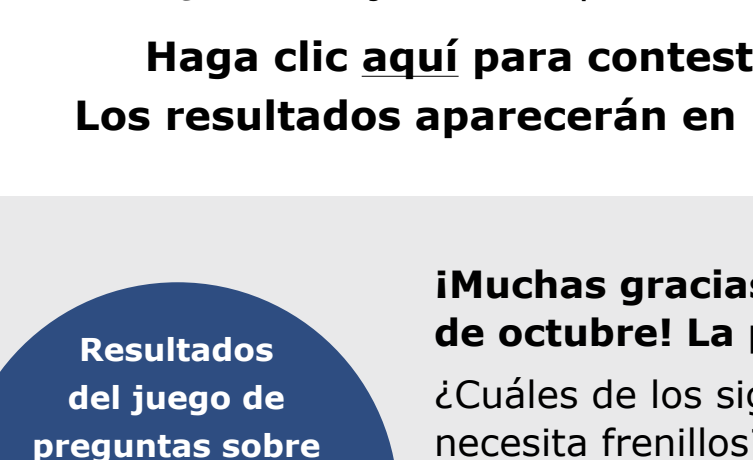
Cada persona aprende de manera diferente. Por esto compartimos información de diferentes maneras, ¡para que pueda encontrar la que funciona mejor para usted!



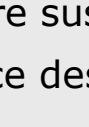
**Conexiones:
Conozca a Alex**



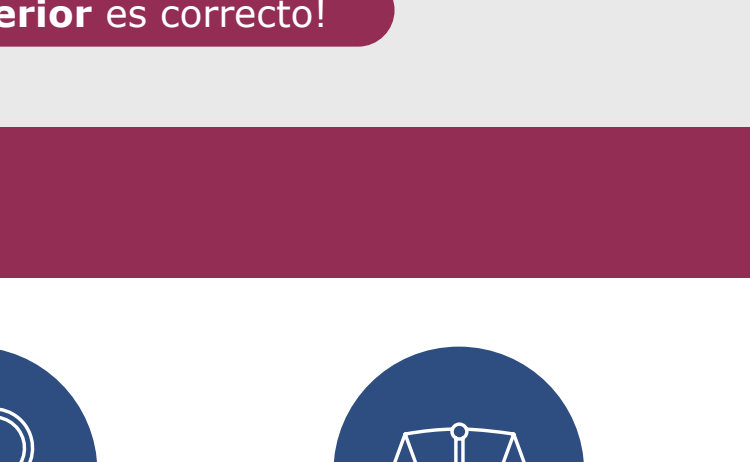
**Charlas de salud:
Diabetes: Los tipos y
las opciones de
tratamiento**



