



DEBE completar la inscripción abierta entre el 1 de octubre y el 31 de octubre de 2019.



Inscríbase en www.PEBBenroll.com



Llame a la PEBB al 503-373-1102 durante los siguientes horarios: De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Durante la inscripción abierta: del 1 al 31 de octubre de 2019 De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m.

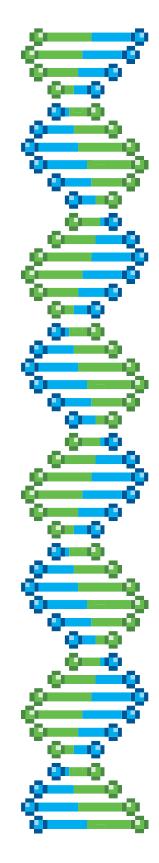
Envíe un mensaje de correo electrónico a la PEBB a: inquiries.pebb@dhsoha.state.or.us

No olvide realizar la evaluación médica del HEM entre el 1 de septiembre y el 31 de octubre:

https://www.oregon.gov/OHA/PEBB/Pages/HEM-FAQ.aspx

## **Contenido**

¿Qué novedades hay para 2020?	2
Por qué <b>debe</b> inscribirse	3
Antes de inscribirse	3
Revisión de elegibilidad de dependientes por parte de la PEBB	6
Modelo de compromiso con la salud (HEM): empleados activos únicamente	8
Alex Asesor de beneficios	10
Tarifas para 2020	11
Planes médicos de Kaiser Permanente	12
Moda Health	14
Providence	17
Providence Choice	18
Providence PEBB Statewide	19
Planes de la vista de Kaiser Permanente	20
VSP	21
Planes dentales de Kaiser Permanente	22
Delta Dental de Oregon	23
Willamette Dental Group	24
Salud y bienestar de empleados estatales	25
Programa de asistencia para empleados de Cascade	26
Seguro opcional de vida y por muerte accidental y desmembramiento de <i>The Standard</i> .	28
Seguro por incapacidad a corto plazo y a largo plazo de The Standard	29
Cuenta de gastos flexibles de atención médica y cuenta de gastos flexibles de cuidado de dependientes	30
Planes de beneficios de transporte laboral	
Información para el miembro con cobertura en virtud de COBRA	
Información para miembros jubilados	
Información para miembros con pago autónomo	
¿Qué significa eso?	
Consejos rápidos	
Con quién puede comunicarse para obtener ayuda	



## ¿Qué novedades hay para 2020?

Providence Choice	Providence PEBB Statewide
Agregará cobertura para la cirugía de várices.	Agregará cobertura para la cirugía de várices.
Requerirá una revisión después de 12 visitas de fisioterapia o de terapia ocupacional.	Requerirá una revisión después de 12 visitas de fisioterapia o de terapia ocupacional.
Agregará masoterapia a sus servicios de manipulación vertebral.	

#### Moda Health

Introducirá una nueva opción de atención coordinada (un proveedor de atención primaria que en el programa recibe el nombre de PCP 360) mediante la red Synergy que requiere que los miembros seleccionen un PCP 360.

Combina las redes Synergy y Summit bajo el nombre Synergy.

Agregará cobertura para la cirugía de várices.

Agregará masoterapia a sus servicios de manipulación vertebral.

Kaiser Traditional (nuevo nombre para la organización para el mantenimiento de la salud [health maintenance organization, HMO] de Kaiser Permanente)	Kaiser Deductible
Requerirá una remisión para servicios de oftalmología (relacionados con los ojos).	Requerirá una remisión para servicios de oftalmología (relacionados con los ojos).
	Agregará masoterapia a sus servicios de manipulación vertebral.
	Agregará un beneficio de atención alternativa al plan de tiempo parcial.

#### **Delta Dental**

Agregará cobertura para empastes de resina compuesta.

#### **Willamette Dental**

Cambiará la cobertura para la cirugía de implante dental a un monto máximo anual de \$1,500. Los implantes están limitados a un espacio dental por año.

#### **VSP**

Agregará SunCare a ambos planes VSP. La cobertura incluye un examen ocular cubierto en su totalidad después del copago correspondiente. En la mayoría de los casos, puede obtener anteojos de sol sin graduación de un proveedor de VSP en lugar de anteojos o lentes de contacto graduados.

## ¡Le tenemos buenas noticias! ¡La doble cobertura y los incentivos por optar por la exclusión no desaparecerán!

En 2017, la Asamblea Legislativa tomó algunas decisiones (proyecto de ley del Senado [Senate Bill, SB] 1067) que podrían haber cambiado sus beneficios en 2020. Los miembros manifestaron algunas inquietudes sobre dichos cambios. ¡Se escucharon sus opiniones! Este año, la nueva legislación cambió de nuevo muchas cosas. Desde el 1 de enero de 2020:

- Su familia podrá continuar con la doble cobertura en más de un plan estatal.
- Usted podrá seguir recibiendo un incentivo mensual si tiene otra cobertura grupal y opta por la exclusión de la cobertura médica de PEBB.

Algunas partes del SB 1067 permanecen intactas. La PEBB hará lo siquiente:

- Mantendrá los aumentos de la prima anual iguales o inferiores al 3.4 %.
- Seguirá revisando los documentos de elegibilidad de dependientes.

## Por qué debe inscribirse

Todos los miembros de PEBB activos deben iniciar sesión en www.PEBBenroll.com entre el 1 de octubre y el 31 de octubre para efectuar las selecciones de beneficios para 2020. La inscripción abierta es la única vez por año en que puede hacer lo siguiente:

- Efectuar cambios en los beneficios sin un evento de vida importante.
- Elegir participar en el Modelo de compromiso con la salud (Health Engagement Model, HEM). Esto mantiene bajo su deducible. También puede recibir un incentivo mensual.
- Revisar y actualizar los datos sobre:
  - Dependientes
  - Consumo de tabaco
  - Otra cobertura grupal del cónyuge
  - Información personal
  - Beneficiarios

¡Tome medidas durante la inscripción abierta! ¡Asegúrese de contar con la cobertura que usted y su familia necesitan! ilmportante! Aún debe completar la inscripción abierta, aunque opte por la exclusión de su plan médico o rechace todos los beneficios.

#### Nota:

- Si eligió optar por la exclusión de los beneficios médicos en 2019 y no completa la inscripción abierta para 2020:
  - Se lo ubicará en el estatus "no inscrito para servicios médicos". Esto es diferente de optar por la exclusión. No recibirá el incentivo mensual por optar por la exclusión si no completa la inscripción abierta.
  - Tendrá que apelar si desea inscribirse en un plan médico o si elige optar por la exclusión nuevamente.
- Si rechazó todos los beneficios en 2019 y no completa la inscripción abierta para 2020:
  - Seguirá sin beneficios en 2020.
  - Si desea inscribirse en los beneficios principales, tendrá que enviar una apelación.

### Antes de inscribirse

## Conozca los aspectos básicos de la cobertura médica

Consulte ¿Qué significa eso? casi al final de esta guía.

## Sepa qué planes tiene a su disposición.

- > El modelo de atención coordinada: https://bit.ly/20yGxrn
- Planes con costos más bajos y más altos por condado: https://www.oregon.gov/OHA/PEBB/Pages/Medical-Index. aspx

# Use el directorio de proveedores de su plan para asegurarse de que sus proveedores estén dentro de la red del plan

- Kaiser Permanente Traditional y Deductible healthy.kaiserpermanente.org/care/doctors-locations
- Synergy de Moda www.modahealth.com/ProviderSearch/ faces/webpages/home.xhtml
- Providence PEBB Statewide y Providence Choice http://phppd.providence.org

#### Antes de inscribirse (continuación)

# Averigüe de qué forma el plan maneja las remisiones a especialistas —llame al plan para preguntar

Planes del modelo de atención coordinada —Providence Choice, Synergy de Moda y Kaiser Permanente

- Providence Choice: usted generalmente paga menos por los servicios especializados cuando consulta a un especialista remitido por su proveedor de atención primaria u hogar médico.
- Xaiser Permanente: toda su atención será brindada por proveedores de la red de Kaiser Permanente, a menos que obtenga una remisión de su proveedor de Kaiser Permanente (no se incluyen emergencias).
- Synergy de Moda: ahora elegirá un proveedor "PCP 360". Este es un proveedor de atención primaria que ha aceptado ser responsable de su salud. Los familiares pueden elegir el mismo PCP 360 o uno diferente. La decisión es suya.

El plan Providence PEBB Statewide es un plan de la organización de proveedores preferidos (preferred provider organization, PPO). Usted puede consultar a cualquier proveedor. No obstante, paga más cuando consulta a proveedores fuera de la red, incluidos los especialistas.

### Determine qué plan satisface sus necesidades y las de su familia en cuanto a costos y beneficios

- Compare las tarifas de las primas (consulte el índice casi al principio de esta guía).
- Compare los beneficios del plan www.mypebb.com/compareBenefits.php
- Calcule las deducciones mensuales de la nómina www.mypebb.com
- Calcule los costos de la atención médica con la herramienta ALEX, el asesor de beneficios virtual: myalex.com/pebb/2020

#### Cobertura para parejas de hecho

La cobertura para una pareja de hecho y para los hijos de su pareja tiene implicaciones fiscales que reducen el monto que le queda libre de su salario. www.oregon.gov/oha/pebb/benefits/domestic-partners.pdf

## Opte por la exclusión de los planes médicos de PEBB

Puede optar por la exclusión (no inscribirse) en un plan médico de PEBB si cuenta con cobertura en otro plan grupal. Recibirá parte de la contribución de prima de su empleador si opta por la exclusión. La PEBB determina el pago por optar por la exclusión. https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Documents/opt-out.pdf

Puede inscribirse de todos modos en el plan dental o de la vista aunque opte por la exclusión de la cobertura médica.

## Renuncie a los beneficios principales

Si renuncia a los beneficios principales, elige no participar en *ningún* beneficio de PEBB. También renuncia a la parte de la prima de su empleador para los beneficios principales. https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Documents/Opt-out-Decline.pdf

¡Importante! Aún debe completar la inscripción abierta requerida, aunque opte por la exclusión de sus beneficios médicos o rechace toda la cobertura.

#### **Recargos**

#### Consumo de tabaco

Los empleados y sus cónyuges que estén inscritos en un plan médico de PEBB y consuman productos de tabaco pagan una cuota mensual. La cuota se deduce del pago del empleado.

- > \$25 para el empleado
- > \$25 para el cónyuge/la pareja
- \$50 si el empleado y el cónyuge/la pareja consumen tabaco

#### Antes de inscribirse (continuación)

Los empleados y sus cónyuges que opten por la exclusión de un plan médico de PEBB no están sujetos a dicha cuota.

El estatus de consumo de tabaco puede actualizarse en cualquier momento durante el año del plan mediante un formulario de cambios a mitad del año.

## Otra cobertura grupal a través del empleador de su cónyuge/pareja

Los empleados pagarán una cuota mensual de \$50 si su cónyuge o pareja elige renunciar a la cobertura (que no sea de PEBB) de su propio empleador.

Los empleados pueden enviar un formulario de cambios a mitad del año si esto cambia durante el año del plan. El empleado debe enviar la solicitud de cambio en el plazo de 30 días desde el cambio de estatus a la oficina de nómina o a la oficina de beneficios de la universidad.

## Parte de la prima del empleado para beneficios principales

Los empleados pagan una parte de la prima para beneficios principales. Sus beneficios principales incluyen lo siguiente:

- Servicios médicos
- Servicios dentales
- Servicios de la vista
- Seguro de vida básico para el empleado únicamente

Su empleador paga el resto. El monto que usted paga puede variar según su agencia o universidad. Muchos empleados estatales a tiempo completo pagan el 1 % o el 5 % de la prima mensual. Eso depende de su opción de plan médico. Algunos empleados universitarios pagan el 3 % o el 5 %.