**Atención de la diabetes
y apoyo a través de su
plan médico**



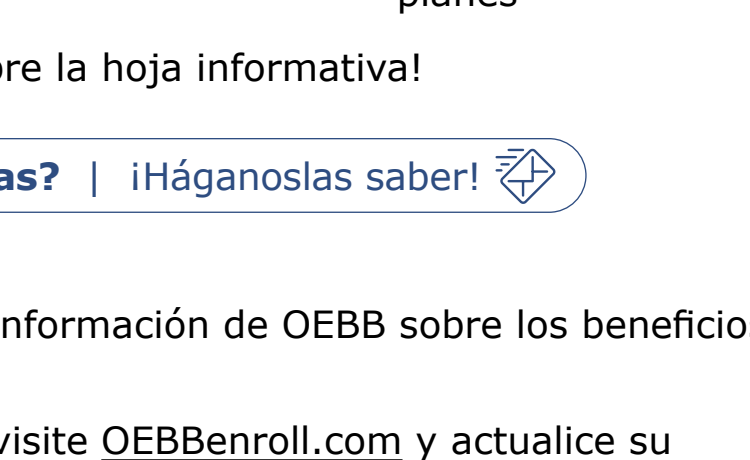
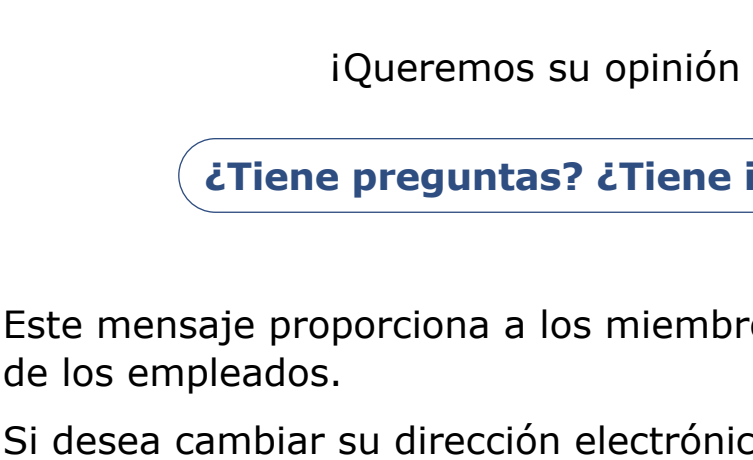
**Prueba rápida sobre
su riesgo de diabetes**



**Cuidado de la diabetes:
10 maneras de evitar
complicaciones**

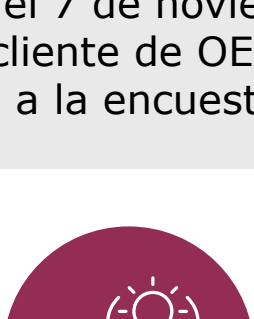


**Recursos de OEBB
sobre la diabetes**



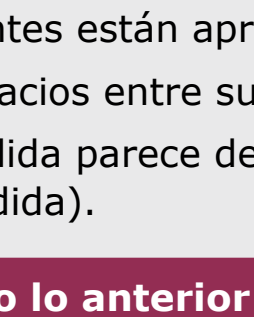
**Noviembre
Aprendizaje
y eventos**

Vea aquí
todos los eventos
venideros.



¿Qué consejos tienes para manejar los síntomas de la diabetes?

Puede tomar la encuesta hasta el 7 de noviembre. ¡Comparte lo que piensa en la encuesta de servicio al cliente de OEBB y cómo podemos mejorar! Acceda a la encuesta [aquí](#).



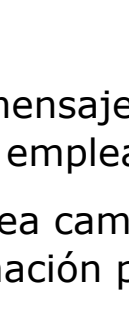
Comparta su experiencia

¿Qué consejos tienes para manejar los síntomas de la diabetes?

Haga clic [aquí](#) para contestar la pregunta de la encuesta.

Los resultados aparecerán en la hoja informativa de diciembre.

**Resultados
del juego de
preguntas sobre
los dientes**



¡Muchas gracias por participar en el juego de preguntas de octubre! La pregunta y su respuesta correcta:

¿Cuáles de los siguientes signos podrían indicar que usted necesita frenillos?

- A** Sus dientes están apretujados o se traslapan.
- B** Hay espacios entre sus dientes.
- C** Su mordida parece desalineada (p. ej., sobremordida o submordida).
- D ¡Todo lo anterior es correcto!**

Recursos



Guía de
bienestar



Explore sus
beneficios



Recurso de
comparación de
planes

¡Queremos su opinión sobre la hoja informativa!

¿Tiene preguntas? ¿Tiene ideas? | ¡Háganoslas saber!

Este mensaje proporciona a los miembros información de OEBB sobre los beneficios de los empleados.

Si desea cambiar su dirección electrónica, visite [OEBBEnroll.com](#) y actualice su información personal.

Si no tiene derecho a recibir los beneficios de OEBB y recibió este mensaje por error, sírvase enviar un mensaje electrónico a: oebb.benefits@odhsoha.oregon.gov