La PEBB no controla la parte de la prima. Comuníquese con la oficina de beneficios de su agencia o universidad para obtener información. Busque a su contacto de beneficios en "Other Contacts" (Otros contactos) aquí: https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/Contact\_Us.aspx.

Usted paga el mismo porcentaje de la prima para todos los beneficios principales. Si opta por la exclusión del plan médico, su parte de la prima siempre es del 5 % para sus otras coberturas.

## Para empleados de agencias del poder ejecutivo:

#### **Empleados a tiempo completo:**

- Los planes de tiempo completo únicamente están disponibles para empleados a tiempo completo.
- Usted paga el 5 % del total de la prima si se inscribe en cualquiera de los dos planes con costos más altos — Providence PEBB Statewide o Kaiser Traditional.
- Si se inscribe en cualquier otro plan de tiempo completo —todos los cuales tienen un costo más bajo— su parte de la prima es del 1 %.

#### **Empleados a tiempo parcial:**

- Los planes de tiempo completo y de tiempo parcial están disponibles para empleados a tiempo parcial.
- Usted paga el 1 % o el 5 % del total de la prima en función del plan médico que elige:
  - Su parte de la prima en el plan de Providence PEBB Statewide o Kaiser Traditional de tiempo completo o de tiempo parcial es del 5 %.
  - Su parte de la prima en cualquier otro plan de tiempo completo o de tiempo parcial es del 1 %.
- Usted paga el saldo de la prima después de que su empleador paga su parte de la prima en función de las horas que usted trabaja cada mes.
- Si se inscribe en un plan de tiempo parcial:
  - Su empleador paga un monto fijo de subsidio a la prima para el plan médico en función de su nivel de cobertura.



# Revisión de elegibilidad de dependientes por parte de la PEBB

En 2017, la Asamblea Legislativa de Oregon aprobó una ley que exige que la PEBB verifique la elegibilidad de sus dependientes. El propósito de la revisión es garantizar que únicamente los dependientes elegibles reciban beneficios. ¡Esto permite mantener bajos los costos de la atención médica!

¿Agregará a alguien a su seguro de PEBB durante la inscripción abierta? Si lo hará, la PEBB le pedirá que proporcione documentos para verificar la elegibilidad de las personas que agregue en noviembre, después de que se cierre la inscripción abierta.

## La PEBB le enviará un paquete de Revisión de elegibilidad de dependientes:

- Revise detenidamente los documentos incluidos en su paquete.
- Envíe por correo postal, por correo electrónico o por fax copias de la constancia requerida.

Una vez que la PEBB complete la revisión, usted recibirá una carta de confirmación. La carta confirmará su elegibilidad.

## ¿Quién es considerado un dependiente elegible?

- Cónyuge, es la persona con quien está casado en virtud de la ley estatal o del condado.
- Pareja de hecho mediante declaración jurada, es la persona no casada del mismo sexo o del sexo opuesto con quien tiene establecida una unión.
- Hijo, es su hijo biológico, adoptado, hijastro o el hijo de su pareja, de acuerdo con el formulario de impuestos federales 1040 del año anterior o actual.
- Nieto mediante declaración jurada, significa que usted ofrece cobertura al nieto y a su hijo (el progenitor de su nieto). El progenitor y el nieto deben vivir con usted. Usted debe declarar a los dos como dependientes en su declaración de impuestos ante el IRS. El progenitor no puede estar casado ni tener una pareja de hecho.
- Hijo mediante declaración jurada, es la colocación (tutela) por orden judicial de un menor que vive con el empleado elegible y es el dependiente del empleado en su declaración de impuestos ante el IRS.

Se le pedirá que proporcione uno o más documentos para verificar la elegibilidad de cada uno de sus dependientes. En el paquete de elegibilidad de dependientes, se le indicará exactamente lo que debe enviar. A continuación, se mencionan algunos de los documentos que quizá tenga que proporcionar.

- Licencia o certificado de matrimonio
- > Formulario de impuestos federales 1040
- Declaración jurada de unión de hecho, nieto mediante declaración jurada o hijo mediante declaración jurada de dependencia de PEBB (este es el formulario que usted ha certificado por notario público y entregado a su departamento de nómina o de recursos humanos)
- > Certificado de nacimiento expedido por el gobierno
- Certificado de naturalización
- Informe de nacimiento en el extranjero
- Documentación de adopción
- Documentación de tutela por orden judicial
- Hipoteca o contrato de arrendamiento residencial que indique su nombre y el nombre de su pareja
- Copias de su licencia de conducir y de la licencia de su pareja
- Póliza del seguro de automóvil que indique su nombre y el nombre de su pareja
- Facturas de servicios públicos que indiquen su nombre y el nombre de su pareja
- Estado de cuenta de tarjeta de crédito o de cuenta bancaria conjunta

#### Revisión de elegibilidad de dependientes por parte de la PEBB (continuación)

- > Título o arrendamiento/préstamo de automóvil conjunto
- Declaración de beneficiarios de su seguro de vida

## ¿Cómo se mantendrán seguros y privados mis documentos?

Su información y privacidad son muy importantes para nosotros. Las copias de documentos enviadas a la PEBB se destruirán luego de su revisión. ¡No se conservará ningún documento! Es por eso que es importante que proporcione solamente copias.

## ¿Tengo que completar la revisión de elegibilidad de dependientes si todos mis dependientes son elegibles?

Sí. La PEBB está obligada por ley a completar una revisión. Usted debe verificar y enviar los documentos requeridos antes del plazo de la revisión.

## ¿Qué sucede si no completo la revisión de elegibilidad de dependientes antes del plazo?

Finalizará la cobertura de su dependiente. Tendrá que completar el formulario de apelación. Envíelo junto con los documentos para determinar la elegibilidad solicitados previamente para agregar a los dependientes a sus beneficios. Esto debe hacerse en el plazo de 60 días desde la fecha de finalización de la cobertura.

#### ¿Qué puedo hacer si considero que mi dependiente no es elegible o si tengo preguntas sobre la revisión?

Llame a la PEBB si considera que un dependiente no es elegible o si tiene preguntas sobre la revisión. Puede comunicarse con Servicios para miembros si tiene preguntas. Nuestro número de teléfono es 503-373-1102. Nuestro correo electrónico es pebb.dependenteligibility@dhsoha.state.or.us.

# Entregué documentos a mi oficina de recursos humanos o de nómina. ¿Tengo aún que enviar a la PEBB los documentos para determinar la elegibilidad?

Sí, aunque ya haya entregado documentos a la oficina de recursos humanos o de nómina. No proporcionar los documentos a la PEBB durante la revisión hará que finalice la cobertura de sus dependientes.

## ¿Con qué frecuencia realiza la PEBB una revisión de elegibilidad?

Cada 60 días, la PEBB realiza una nueva revisión de elegibilidad de miembros por grupos.

Para obtener información detallada sobre la revisión de elegibilidad de dependientes por parte de la PEBB, incluidas las definiciones y las normas de elegibilidad, visite nuestra página web en: https://www.oregon.gov/ oha/PEBB/Pages/Dependent-Eligibility-Review.aspx



# Modelo de compromiso con la salud (HEM): empleados activos únicamente

# Obtenga información sobre los riesgos para su salud y, además, ¡ahorre dinero!

El Modelo de compromiso con la salud (HEM) les paga a los empleados un incentivo para conocer los riesgos para su salud y tomar medidas para reducir esos riesgos siempre que sea posible. Cuando participe en el HEM:

- > La PEBB le paga un incentivo gravable de \$17.50 por mes.
- > Usted mantiene bajo el deducible de su plan médico.

Si decide no participar, tendrá un deducible más alto. También se quedará sin el incentivo mensual.

## El HEM les brinda apoyo a usted y a su proveedor.

Participar en el HEM le permite obtener información sobre los riesgos para su salud para que pueda tomar medidas para reducirlos en colaboración con su proveedor.

## Tres pasos sencillos para participar en el HEM

- 1: Inscríbase en un plan médico de PEBB para 2020 entre el 1 de octubre y el 31 de octubre de 2019 (asegúrese de indicar su plan para participar en el HEM).
- 2: Realice la evaluación médica en el sitio web de su plan médico de PEBB <u>actual</u> entre el 1 de septiembre y el 31 de octubre de 2019. No se aceptarán las evaluaciones médicas realizadas fuera de dichas fechas.
  - https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/Health-Assessment.aspx
- 3: Realice dos acciones de salud durante el año del plan. No es necesario informarlas. Tan solo tiene que informarnos que las realizó en la inscripción abierta del próximo año. www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/HEM-Activities.aspx

#### Tan solo algunos recordatorios:

- Los cónyuges y las parejas no participan en el HEM. Ellos aun así obtienen la ventaja de su deducible familiar bajo.
- Los jubilados, los miembros con cobertura en virtud de la Ley Ómnibus de Reconciliación Presupuestaria Consolidada (Consolidated Omnibus Budget Reconciliation Act, COBRA) y los miembros con pago autónomo no son elegibles para el HEM.
- Los empleados recién contratados pueden participar en 2020 si están inscritos y reciben beneficios antes del 1 de octubre de 2019.

#### Su privacidad está garantizada.

La PEBB y su plan médico están comprometidos con la privacidad y la confidencialidad de su información médica protegida (protected health information, PHI). Su PHI incluye sus respuestas a las preguntas relacionadas con la salud en su evaluación médica.



#### Modelo de compromiso con la salud (HEM): empleados activos únicamente (continuación)

#### Preguntas y respuestas

## ¿Qué sucede si no me inscribo entre el 1 y el 31 de octubre de 2019?

Únicamente los miembros que se inscriban activamente durante octubre y que elijan participar en el HEM pueden aprovechar el incentivo y el deducible más bajo.

#### ¿Puedo participar en el HEM si mis beneficios comienzan el 1 de noviembre de 2019?

No. Únicamente los miembros actualmente activos en la PEBB con beneficios que comiencen a partir del 1 de octubre de 2019 o antes de dicha fecha pueden participar en el HEM.

## Si estoy de licencia, ¿tengo que inscribirme para participar en el HEM?

Sí, aunque esté de licencia tendrá que inscribirse de todos modos y elegir participar en el HEM entre el 1 y el 31 de octubre de 2019.

# Estoy actualmente inscrito en un plan médico, pero cambiaré a un plan diferente en esta inscripción abierta. ¿En qué plan debo realizar la evaluación médica?

Realice la evaluación médica en su aseguradora <u>actual</u> (2019), ya que su nuevo plan no comenzará hasta el 1 de enero de 2020.



# Actualmente, opto por la exclusión de los beneficios médicos o rechazo todos los beneficios. No tengo un plan médico de PEBB actual. ¿Qué debo hacer?

Llame a la PEBB al 503-373-1102 o envíenos un mensaje de correo electrónico a inquiries.pebb@dhsoha.state.or.us para obtener un código de acceso a fin de poder completar la evaluación médica.

#### Realicé la evaluación médica el año pasado. ¿Tengo que realizar una nueva este año?

Sí. Tiene que completar una nueva evaluación médica cada año entre el 1 de septiembre y el 31 de octubre para reunir los requisitos para el HEM.

## Realicé la evaluación médica antes o después de la fecha límite. ¿Está bien eso?

No. La PEBB únicamente aceptará las evaluaciones médicas completadas entre el 1 de septiembre y el 31 de octubre de 2019.

## ¿Cómo sé si la evaluación médica está completa?

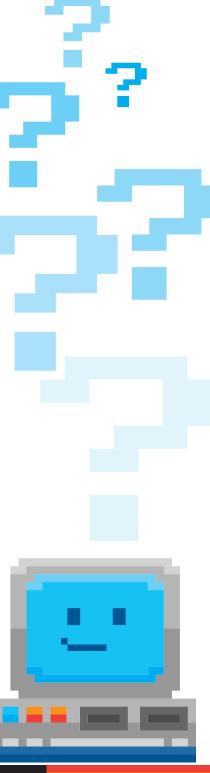
La mejor manera de saber si completó la evaluación médica es imprimir una copia del certificado de finalización. De esa manera, podrá verificar la fecha en la que la completó.

## ¿Qué sucede si no puedo recordar mi contraseña para realizar la evaluación médica?

Algunos de los prestadores de servicios médicos tienen una función de restablecimiento de contraseña en línea. El cambio de la contraseña será inmediato.

Algunos prestadores de servicios médicos exigen que responda las "preguntas de seguridad" que creó cuando configuró la cuenta. Si puede responder las preguntas, podrá restablecer la contraseña en línea. Si no puede responder las preguntas, podrá solicitar al prestador que le envíe por correo postal una carta con la contraseña. Si usa ese método, la contraseña podría tardar hasta dos semanas en llegar. Por lo tanto, no espere hasta el último momento. Ingrese ahora y compruebe su contraseña para asegurarse de no verse en un aprieto.

# alex | ASESOR DE BENEFICIOS



## iALEX, el asesor de beneficios virtual, está de regreso!

ALEX ha sido actualizado con nueva información. Aunque haya usado la herramienta antes, consúltela nuevamente este año. Los beneficios han cambiado, así que hable con ALEX para asegurarse de que sus planes favoritos aún tengan sentido para usted y su familia. Estar en el plan adecuado puede ahorrarle dinero y evitarle estrés.

Responderá algunas preguntas sobre sus necesidades estimadas de atención médica. Luego, ALEX procesará algunos números e indicará qué plan podría ser el mejor para usted. iUsted incluso podría obtener nueva información sobre sus beneficios!

#### ¿Cómo sabe ALEX qué plan es mejor para mí?

ALEX saca el monto de la prima mensual que cada plan le costaría y suma eso al monto del costo de los servicios que usted dijo que podría usar. Luego, recomendará el plan menos costoso para sus necesidades. Recuerde verificar su red y sus proveedores.

#### ¿Puedo usar ALEX en mi teléfono?

Sí, por supuesto. ALEX está optimizado para cualquier dispositivo que usted tenga.

#### ¿Puedo confiarle a ALEX mis secretos?

iSí! Su experiencia con ALEX es totalmente privada. Él no conserva información personal ni se la reenvía a su empleador (ni a nadie más). Esto es completamente anónimo.

Obtenga orientación sobre beneficios que es (en nuestra opinión) divertida en **myalex.com/pebb/2020** 

ilmportante! iUsar la herramienta ALEX no lo inscribe automáticamente en sus beneficios! Aún tendrá que completar la inscripción en línea en www.PEBBenroll.com o mediante un formulario impreso.

## Tarifas para 2020

#### Tarifas de primas mensuales del plan médico correspondiente a empleados para 2020

	Empleado	Empleado y cónyuge/pareja	Empleado e hijos	Empleado y familia
Kaiser Traditional <sup>1</sup>	\$816.38	\$1,632.79	\$1,387.86	\$2,204.26
Kaiser Deductible <sup>1</sup>	\$749.34	\$1,498.71	\$1,273.91	\$2,023.26
Synergy de Moda <sup>2</sup>	\$744.87	\$1,489.73	\$1,266.28	\$2,011.14
Providence PEBB Statewide <sup>3</sup>	\$855.57	\$1,711.12	\$1,454.46	\$2,310.03
Providence Choice <sup>4</sup>	\$716.66	\$1,433.36	\$1,218.36	\$1,935.03
Kaiser Traditional (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$691.12	\$1,382.24	\$1,174.88	\$1,866.01
Kaiser Deductible (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$617.96	\$1,235.94	\$1,050.54	\$1,668.51
Synergy de Moda (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$606.42	\$1,212.85	\$1,030.93	\$1,637.34
Providence PEBB Statewide (de tiempo parcial) <sup>7</sup>	\$695.02	\$1,390.05	\$1,181.55	\$1,876.57
Providence Choice (de tiempo parcial) <sup>8</sup>	\$580.78	\$1,161.56	\$987.31	\$1,568.11

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan. Servicios para la vista de rutina de Kaiser.

#### Tarifas de primas mensuales del plan de la vista correspondiente a empleados para 2020

	Empleado	Empleado y cónyuge/pareja	Empleado e hijos	Empleado y familia
VSP	\$8.54	\$17.08	\$14.52	\$23.06
VSP Plus	\$14.95	\$29.89	\$25.41	\$40.35

#### Tarifas de primas mensuales del plan dental correspondiente a **empleados** para 2020

	Empleado	Empleado y cónyuge/pareja	Empleado e hijos	Empleado y familia
Kaiser <sup>1</sup>	\$64.74	\$129.48	\$110.06	\$174.81
Delta Dental Premier <sup>2</sup>	\$58.31	\$116.62	\$99.13	\$157.43
PPO de Delta Dental <sup>3</sup>	\$53.88	\$107.76	\$91.59	\$145.47
Willamette Dental Group⁴	\$56.12	\$112.24	\$95.45	\$151.58
Delta Dental (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$41.96	\$83.93	\$71.34	\$113.31
Kaiser (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$48.28	\$96.56	\$82.09	\$130.36

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

Nota: Todas las tarifas incluyen una comisión del 0.13 % y un costo de administración de la PEBB del 0.35 %.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan. Examen de la vista únicamente.

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles.

<sup>&</sup>lt;sup>8</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan. Examen de la vista únicamente.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en establecimientos del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles; en establecimientos del plan.

<sup>6</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles; en el área de servicio del plan.

### Planes médicos de Kaiser Permanente





### Atención de calidad cuándo y dónde la necesita

En Kaiser Permanente, la atención y la cobertura vienen juntas, para que usted obtenga todo lo que necesita para estar a cargo de su salud en un paquete fácil de usar.

Su médico, los enfermeros y otros especialistas están conectados entre sí, y con usted, mediante su historia clínica electrónica. De ese modo, obtiene la atención personalizada que sea adecuada para usted.



## Atención conveniente cerca de usted

Con tantos lugares para elegir, es sencillo encontrar uno cerca de su casa o su trabajo. También puede consultar a diferentes médicos en diferentes ubicaciones, lo que sea más adecuado según su situación. Elegir un lugar conveniente para recibir atención es sencillo; tan solo conéctese a internet o encienda su teléfono inteligente.

- Visite kp.org/locations para buscar por código postal, palabra clave o el tipo de servicio que necesite.
- Busque desde su Smartphone con el buscador de ubicaciones en la aplicación móvil de Kaiser Permanente.1



#### Obtener atención de salud en el Condado de Lane

Además de nuestro consultorio médico de Kaiser Permanente en Eugene, tiene acceso a 4 consultorios médicos de PeaceHealth y a más de 650 proveedores de atención especializada contratados en el condado de Lane.<sup>2</sup>

Visite my.kp.org/pebb para obtener más información o ver una lista de proveedores cercanos a su domicilio en kp.org/finddoctors.



#### **Muchos servicios** bajo un mismo techo

La mayoría de nuestros establecimientos ofrecen una variedad de atención y servicios para que usted pueda cubrir varias necesidades de atención médica en una visita. Puede consultar a su médico o especialista, obtener un análisis de laboratorio o una radiografía, y recoger sus medicamentos, todo sin abandonar el edificio.



#### Reciba atención en cualquier momento y en cualquier lugar

#### Atención de urgencia

Muchos establecimientos ofrecen servicios para necesidades médicas de urgencia que no sean de emergencia que requieren atención inmediata, abiertos los 7 días de la semana.<sup>3</sup>

#### Cuidado de emergencia

Si en algún momento necesita atención de emergencia, está cubierto. Siempre puede obtener atención en cualquier departamento de emergencia de un hospital perteneciente o no a Kaiser Permanente.4

#### Atención durante un viaje

Tiene cobertura para atención de urgencia y de emergencia en cualquier lugar del mundo. 5 También podemos ayudarlo antes de que deje la ciudad al verificar si necesita vacunas, un resurtido de una receta o algo más. Simplemente comuníquese con la línea de viaje Away From Home las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 951-268-3900 o visite kp.org/travel.

#### Atención para miembros visitantes

Puede obtener atención en California, Colorado, Georgia, Hawái, Maryland, Virginia, Washington y Washington, DC o partes de estos estados como miembro visitante. Llame a nuestra línea de viaje Away from Home al **951-268-3900** y comunique que planea visitar otra área de servicio de Kaiser Permanente para obtener atención.

Los hijos dependientes tienen cobertura para atención permanente, de rutina y de seguimiento cuando residan fuera del área de servicio. También brindamos cobertura en caso de atención de urgencia y de emergencia.

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup>Para utilizar la aplicación de Kaiser Permanente, debe registrarse como miembro de Kaiser Permanente en kp.org

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup>Algunos especialistas requieren una remisión de su médico particular. No necesita remisiones para determinados departamentos especializados, como obstetricia-ginecología,

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup>Una necesidad de atención de urgencia es aquella que requiere atención médica inmediata, habitualmente en el plazo de 24 o 48 horas, pero que no es una afección médica de emergencia. Esto puede incluir lesiones leves, dolores de espalda, dolores de oídos, dolores de garganta, tos, síntomas relacionados con las vías respiratorias altas y micción

<sup>4</sup>Si tiene motivos razonables para creer que presenta una afección médica de emergencia, llame al 911 o diríjase al departamento de emergencia más cercano. Una afección médica de emergencia es una afección médica o psiquiátrica que requiere atención médica inmediata para evitar riesgos graves para su salud. Si desea conocer la definición completa de afección médica de emergencia, consulte su Evidencia de cobertura (Evidence of Coverage, EÓC) u otros documentos de cobertura.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup>Los servicios de rutina, como prevención, exámenes, chequeos y servicios para afecciones médicas persistentes, no están cubiertos, así que asegúrese de obtenerlos antes del viaje si viajará a otro lugar. Consulte su EOC u otros documentos de cobertura para obtener detalles.





#### Planes médicos de Kaiser Permanente (continuación)



## Su atención, su camino

Elija dónde, cuándo y cómo la desea. Con más opciones para elegir, es más sencillo estar a cargo de su salud.

#### Elija cómo recibirá atención

	$\bigcirc$	
ſ.	W	

En persona

Visite a su médico para recibir atención de rutina, servicios preventivos, atención cuando no se sienta bien y mucho más.



Teléfono

¿Tiene una afección que no requiere un examen en persona? Ahórrese el traslado hasta el consultorio al programar una llamada con un médico de Kaiser Permanente.<sup>1,2</sup>



Video

¿Desea una manera conveniente y segura de consultar a un médico dondequiera que esté? Reúnase cara a cara con un médico de Kaiser Permanente en su computadora, Smartphone o tableta.<sup>1,2</sup> Obtenga más información en: **kp.org/telehealth/nw** o llámenos para saber si hay consultas por video disponibles para usted.



Visitas electrónicas desarrolladas por SmartExam Novedad para 2019: Regístrese en **kp.org** para una consulta médica en línea sobre sus síntomas y afecciones. Responda una serie de preguntas en línea, y un médico de Kaiser Permanente le proporcionará una evaluación y un plan de tratamiento.

#### Otras maneras de obtener atención en el momento



Atención las 24 horas del día, los 7 días de la semana y asesoramiento por teléfono

Llámenos para obtener asesoramiento cuando más lo necesite. Lo ayudaremos a averiguar cuál es la atención adecuada para usted, a programar citas y mucho más.



Correo electrónico

Envíe un mensaje con preguntas médicas que no sean urgentes al consultorio de su médico en cualquier momento.<sup>2</sup> Obtendrá normalmente una respuesta en el plazo de 2 días hábiles.



En línea

Gestione su salud, encuentre ubicaciones cercanas y aproveche las guías de salud y otros recursos. También puede descargar la aplicación de Kaiser Permanente para mantenerse siempre al día de su atención.<sup>3</sup>

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup>Cuando corresponda y se encuentre disponible.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup>Estas opciones están disponibles cuando recibe atención en los establecimientos de Kaiser Permanente.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup>Para utilizar la aplicación de Kaiser Permanente, debe registrarse como miembro de Kaiser Permanente en kp.org.

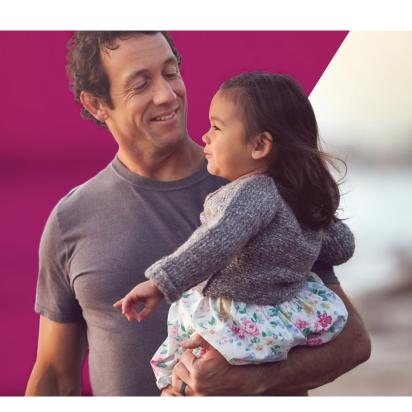


### **Moda Health**



## Mejor atención. Mejor costo. *iMejor salud!*

Disfrute una mejor atención por un mejor costo. Con nuestros planes de atención coordinada, recibirá excelente atención de proveedores de primera calidad que trabajarán juntos para ayudarlo a estar lo más sano posible. Pagará menos gastos de su bolsillo y contará con apoyo que lo ayudará a alcanzar sus metas de salud.



#### Elija un plan médico Synergy de Moda para disfrutar lo siguiente:

- Beneficios médicos y de farmacia de un socio de salud y una red para cubrir su atención en todo Oregon. iLa atención de Oregon Health and Science University (OHSU) está incluida! Además, tendrá acceso a un dedicado equipo de atención al cliente que lo ayudará a desenvolverse fácilmente y a aprovechar al máximo sus beneficios.
- Una amplia selección de proveedores de atención médica de primera calidad en Oregon, en Washington y en Idaho, sin la necesidad de remisiones.
- iAtención alternativa con un NUEVO beneficio de masajes! Tenemos la red más grande de proveedores de atención alternativa. Y, como NOVEDAD para este año, puede aprovechar nuestro beneficio de masoterapia por solo un copago de \$10 cuando consulte a un masoterapeuta certificado dentro de la red. Puede encontrar masoterapeutas certificados dentro de la red en myModa, en "Find Care" (Encontrar atención).
- iSin remisiones y sin dificultades! Moda no requiere remisiones para las visitas a especialistas dentro de la red. Además, solo pagará un copago de \$10.
- Programas y recursos adicionales para ayudarlo a recobrar su salud y mantenerse sano.

### NOVEDAD para este año... mejora de la atención coordinada

En lugar de elegir un hogar médico, los miembros del plan médico de Moda ahora elegirán un PCP 360 para su atención primaria. Un PCP 360 es un proveedor de atención primaria que ha aceptado ser responsable de su salud. Usted puede esperar que él le preste atención completa y de primera calidad, y que coordine con otros proveedores según sea necesario.

#### Su PCP 360 le ofrecerá lo siguiente:

- Consejos médicos por teléfono las 24 horas del día durante los 7 días de la semana
- Atención preventiva, a corto plazo y a largo plazo
- Coordinación con hospitales
- Educación continua para la salud
- Apoyo para el bienestar
- Oportunidades para que evalúe sus servicios

Cada uno de sus familiares con cobertura puede elegir el mismo PCP 360 o uno diferente, la decisión depende de cada una de las personas.

También, puede encontrar un directorio de los PCP 360 de la red debajo de Find Care (encontrar atención) o contactando al servicio al cliente de Moda para asistencia.



#### Moda Health (continuación)



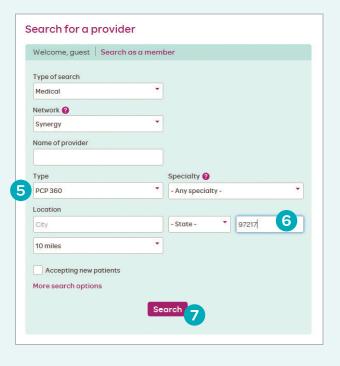
### Siga estos pasos simples para saber si su proveedor de atención primaria es un PCP 360.



- 1 Para elegir un PCP 360 para usted o para otro miembro de su plan, visite modahealth.com/PEBB.
- Elija el enlace Find Care (Encontrar atención) ubicado en el lado izquierdo de la página.
- 3 Use la opción Search by network (Buscar por red) para seleccionar la red Synergy.
- Luego, elija "Search by network" (Buscar por red).

- 5 Elija "PCP 360" en el menú desplegable del campo "Type" (Tipo).
- 6 Ingrese su código postal.
- Elija "Search" (Buscar).
- Sabrá si un proveedor es un PCP 360 si ve el gráfico "360" debajo de su número de teléfono.

Find Care Find a doctor, dentist, pharmacy or clinic  As a Moda r  Mymoda  Search by network  Select the network of the plan you have or are interested in.  Network  Synergy  Search by network  Search by network  Select the network of the plan you have or are interested in.  Network  Synergy  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
As a Moda r  Medica Quality Knowle  Search by network Select the network of the plan you have or are interested in. Network  Synergy  Search by network  1 Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		Find a doctor, dentist,	find grec
Search by network Select the network of the plan you have or are interested in. Network  Synergy  Search by network  1 Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		pharmacy or clinic	
Search by network Select the network of the plan you have or are interested in. Network  Synergy  Search by network   Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
Search by network Select the network of the plan you have or are interested in.  Network ?  Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		my <b>m</b> oda	
Search by network Select the network of the plan you have or are interested in.  Network ?  Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
Select the network of the plan you have or are interested in.  Network Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		USERNAME	
Select the network of the plan you have or are interested in.  Network ?  Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607	Γ	Search by network	
Network ?  Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		•	lan you have or are interested in
Synergy  Search by network 4  Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			olan you have or are interested in.
Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		Network ?	
1 Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607	3)	Synergy	•
1 Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
1 Distance: 1.5 mi 6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607		Search by network	4
6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607			
Portland, OR 97217 503-283-6607		A Distance 45 mi	
503-283-6607			
0 0 0		6445 N Greeley Ave	
380 (CPC) (40)		6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217	
(360) (CPC) (B)		6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217	
		6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607	
		6445 N Greeley Ave Portland, OR 97217 503-283-6607	



#### Moda Health (continuación)





## Acceda a atención en todo el estado a través de nuestra red Synergy

Use nuestra red Synergy para obtener atención de primera calidad cerca de su hogar. Como NOVEDAD para este año, hemos ampliado esta red para cubrir la atención en todo Oregon. Los miembros que usen la red Summit ahora usarán la nueva red Synergy, que incluye a todos los proveedores que anteriormente formaban parte de Summit. Todos los miembros inscritos en un plan de Moda ahora eligen un PCP 360. La diversa y amplia selección de hospitales de la red Synergy incluye lo siguiente:

- Adventist Health (socio de OHSU)
- Asante
- Bay Area Hospital
- Blue Mountain Hospital District
- CHI St. Anthony Hospital
- Columbia Memorial Hospital
- Good Shepherd Healthcare System
- Grande Ronde Hospital
- Harney District Hospital
- Kadlec District Hospital
- Lake Health District Hospital
- Legacy Health
- Legacy Silverton Hospital
- Mid-Columbia Medical Center
- Oregon Health & Science University (OHSU)
- PeaceHealth
- Pioneer Memorial Hospital Heppner
- Saint Alphonsus Health System
- Salem Health Hospitals and Clinics
- Samaritan Health Services
- Santiam Hospital
- Sky Lakes Medical Center
- St. Charles Health System
- St. Luke's Hospital
- Tillamook Regional Medical Center
- Trios Health
- Tuality Healthcare (socio de OHSU)
- Wallowa County Memorial Hospital



#### Red de viaje: red First Health

Cuando salga de viaje, nunca tendrá atención lejos. Cuando esté de viaje fuera del área de servicio de la red, puede recibir atención de emergencia y atención de urgencia a través de la red de viaje First Health, en el nivel de beneficios que pagaría dentro de la red.

El plan Synergy de Moda cubre a los dependientes que viven fuera del área de servicio (por ejemplo: estudiantes universitarios). Los dependientes fuera del área tendrán que seleccionar un PCP 360 y utilizar ese proveedor cuando estén en el área de servicio. Cuando estén lejos del área de servicio, tienen acceso a nuestra red de viaje. Comuníquese con su empleador y con Atención al Cliente de Moda para actualizar su dirección con Moda Health.

#### Explore los beneficios adicionales

Todos nuestros planes médicos incluyen equipos de atención y programas especiales.

#### Los beneficios adicionales incluyen lo siguiente:

- Acceso a herramientas y recursos médicos creados para ayudarlo a administrar su salud y sus beneficios. Use el Panel para miembros (myModa) para encontrar proveedores dentro de la red, seleccionar o cambiar su PCP 360, ver sus beneficios y el Manual para los miembros, consultar sus reclamos y encontrar formularios de reclamo, revisar las explicaciones de beneficios (explanations of benefits, EOB) electrónicas o algo más.
- Atención virtual. Use uno de nuestros tres servicios de Atención virtual para recibir atención desde la comodidad de su hogar o dondequiera que lo desee. Los servicios incluyen Visitas virtuales, Línea de consulta con personal de enfermería registrado y eDoc.
- Asesoramiento en salud. Obtenga ayuda para una variedad de asuntos médicos de uno de nuestros capacitadores en salud personal.
- Herramienta para la verificación de precios de medicamentos recetados. Compare los precios de medicamentos recetados en todas las farmacias.
- Estimador de costos de la atención médica.
   Compare los costos de todos los proveedores para averiguar lo que pagará por los servicios de atención médica antes de recibirlos.



### **Providence**



#### Providence facilita que obtenga los recursos que necesita.



Puestos de asistencia sanitaria básica de Providence Express Care, visitas virtuales y visitas directas desde el sitio web.

Obtenga atención cómo y cuándo quiera —una visita al consultorio el mismo día en un puesto de asistencia sanitaria básica; en línea con video y audio seguros; o complete un formulario de salud en línea y obtenga una respuesta por correo electrónico.



**Asesoramiento en salud**. Independientemente de si le gustaría adelgazar, aumentar su actividad física o tan solo sentirse mejor, llámenos y súmese al 93 % de las personas que participan en el asesoramiento en salud de Providence que han hecho una mejora en su estilo de vida.



Protección de la identidad. Con la Protección contra el robo de identidad de Assist America, los miembros elegibles que se inscriben están protegidos contra las frecuentes consecuencias devastadoras del robo de identidad. Este programa ofrece herramientas para ayudar a prevenir el robo de datos personales y a restaurar su integridad si se usó de manera fraudulenta.



**ProvRN**. Le proporciona acceso telefónico a los consejos de personal de enfermería las 24 horas del día durante los siete días de la semana.



Asistencia al viajero. Disfrute de la tranquilidad, libérese de lidiar con decisiones complejas y consideraciones financieras durante momentos difíciles lejos de su hogar. Con una sola llamada telefónica a Assist America, los miembros obtienen acceso a un programa de asistencia de emergencia mundial único. Este lo conecta de inmediato con médicos, hospitales, farmacias y otros servicios si tiene una emergencia médica o no médica mientras se encuentra a 100 millas de distancia de su hogar o si está en otro país.



Active&Fit Direct™. ¿Cansado de pagar costosas tarifas de membresía del gimnasio? Ahorre con Active&Fit Direct. Elija entre más de 10,000 gimnasios participantes a nivel nacional y pague tan solo \$25 por mes (más una tarifa de inscripción de \$25 y los impuestos correspondientes; se requiere un compromiso de 3 meses).



**LifeBalance**. Ofrece descuentos exclusivos en más de 20,000 lugares en todo EE. UU. e incluye: acondicionamiento físico; equipo deportivo, campamentos y clases; aventuras al aire libre; boletos de ascenso para esquiar/hacer snowboard; boletos de cine, espectáculos y eventos deportivos; viaje; atracciones; buena alimentación; y spa y relajación.

### Más recursos para mantenerlo sano

**FitTogether™**. Una serie de programas y servicios de bienestar para ayudarlo a encontrar lo que desea en el hogar o en el trabajo, con familiares y amigos, y dentro de la comunidad.

**Lista de fármacos recetados**. La lista integral está diseñada para promover un tratamiento farmacológico seguro, eficaz y asequible. Incluye una lista de medicamentos genéricos, de marca y especiales aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA).

**Manejo de la atención**. Este programa ofrece apoyo personalizado a personas que manejan una enfermedad crónica o compleja. Mediante el programa de maternidad, también se encuentra disponible el apoyo durante el embarazo.

**Wellness Central**. Dentro de su cuenta myProvidence segura, encontrará Wellness Central, un centro de bienestar y salud en línea integrado que ayuda a poner en práctica sus metas de bienestar. Visite su panel personalizado de Wellness Central para realizar una evaluación médica, supervisar las actividades y llevar un registro del progreso en pos de sus metas relacionadas con la salud.



## **Providence Choice**



### Disfrute más que tan solo una gran cobertura.

Como miembro del plan Providence Choice de PEBB, puede contar con atención de calidad, humanitaria y coordinada de un equipo de proveedores que usted conoce y en quienes confía. También disfrutará beneficios diseñados para apoyar su verdadera salud.



Providence Choice es un plan de hogar médico\*. El equipo del hogar médico coordina su atención, incluidas las remisiones cuando sean necesarias. Si usted lo elije, puede recibir atención no proporcionada ni coordinada por su equipo de atención del hogar médico, pero con gastos de bolsillo más altos.

#### La disponibilidad:

- Providence Choice se ofrece en la mayoría de los condados en Oregon.
- Los miembros de PEBB que viven o trabajan en un condado donde se encuentra disponible Providence Choice pueden inscribirse en este plan.

#### Características del plan:

- Acceso a la red Providence Choice, con su elección de casi 300 hogares médicos.
- La atención la debe proporcionar o coordinar el hogar médico para ser elegible para beneficios dentro de la red.
- El equipo del hogar médico coordina todas las remisiones.
- Cobertura para servicios de urgencia/emergencia lejos de su hogar.
- Visitas de atención sin costo a través de puestos de asistencia sanitaria básica de Providence Express Care, visitas virtuales de Providence Express Care y visitas directas desde el sitio web (cuando se encuentren disponibles).
- Prórroga de deducible al cuarto trimestre para los miembros del plan médico Providence que se vuelvan a inscribir en un plan médico Providence (es decir, todo monto pagado para el deducible de su plan Providence en octubre, noviembre y/o diciembre de 2019 se aplica al deducible de su plan Providence para 2020).
- Atención alternativa ampliada para incluir masoterapia.

#### Ventajas del plan Providence Choice:

- La opción del plan de bajo costo en la mayoría de los condados de Oregon.
- El hogar médico administra su atención, incluidas las remisiones.
- Los copagos dentro de la red proporcionan previsibilidad de los gastos de bolsillo.
- Copagos bajos para la mayoría de los servicios cubiertos.
- Beneficios dentro de la red y fuera de la red.
- Servicios preventivos cubiertos en su totalidad.
- \* Para recibir beneficios dentro de la red, asegúrese de comunicar a Providence el hogar médico que ha seleccionado para cada miembro inscrito, antes de que se reciba atención.





### **Providence PEBB Statewide**



### Disfrute más que tan solo una gran cobertura.

Como miembro del plan Statewide de PEBB, puede contar con calidad, elección y atención humanitaria de proveedores que conoce y en quienes confía. También disfrutará beneficios diseñados para apoyar su verdadera salud.



El plan PEBB Statewide es un plan PPO, que ofrece mayor flexibilidad. Le permite recibir atención de proveedores de atención primaria, especialistas y farmacias de su elección —sin una remisión. Usted paga menos por los servicios dentro de la red, pero más por los servicios fuera de la red.

#### La disponibilidad:

- El plan PPO Providence PEBB Statewide se ofrece en todos los condados de Oregon (es decir, sin limitaciones geográficas).
- Los miembros de PEBB pueden inscribirse en el plan PPO Providence PEBB Statewide.

#### Características del plan:

- Acceso total a la red Providence Signature en todo el país, con aproximadamente 1 millón de proveedores (incluida la OHSU).
- Sin requisitos de remisión.
- Cobertura para servicios médicamente necesarios al viajar al extranjero.
- Visitas de atención sin costo a través de puestos de asistencia sanitaria básica de Providence Express Care, visitas virtuales de Providence Express Care y visitas directas desde el sitio web (cuando se encuentren disponibles).
- Paga menos gastos de bolsillo por determinados servicios de atención médica al recibir atención en un hogar de atención primaria centrado en el paciente aprobado por la Autoridad de Salud de Oregon.
- Prórroga de deducible al cuarto trimestre para los miembros del plan médico Providence que se vuelvan a inscribir en un plan médico Providence (es decir, todo monto pagado para el deducible de su plan Providence en octubre, noviembre y/o diciembre de 2019 se aplica al deducible de su plan Providence para 2020).

#### Ventajas del plan Statewide de PEBB:

- · Más proveedores para elegir.
- Proveedores dentro de la red en todo el país.
- · Posibilidad de implicarse en la atención.
- La OHSU está dentro de la red.
- Paga un porcentaje bajo de la factura por servicios cubiertos dentro de la red.
- Servicios preventivos cubiertos en su totalidad.



### Planes de la vista de Kaiser Permanente



En Vision Essentials de Kaiser Permanente, consideramos la atención de los ojos de manera diferente. La vista sana es más que anteojos y lentes de contacto. Nuestros optómetras y oftalmólogos proporcionan atención integral de los ojos, lo que incluye exámenes oculares de rutina, para ayudar a mantener la vista aguda y los ojos sanos.







### Atención integrada

Mediante nuestro sistema de historias clínicas electrónicas, todos sus proveedores de atención pueden tener acceso a un panorama integral de su salud y actuar como parte de un equipo para ayudarle a tomar mejores decisiones de atención médica.

Los proveedores le informarán los déficits en su atención médica y lo ayudarán a programar citas preventivas, lo que incluye vacunas, exámenes físicos e importantes exámenes de detección de la salud de los ojos.



#### Conveniencia

Contamos con 10 clínicas desde Salem hasta Longview, la mayoría ubicadas en consultorios médicos. Para programar un examen, pedir lentes de contacto o encontrar una ubicación cercana a su domicilio, visite kp2020.org o llame al 1-800-813-2000 (TTY 711).

#### Atención en Eugene y Springfield

Los miembros en nuestra área de servicio de Eugene-Springfield pueden acceder a exámenes oculares de rutina y pedir lentes de contacto graduados en Oregon Eye Associates, una red de consultorios oftalmológicos ubicados en el corazón del centro de Eugene.

Visite oea.myezyaccess.com o llame al 541-484-3937 para programar una cita en su consultorio en 1550 Oak St., Eugene, OR 97401.

Los miembros también pueden recibir servicios de atención de los ojos a través de PeaceHealth Eye Care y Optical Shop. Para programar una cita, llame al 458-205-6257.

Para obtener anteojos graduados, Focal Point ofrece una amplia variedad de anteojos, marcos/armazones y lentes para que elija. Llame al 541-683-6341 o visite focalpointoregon.com para obtener más información.



#### Lentes de contacto

Puede volver a pedir fácilmente sus lentes de contacto en línea mediante el sitio web de Vision Essentials, kp2020.org. Sus nuevos lentes de contacto están a tan solo unos pocos clics.



#### Plan de protección 50/50

Los anteojos adquiridos en una de nuestras ubicaciones de Vision Essentials son elegibles para un 50 % de descuento sobre el precio minorista original en el plazo de un año desde la compra si se rompen, independientemente del motivo.



#### Servicio y atención de alta calidad

Los planes de Medicare y los planes comerciales de Kaiser Permanente Northwest han recibido la calificación más elevada en cuanto a calidad y desempeño entre los planes médicos en Oregon y Washington para el período 2017-2018, de acuerdo con el Comité Nacional de Garantía de Calidad (National Committee for Quality Assurance, NCQA).\*

Ofrecemos pruebas de detección de glaucoma y retinopatía diabética, sin cita previa y sin copago para ayudar a identificar los problemas en forma temprana y mantener la salud de sus ojos.

#### Cómo obtener atención

Para programar un examen, pedir lentes de contacto o encontrar una ubicación cercana a su domicilio, visite kp2020.org o llame al 1-800-813-2000 (TTY 711).

es la herramienta de medición de desempeño más usada ampliamente en el campo de la atención médica. HEDIS® es una marca comercial registrada de NCQA.

<sup>\*</sup> Calificaciones de planes de seguros de salud para el período 2017-2018 según el NCQA. NCQA es una organización privada, sin fines de lucro, dedicada a mejorar la calidad de la atención médica. NCQA acredita y certifica a una amplia variedad de organizaciones de atención médica. Además, reconoce a los médicos clínicos y a las clínicas privadas en áreas claves de desempeño. El sistema de reportes del paquete de información y de datos sobre la efectividad de la atención médica (Healthcare Effectiveness Data and Information Set, HEDIS®) del NCQA







## SUS OJOS TIENEN OPCIONES

iLa inscripción abierta está aquí! iExcelentes noticias! Ahora tiene dos planes VSP para elegir que les ofrecen a usted y a su familia la cobertura personalizada que merecen.



La decisión es suya —continúe con el plan básico o elija inscribirse en el plan VSP® Plus y obtenga aún más cobertura.





#### LOS ASPECTOS BÁSICOS

Obtenga acceso a una gran red de excepcionales oculistas y a la cobertura que espera con gastos de bolsillo bajos:

- WellVision Exam® anual
- Anteojos o lentes de contacto
- Ofertas y ahorros especiales

#### PASE AL PLAN PLUS PARA PERSONALIZAR SU COBERTURA PARA LA VISTA

Usted y sus ojos son únicos, y su cobertura también debe serlo. Si mejora las prestaciones de su plan, obtendrá todos los aspectos básicos mencionados anteriormente, y muchas cosas más.

#### INSCRÍBASE HOY MISMO EN VSP!

SE ALEGRARÁ DE HABERLO HECHO. COMUNÍQUESE CON NOSOTROS AL **800-877-7195** O VISITE **VSP.COM**.



#### ESTO ES ALGO DE LO QUE PODRÍA OBTENER

- Suncare
  - Disfrute anteojos de sol sin graduación
- Mayor asignación para marcos/armazones
   Cubre más de sus marcos/armazones de diseño favoritos
- Recubrimiento antirreflejante Reduzca el brillo y combata el reflejo
- Lentes progresivos
  - Vea con claridad a cualquier distancia

Consulte el resumen de beneficios para miembros para conocer los detalles del plan.

<sup>\*</sup> VSP es para miembros de Moda y de Providence únicamente



## Planes dentales de Kaiser Permanente



Creemos en la salud total, comenzando por una atención bucal y dental excepcional. Es por eso que todos los miembros obtienen un plan de prevención y de tratamiento personalizado. Y por eso la atención preventiva dental es la base de nuestra filosofía.



#### Nuestra filosofía de atención

Hacemos hincapié en la atención preventiva para ayudarle a mantener sus dientes y encías sanos. Recibirá un plan de prevención y de tratamiento personalizado una vez que hayamos evaluado su riesgo de enfermedad dental.

#### Calidad

Durante más de 2 décadas, hemos recibido el más alto nivel de acreditación de la Asociación de Acreditación de Atención Médica Ambulatoria ("Accreditation Association for Ambulatory Health Care", AAAHC). Esto significa que nuestro Programa dental ha cumplido con las estrictas normas nacionales. Actualmente, somos el único centro de salud dental en la región del noroeste del Pacífico con acreditación de la AAAHC.

#### **Enfoque** integrado

Nuestro sistema de historias clínicas electrónicas integral les brinda a los proveedores del Programa dental acceso a su historial médico. Nuestros dentistas pueden comunicarse con sus médicos clínicos, que prestan atención integrada, lo cual le permite estar tranquilo al saber que estamos al tanto de su salud total.



## Atención de urgencia y de emergencia

Las afecciones dentales de emergencia incluyen hinchazón o infección grave, traumatismo grave en los dientes, sangrado que no se detiene y dolor intenso. Si necesita atención de emergencia, comuníquese con el Centro de Citas en cualquier momento, cualquier día.

### 26

### Cómo obtener atención conveniente

El horario de atención es de lunes a viernes, de 6:30 a.m. a 6 p.m., y los sábados, de 7:30 a.m. a 4 p.m. (El consultorio dental de Eugene está cerrado los miércoles).

Servicios para miembros.....1-800-813-2000 Servicios de interpretación de idiomas:

Use el número indicado anteriormente.

TTY (todas las áreas)......711

Para obtener más información, visite **kp.org/dental/nw**.



## Delta Dental de Oregon



Delta Dental of Oregon & Alaska

### Cobertura dental para su **salud total**

Con los planes Delta Dental de Oregon, usted tendrá acceso a Delta Dental, la red dental más grande del país.

### Puntos destacados de los beneficios dentales

- Libertad para elegir a su dentista
- Ahorros de tarifas contratadas por parte de dentistas que participan en la red
- Ahorros por parte de dentistas dentro de la red
- Limpiezas dos veces al año
- Predeterminación de beneficios si así se solicita en un plan de previo al tratamiento
- Sin formularios de reclamo
- Servicio superior de atención al cliente

Nuestros planes dentales también incluyen herramientas útiles en línea, recursos y programas especiales para miembros que necesitan un poco de atención extra para sus dientes.

### ¿Está mi dentista dentro de la red?

Con nuestras grandes redes dentales, hay buenas probabilidades de que su dentista participe. Para averiguarlo, visite modahealth.com y use nuestra herramienta "Find Care" (Encontrar atención). Elija una red dental y, luego, busque dentistas participantes cerca de su domicilio. Puede buscar lo siguiente:

- Dentistas de Delta Dental Premier
- Dentistas de PPO de Delta Dental
- Dentistas de Delta Dental en todo el país

#### Elija entre dos planes

Nuestros planes dentales PPO y Premier tienen proveedores participantes que no le cobrarán más que el monto permitido por Delta Dental de Oregon. Sin embargo, pagará menos con los proveedores dentro de la red participantes en el plan PPO.

#### Red PPO de Delta Dental<sup>SM</sup>

Esta es una de las redes dentales más grandes de la Organización de proveedores preferidos (PPO) en Oregon y en todo el país. Incluye acceso a más de 1,300 dentistas de PPO de Delta Dental en Oregon y a más de 112,000 dentistas de PPO de Delta Dental en todo el país.

#### Red Delta Dental Premier®

Esta es la red dental más grande en Oregon y a nivel nacional. Incluye acceso a más de 2,400 dentistas de Delta Dental Premier en Oregon y a más de 156,000 dentistas de Delta Dental Premier en todo el país.

## Obtenga mayor valor de nuestro plan dental

Nuestros primeros planes dentales preventivos cubren servicios de rutina, como exámenes y limpiezas, al 100 %. En estos planes, los servicios preventivos no están sujetos al deducible y no se aplican a sus montos máximos en un año calendario.

El programa Health through Oral Wellness® de Delta Dental ofrece beneficios dentales adicionales, que incluyen más limpiezas, tratamientos con flúor, selladores y mantenimiento periodontal a los miembros con mayor riesgo de presentar enfermedades bucales.





## **Willamette Dental Group**

Willamette Dental Group

Durante casi 50 años, Willamette Dental Group se ha asociado con orgullo con empleadores públicos en toda la región del noroeste del Pacífico para ofrecer atención dental de alta calidad y cobertura de seguro integral a educadores y sus familias.

Nuestro enfoque de tratamiento basado en la

evidencia y proactivo con respecto a la atención dental se concentra en lo más importante: proporcionar atención de calidad, individualizada para cada paciente y que educa para el futuro, en lugar de solamente resolver los problemas inmediatos.

#### **CAMBIOS EN EL PLAN 2020**

Cirugía de implante dental El máximo beneficio para implantes es de \$1,500 por año calendario

#### **DATOS BREVES**



Sin monto máximo anual, sin deducibles\*



Servicios cubiertos con copagos bajos predecibles



Cobertura de ortodoncia asequible para niños y adultos



El promedio de satisfacción del paciente de PEBB supera el 96 %



La mayoría de los consultorios abren de 7:00 a.m. a 6:00 p.m., de lunes a viernes, con disponibilidad para programar citas los sábados

#### MÁS DE 50 UBICACIONES DE CONSULTORIOS DENTALES



Obtenga más información sobre los proveedores y sus ubicaciones en pebb.willamettedental.com

<sup>\*</sup> Los beneficios para la cirugía de implante tienen un monto máximo de beneficio.

## Salud y bienestar de empleados estatales







Usted es el recurso más valioso del estado. Su salud y bienestar influyen de manera positiva en su capacidad para:

- Ser productivo
- Sentirse involucrado en su trabajo
- Cuidar a su familia
- > Hacer las cosas que le producen satisfacción

Es más capaz de prestar servicios a los residentes de Oregon y de disminuir los gastos de atención médica cuando está sano y facultado.

Cuenta con muchos recursos disponibles para apoyarlo a lo largo del proceso. Tiene acceso a beneficios valiosos. También cuenta con una variedad de otros servicios disponibles sin costo alguno para usted o **sus familiares elegibles:** 

- Healthy Team Healthy U es un programa basado en Internet que proporciona herramientas para ayudarlo a hacer lo siguiente:
  - Mejorar su alimentación
  - Aumentar la actividad física
  - Poner en práctica comportamientos saludables
- Better Choices Better Health es un programa en línea de seis semanas para ayudar a personas con afecciones crónicas a hacer lo siguiente:
  - Manejar su salud
  - Conectarse con otras personas en línea
  - Llevar un registro de su progreso en pos de las metas relacionadas con la salud
- WW, antes conocido como Weight Watchers, es para miembros que quieren hacer lo siguiente:
- Comer más sano
- Adelgazar

- Simplemente mantener una alimentación y un peso saludables
- El Programa de asistencia para empleados (Employee Assistance Program, EAP) de Cascade Centers ofrece a los empleados apoyo y servicios, que incluyen los siguientes:
  - Asesoramiento psicológico individual
  - Apovo organizativo
  - Servicios para lograr el equilibrio entre el trabajo y la vida familiar
- El programa de Gestión virtual de estilo de vida (Virtual Lifestyle Management,VLM) está disponible para miembros inscritos en planes médicos de Providence. VLM es un Programa de prevención de la diabetes diseñado para ayudar a las personas en riesgo a prevenir la diabetes o retrasar su aparición. El programa utiliza lo siguiente:
  - Orientación sobre alimentación saludable y ejercicios eficaces
  - Apoyo de asesoramiento
  - Herramientas para llevar un registro del progreso
- El programa para dejar de fumar ofrece apoyo a miembros que intentan dejar el tabaco, incluido lo siguiente:
  - Asesoramiento
  - Plan personalizado para dejar de fumar
  - Tratamiento sustitutivo con nicotina
  - Cobertura para determinados medicamentos recetados que lo ayudan a dejar de fumar

Para obtener más información sobre lo que sucede para apoyar su salud y bienestar, comuníquese con el comité de bienestar de su agencia.

# Programa de asistencia para empleados de Cascade



### Resumen de servicios del EAP

Un beneficio para usted y sus familiares proporcionado por la PEBB

El Programa de asistencia para empleados (EAP) es un beneficio **GRATUITO** y **CONFIDENCIAL** que puede ser útil para usted y para sus familiares elegibles con cualquier problema personal, grande o pequeño.

#### Consulta personal con un profesional del EAP

Tres o cinco sesiones de asesoramiento psicológico en persona, por teléfono o en línea por inquietudes tales como las siguientes:

- Conflicto marital
- Conflicto en el trabajo
- Depresión

- · Control del estrés
- Relaciones familiares
- Ansiedad

- Abuso de alcohol o drogas
- · Duelo por una pérdida
- Servicios de desarrollo profesional

#### Trabajo/familia/vida personal

Cascade ayudará a ubicar recursos e información relacionados con cuidado de ancianos, cuidado infantil, robo de identidad o cualquier cosa que usted pueda necesitar.

#### Consultas legales/mediación

Llame a Cascade para tener una consulta gratuita de 30 minutos en la oficina o por teléfono. Se encuentra disponible un descuento del 25 % en la tarifa por hora normal del abogado/mediador.

#### Asesoramiento financiero

Los consejeros proporcionarán 30 días consecutivos de asesoramiento financiero para ayudar a desarrollar mejores hábitos de gasto, reducir la deuda, mejorar el crédito, aumentar los ahorros y planificar la jubilación.

#### Robo de identidad

Este servicio proporciona a los miembros una consulta gratuita de hasta 60 minutos con un Fraud Resolution Specialist™ (FRS) que realizará actividades de respuesta ante emergencias y ayudará a los miembros a restablecer su identidad, su buena calificación crediticia y a cuestionar las deudas fraudulentas.

#### Programa de adquisición de vivienda

Asistencia y descuentos para comprar, vender y refinanciar.

#### Asesoramiento personal

El Asesoramiento personal consta de tres sesiones telefónicas con un capacitador que posee un título de maestría. Las sesiones se enfocan en establecer metas alcanzables, identificar los obstáculos y elaborar un plan para alcanzar dichas metas.

#### Descuentos en seguro para mascotas

Ahorre hasta un 90 % en las facturas del veterinario por accidentes, lesiones, enfermedades, afecciones genéticas y atención de emergencia para perros y gatos. Visite "My Benefits" (Mis beneficios) en el sitio para miembros del EAP.



#### Programa de asistencia para empleados de Cascade (continuación)

#### Herramientas para el bienestar

· Cuestionario del kit de testamento

· Herramientas legales en línea

- Control de calidad para la preparación de impuestos y servicios con descuento
- Descuentos en la membresía del gimnasio; visite: globalfit.com/cascadeEAP

#### Personal Advantage de Cascade: sitio para miembros del EAP

Herramientas educativas innovadoras que le permiten controlar su estrés y mejorar su calidad de vida. Charle en vivo con un asesor del EAP, realice autoevaluaciones, mire videos, acceda a cursos de crecimiento personal, descargue documentos y mucho más. Para acceder: 1) Visite www.cascadecenters.com. 2) Haga clic en "Member Log-In" (Inicio de sesión del miembro). 3) Regístrese como nuevo usuario. 4) Para nombre de la compañía, ingrese: Estado de Oregon

Hay asesores para crisis disponibles 24 horas al día, 7 días a la semana, 365 días al año.

Para obtener asistencia: Llame al: 800-433-232 • Envíe un mensaje de texto al: 503-980-1777 • cascadecenters.com





# Seguro opcional de vida y por muerte accidental y desmembramiento de *The Standard*



Para obtener más detalles sobre las ofertas de *The Standard* —como estimadores de necesidades y calculadoras de primas— visite https://www.standard.com/mvbenefits/pebb.

O bien visite www.standard.com/edu/state-oregon/18296 para acceder a la Herramienta de apoyo para la toma de decisiones, que puede ayudarlo a considerar sus opciones y a elegir el nivel de cobertura que sea adecuado para usted.

#### Seguro de vida para empleado o cónyuge/ pareja de hecho

El seguro de vida puede ser una manera simple de proporcionar protección financiera a sus seres queridos en caso de una pérdida inesperada.

Puede inscribirse en una cobertura opcional de seguro de vida o aumentar dicha cobertura para usted mismo (hasta \$600,000) y para su cónyuge o pareja de hecho (hasta \$400,000) durante el período de inscripción 2020. Toda persona que solicita una cobertura nueva o un aumento de la cobertura debe completar y devolver una declaración de antecedentes médicos antes del 31 de diciembre de 2019.

Los empleados son responsables de pagar el monto total de la prima para esta cobertura de seguro de vida a término. La póliza paga las pérdidas cubiertas siempre y cuando usted sea un miembro elegible para PEBB y los pagos de las primas estén al día en el momento de la pérdida.

Para obtener detalles completos y conocer las tarifas, visite:

- > www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Optional-Employee-Life. aspx para la cobertura para el empleado
- www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Spouse-Partner-Life. aspx para la cobertura para el cónyuge/la pareja de hecho

#### Seguro de vida para dependientes

La cobertura opcional de vida a término pagada por el empleado también está disponible para dependientes elegibles para PEBB y para su cónyuge o pareja, por un único pago de la prima, independientemente de la cantidad de personas con cobertura. Este plan paga un beneficio de \$5,000 por persona siempre y cuando usted sea un miembro elegible para PEBB y los pagos de las primas estén al día en el momento de la pérdida.

Para obtener detalles completos e información sobre las tarifas, visite: www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Dependent-Life.aspx.

## Seguro por muerte accidental y desmembramiento (accidental death and dismemberment, AD&D)

Con el seguro opcional por AD&D pagado por el empleado, tendrá cobertura por la pérdida accidental de la vida, una extremidad, una mano, un pie, la audición, el habla, la vista o el dedo pulgar e índice de la misma mano. Se encuentra disponible una cobertura de hasta \$500,000, y usted puede elegir una cobertura familiar (el empleado más todos sus dependientes elegibles para PEBB) o una cobertura para el empleado únicamente.

Para obtener detalles completos e información sobre las tarifas, visite: www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/ADD.aspx.















# Seguro por incapacidad a corto plazo y largo plazo de *The Standard*



#### Seguro por incapacidad a corto plazo (short term disability, STD)

El seguro opcional por STD es pagado por el empleado. Tras un período de espera de 7 días para acceder al beneficio, recibirá el 60 % de sus ingresos asegurados, en función de sus ingresos semanales en vigencia el último día completo de trabajo. Los ingresos asegurados no incluyen pago de horas extras, bonificaciones ni dinero recibido por optar por la exclusión de la cobertura médica. Las primas de STD están vinculadas a los ingresos laborales, así que un aumento del salario generará un aumento de la prima.

El beneficio semanal mínimo es de \$25 y el beneficio semanal máximo es de \$1,662, antes de la reducción del ingreso deducible. "Ingreso deducible" hace referencia a cualquier otro ingreso que usted tenga derecho a recibir debido a su discapacidad. Si está incapacitado durante menos de una semana, se le pagará la séptima parte del beneficio semanal por cada día en que esté incapacitado.

Para obtener detalles completos e información sobre las tarifas, visite: www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Short-Term-Disability.aspx.

#### Seguro por incapacidad a largo plazo (long term disability, LTD)

El seguro opcional por LTD es pagado por el empleado, y usted puede elegir su período de espera del beneficio y el monto del beneficio.

Opción	Período de espera	Cobertura
1	90 días	60 % de los primeros \$12,000 menos el ingreso deducible (hasta \$7,200); beneficio
2	180 días	mínimo de \$50/mes
3	90 días	66 2/3 % de los primeros \$12,000 menos el ingreso deducible (hasta \$8,000);
4	180 días	beneficio mínimo de \$50/mes

Sus ingresos asegurados para LTD están basados en sus ingresos mensuales en vigencia el último día completo de trabajo. Los ingresos asegurados no incluyen pago de horas extras, bonificaciones ni dinero recibido por optar por la exclusión de la cobertura médica. Las primas de LTD están vinculadas a los ingresos laborales, así que un aumento del salario generará un aumento de la prima.

Para obtener detalles completos e información sobre las tarifas, visite: www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Long-Term-Disability.aspx.

## Seguro de atención a largo plazo



Puede inscribirse en este seguro en cualquier momento —durante la inscripción abierta, debe inscribirse mediante el enlace proporcionado en PDB (su sistema de inscripción). Debe leer la póliza en su totalidad y revisar todas las tarifas indicadas en el sitio web del plan en http://unuminfo.com/pebb/index.aspx. El seguro de atención a largo plazo proporciona beneficios cuando usted es incapaz de realizar, al menos, dos actividades de la vida cotidiana (activities of daily living, ADL). Las ADL son las siguientes:

- > Vestirse >
- > Baño
- > Ir al baño
- Trasladarse
- Comer
- Contener la necesidad de ir al baño

Usted es elegible para un beneficio mensual tras reunir todas estas condiciones:

- 1. Quedar discapacitado;
- 2. Ha cumplido con el período de eliminación.

3. Su proveedor certifica que usted es incapaz de realizar dos o más ADL durante un período de, al menos, 90 días.

Su proveedor tendrá que certificar su elegibilidad cada 12 meses.

El monto de su beneficio mensual estará basado en lo siguiente: Las opciones de cobertura que usted elige y el lugar de residencia utilizado para la atención a largo plazo.



## Cuenta de gastos flexibles de atención médica y cuenta de gastos flexibles de cuidado de dependientes



#### ¿Qué son las cuentas de gastos flexibles?\*

Las cuentas de gastos flexibles (*Flexible Spending Accounts*, FSA) le permiten apartar dinero de su sueldo antes de impuestos para pagar los gastos de su bolsillo para atención médica o para los gastos de cuidado de niños/adultos dependientes mientras usted trabaja. Cuando paga menos en impuestos, tiene más dinero en su bolsillo. La mayoría de las personas ahorran, al menos, el 30 % en cada dólar apartado antes de impuestos. Hay dos cuentas para elegir:

- FSA de atención médica Aparte dinero antes de impuestos para pagar los gastos médicos, dentales, para la vista, para la audición, medicamentos recetados y productos de atención médica de venta libre para usted y para su cónyuge e hijos que reúnan los requisitos.
- FSA de cuidado de dependientes Aparte dinero antes de impuestos para pagar los gastos de cuidado infantil relacionados con el trabajo y, en algunos casos, los gastos de cuidado de ancianos. Esto incluye guardería infantil, servicio de niñera habitual, cuidado antes/después de la escuela, jardín de niños/preescolar mientras usted y, si está casado, su cónyuge, están trabajando.

¡ADVERTENCIA! No coloque dinero en la FSA de cuidado de dependientes para los gastos de atención médica. Esta cuenta es para los gastos de cuidado de niños o adultos relacionados con el trabajo.

#### ¿Cuánto puedo aportar a mis FSA?

FSA de atención médica: \$2,700 | FSA de cuidado de dependientes: monto máximo anual de \$5,000. Importante: La fecha límite para efectuar cambios en sus aportes es el 20 de diciembre de 2019.

#### ¿Cómo presento reclamos y obtengo reembolsos?

A medida que incurra en gastos, puede presentar un reclamo para obtener un reembolso. ASIFlex ofrece varias maneras sencillas de presentar reclamos para obtener un reembolso. No tiene que elegir solamente una opción; puede usar varias opciones a lo largo del año.

- Aplicación móvil de ASIFlex Descargue la aplicación e inicie sesión en su cuenta.
   Luego, tan solo tome una fotografía de su EOB o recibo desglosado y presente un reclamo mediante la aplicación.
- **ASIFIex en línea** Registrese en su cuenta en línea en asiflex.com/ORPEBB para presentar un reclamo.
- Correo postal o fax gratuito Descargue y complete un formulario de reclamo. Luego, envielo con su EOB o recibo desglosado. Conserve una copia para sus registros.
- Tarjeta de ASIFlex En lugar de presentar un reclamo y recibir el reembolso en su
  cuenta, puede usar la Tarjeta de ASIFlex para los gastos de atención médica. En
  algunos casos, se le pedirá que presente documentación de respaldo para corroborar
  las transacciones con la tarjeta.

Recibirá los reembolsos en el plazo de tres días hábiles posteriores a la recepción de un reclamo completo. Inicie sesión en su cuenta de ASIFlex para registrarse para el depósito directo, como también para recibir alertas por correo electrónico y por mensaje de texto.

#### \* Sujetas a comprobación de no discriminación.

del IRS con respecto al cambio de estatus.

Para obtener más información, vea el documento del plan de PEBB, o bien visite ASIFlex.com/ORPEBB para obtener la Publicación 502 del IRS, Gastos médicos y dentales, y la Publicación 503 del IRS, Gastos de cuidado de menores y dependientes; una lista de gastos elegibles; información de la tarjeta de débito e información general del plan. Puede efectuar cambios en su cuenta solamente si está permitido conforme a las reglamentaciones

#### Administre su cuenta

Registre su cuenta en ASIFlex.com/ ORPEBB para ver su saldo y resumen de cuenta, presentar reclamos, registrarse para recibir alertas por correo electrónico y mensajes de texto, y para el depósito directo.

## Consulte los productos de venta libre (*over-the-counter*, OTC)

Vendas, monitores de presión arterial, suministros para diabéticos, soluciones para lentes de contacto y protector solar son tan solo algunos de los artículos de OTC elegibles. Visite ASIFlex.com/ORPEBB y haga clic en el enlace "FSA Store" (Tienda de FSA).

#### ¡Obtenga la aplicación de ASIFlex!

- Presente y vea el estatus de un reclamo.
- Presente documentación.
- Acceda a su saldo y resumen de cuenta.

Busque "ASIFlex Self Service" (Autoservicio de ASIFlex) y descargue hoy mismo la aplicación.





#### Atención al Cliente de ASIFlex

ASIFlex.com/ORPEBB asi@asiflex.com

T: 800.659.3035 F: 877.879.9038 P.O. Box 6044

Columbia, MO 65203



### Planes de beneficios de transporte laboral

Cuenta de reembolso de estacionamiento Cuenta de reembolso de transporte público/transporte compartido en camioneta



#### ¿Cuáles son los Planes de beneficios de transporte laboral?

Los Planes de beneficios de transporte laboral le permiten pagar los gastos de transporte laboral relacionados con el trabajo en los que incurra al trasladarse hacia y desde el trabajo. La mayoría de las personas ahorran, al menos, el 30 % en cada dólar apartado antes de impuestos. Hay una opción de estacionamiento y una opción de transporte para elegir.

Cuenta de reembolso de estacionamiento Si estaciona en un lugar no perteneciente al estado, puede apartar dinero antes de impuestos de su sueldo para pagar el estacionamiento en el lugar o cerca del lugar desde el que trabaja o desde el que se traslada hacia el trabajo.

¡ADVERTENCIA! Estacionamiento patrocinado por el empleador antes de impuestos: Si estaciona en un estacionamiento o garaje no perteneciente al estado y paga el gasto de estacionamiento mediante una deducción de nómina, no reúne los reguisitos.

Cuenta de reembolso de transporte público/transporte compartido en camioneta Puede apartar dinero antes de impuestos de su sueldo para pagar los gastos de transporte, como transporte compartido en camioneta, autobús, ferrocarril o transbordador en los que incurra para trasladarse hacia y desde el trabajo. Las bicicletas no están incluidas.

#### Administre su cuenta

Registre su cuenta en ASIFlex.com/ ORPEBB para ver su saldo y resumen de cuenta, presentar reclamos. registrarse para recibir alertas por correo electrónico y mensajes de texto, y para el depósito directo.

#### Atención al Cliente de **ASIFIex**

ASIFlex.com/ORPEBB asi@asiflex.com T: 800.659.3035 F: 877.879.9038 P.O. Box 6044 Columbia, MO 65203

#### ¿Cuánto puede aportar a las cuentas de transporte laboral?

Cuenta de reembolso de estacionamiento: \$265 por mes | Cuenta de transporte público/transporte compartido en camioneta: \$265 por mes

#### ¿Cómo presento reclamos y obtengo reembolsos?

A medida que incurra en gastos, puede presentar un reclamo para obtener un reembolso. ASIFlex ofrece varias maneras sencillas de presentar reclamos para obtener un reembolso. No tiene que elegir solamente una opción; puede usar varias opciones a lo largo del año.

- ASIFIex en línea Registrese en su cuenta en línea en asiflex.com/ORPEBB para presentar un reclamo.
- Correo postal o fax gratuito Descargue y complete un formulario de reclamo. Luego, envíelo con su recibo desglosado. Conserve una copia para sus registros.
- Tarjeta de ASIFlex En lugar de presentar un reclamo y recibir el reembolso en su cuenta, puede usar la Tarjeta de ASIFlex para los gastos de transporte. En algunos casos, se le pedirá que presente documentación de respaldo para corroborar las transacciones con la tarjeta.

Recibirá los reembolsos en el plazo de tres días hábiles posteriores a la recepción de un reclamo completo. Inicie sesión en su cuenta de ASIFlex para registrarse para el depósito directo, como también para recibir alertas por correo electrónico y por mensaje de texto.



CARDHOLDER NAME
SAVE ALL RECEIPTS



Para obtener más información sobre el programa, revise el documento del plan de PEBB o visite ASIFlex.com/ORPEBB.

Fax: 888-393-2943

# Información para el miembro con cobertura en virtud de COBRA

## Inscripción abierta del 1 al 31 de octubre de 2019

#### Miembros con cobertura en virtud de COBRA:

- Deben registrarse activamente en cada período de inscripción abierta si están inscritos en un plan médico.
- Si están únicamente inscritos en un plan dental o de la vista, no tienen que completar la inscripción abierta.
- Que están inscritos en un plan médico para 2019, pero no completan la inscripción abierta:
  - Permanecerán en su plan 2019.
  - Pagarán \$25 por mes por consumo de tabaco (independientemente del consumo actual).
  - Pagarán \$50 por mes por cobertura para el cónyuge o la pareja de hecho.
- Pueden tener cobertura para la vista sin inscribirse en un plan médico.
  - Los planes médicos de tiempo completo de Kaiser incluyen cobertura para la vista.
  - VSP está disponible para miembros de Providence y de Moda.
    - VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.
- Pueden inscribirse en un plan dental para 2020.
  - Si elige Delta Dental y no se registró la primera vez que fue elegible, puede tener un período de espera en algunos servicios.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2020:

Revise las regiones, las primas y la cobertura del plan médico en esta Guía para la inscripción abierta.

- Visite: https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/forms. aspx para completar un formulario de inscripción en la cobertura en virtud de COBRA.
- Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a: BenefitHelp Solutions (BHS): PO Box 40548, Portland, OR 97240-0548



## Cómo comunicarse con la PEBB durante la inscripción abierta

Llame a la PEBB al 503-373-1102 durante los siguientes horarios:

> De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m.

Envíe un mensaje de correo electrónico a la PEBB a: inquiries.pebb@dhsoha.state.or.us

#### Cómo comunicarse con BenefitHelp Solutions (BHS)

Teléfono: 503-412-4257

Número gratuito de Atención al cliente: 1-877-433-6079

### Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a:

BenefitHelp Solutions (BHS) PO Box 40548, Portland, OR 97240-0548

Fax: 888-393-2943

#### Información para el miembro en virtud de COBRA (continuación)

#### Tarifas de primas mensuales del plan médico correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/ pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia	Hijos únicamente <sup>7</sup>
Kaiser Traditional <sup>2</sup>	\$811.03	\$1,622.07	\$1,378.76	\$2,189.80	\$652.10
Kaiser Deductible <sup>2</sup>	\$744.42	\$1,488.88	\$1,265.55	\$2,009.99	\$602.45
Synergy de Moda <sup>1</sup>	\$739.98	\$1,479.96	\$1,257.97	\$1,997.94	\$628.98
Providence PEBB Statewide <sup>3</sup>	\$849.96	\$1,699.90	\$1,444.92	\$2,294.87	\$722.46
Providence Choice <sup>1</sup>	\$711.97	\$1,423.95	\$1,210.36	\$1,922.34	\$605.19
Kaiser Traditional (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$686.58	\$1,373.17	\$1,167.17	\$1,853.76	\$552.05
Kaiser Deductible (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$613.91	\$1,227.83	\$1,043.64	\$1,657.56	\$530.87
Synergy de Moda (de tiempo parcial) <sup>4</sup>	\$602.44	\$1,204.89	\$1,024.17	\$1,626.60	\$512.08
Providence PEBB Statewide (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$690.46	\$1,380.93	\$1,173.80	\$1,864.25	\$586.89
Providence Choice (de tiempo parcial) <sup>4</sup>	\$576.97	\$1,153.93	\$980.84	\$1,557.82	\$490.42

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para individuos a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

#### Tarifas de primas mensuales del plan de la vista correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/ pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia	Hijos únicamente <sup>7</sup>
VSP	\$8.71	\$17.42	\$14.81	\$23.52	\$7.41
VSP Plus	\$15.25	\$30.49	\$25.92	\$41.15	\$12.96

#### Tarifas de primas mensuales del plan dental correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/ pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia	Hijos únicamente <sup>7</sup>
Kaiser <sup>1</sup>	\$66.03	\$132.06	\$112.26	\$178.29	\$53.22
Delta Dental Premier <sup>2</sup>	\$59.48	\$118.94	\$101.10	\$160.57	\$50.55
PPO de Delta Dental <sup>3</sup>	\$54.95	\$109.90	\$93.41	\$148.37	\$46.71
Willamette Dental Group <sup>4</sup>	\$57.23	\$114.48	\$97.36	\$154.60	\$48.63
Delta Dental (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$42.79	\$85.61	\$72.76	\$115.56	\$36.39
Kaiser (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$49.24	\$98.48	\$83.72	\$132.96	\$39.64

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

Nota: Todas las tarifas incluyen una comisión del 0.13 % y un costo de administración de la PEBB del 0.35 %.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para individuos a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan. Servicios para la vista de rutina de Kaiser.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para individuos a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Opción adicional disponible para individuos a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para individuos a tiempo parcial elegibles.

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Opción adicional disponible para individuos a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan. Examen de la vista únicamente.

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> La cobertura para hijos únicamente está disponible para participantes jubilados y con cobertura en virtud de COBRA.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB; en instalaciones del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Opción adicional disponible para individuos elegibles para PEBB; en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> La cobertura para hijos únicamente está disponible para participantes jubilados y con cobertura en virtud de COBRA.

## Información para miembros jubilados

#### **Nuevos jubilados**

Un jubilado elegible puede inscribirse en los beneficios para jubilados de PEBB.

Los jubilados pueden elegir lo siguiente:

- Un plan de tiempo completo o de tiempo parcial
- Beneficios de cobertura médica, dental o para la visión únicamente
- Todos los beneficios principales disponibles

## "Período de cambio de plan" anual para jubilados

El período de cambio de plan anual es del 1 al 31 de octubre de 2019. Los jubilados que seleccionaron la cobertura médica el primer año deben inscribirse activamente en un plan médico cada año.

Después del primer año, los jubilados no pueden agregar ningún nuevo:

- Familiar (salvo que haya un cambio calificado de condición [qualified status change, QSC])\*
- > Planes de beneficios

Los jubilados inscritos en cobertura dental o para la vista únicamente para 2019 no tienen que inscribirse nuevamente. Los planes continuarán en 2020.

- Los planes médicos de tiempo completo de Kaiser incluyen cobertura para la vista.
- La cobertura para la vista de VSP está disponible para los miembros de Providence o de Moda. VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2020:

Revise las regiones, las primas y las coberturas del plan médico en esta Guía para la inscripción abierta.

Visite www.PEBBenroll.com y seleccione "*Enroll Now*" (Inscribirse ahora).

- Siga las instrucciones en cada pantalla en el sistema de inscripción.
- Guarde e imprima la declaración de beneficios proporcionada al final del proceso de inscripción.

Si olvida su nombre de usuario o contraseña:

- Haga clic en el botón rojo "Get it Now" (Obtenerla ahora) (parte superior izquierda de la pantalla).
- Use el número de beneficio de PEBB para restablecer su contraseña.

Puede inscribirse usando cualquier computadora con conexión a Internet.

También puede inscribirse mediante el formulario de inscripción para jubilados si no puede inscribirse en línea.

- Visite: http://www.oregon.gov/OHA/PEBB/Pages/forms. aspx para completar el formulario de inscripción para jubilados.
- > Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a BenefitHelp Solutions (BHS).

\* Los jubilados pueden actualizar los beneficios por un evento que cambia la vida. Los cambios se realizan mediante un formulario de cambios a mitad del año. Visite: http://www.oregon.gov/OHA/PEBB/Pages/forms.aspx.

## Cómo comunicarse con la PEBB durante la inscripción abierta

Llame a la PEBB al 503-373-1102 durante los siguientes horarios:

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m.

Envíe un mensaje de correo electrónico a la PEBB a: inquiries. pebb@dhsoha.state.or.us

#### Cómo comunicarse con BenefitHelp Solutions (BHS)

Teléfono: 503-412-4257

Número gratuito de Atención al cliente: 1-877-433-6079

### Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a:

BenefitHelp Solutions (BHS)

PO Box 40548, Portland, OR 97240-0548

Fax: 888-393-2943

#### Información para miembros jubilados (continuación)

#### Tarifas de primas mensuales del plan médico correspondiente a jubilados para 2020

	Jubilado	Jubilado y cónyuge/ pareja	Jubilado e hijos	Jubilado y familia	Hijos únicamente <sup>9</sup>
Kaiser Traditional <sup>1</sup>	\$799.94	\$1,599.89	\$1,359.90	\$2,159.85	\$643.18
Kaiser Deductible <sup>1</sup>	\$734.24	\$1,468.51	\$1,248.24	\$1,982.50	\$594.21
Synergy de Moda <sup>2</sup>	\$729.86	\$1,459.72	\$1,240.77	\$1,970.61	\$620.38
Providence PEBB Statewide <sup>3</sup>	\$838.33	\$1,676.65	\$1,425.15	\$2,263.48	\$712.58
Providence Choice <sup>4</sup>	\$702.23	\$1,404.48	\$1,193.80	\$1,896.04	\$596.91
Kaiser Traditional (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$677.19	\$1,354.39	\$1,151.20	\$1,828.41	\$544.49
Kaiser Deductible (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$605.51	\$1,211.04	\$1,029.37	\$1,634.89	\$523.61
Synergy de Moda (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$594.20	\$1,188.41	\$1,010.16	\$1,604.35	\$505.07
Providence PEBB Statewide (de tiempo parcial) <sup>7</sup>	\$681.02	\$1,362.04	\$1,157.75	\$1,838.75	\$578.86
Providence Choice (de tiempo parcial) <sup>8</sup>	\$569.08	\$1,138.15	\$967.42	\$1,536.51	\$483.71

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan. Servicios para la vista de rutina de Kaiser.

#### Tarifas de primas mensuales del plan de la vista correspondiente a jubilados para 2020

	Jubilado	Jubilado y cónyuge/ pareja	Jubilado e hijos	Jubilado y familia	Hijos únicamente <sup>9</sup>
VSP	\$8.59	\$17.18	\$14.61	\$23.20	\$7.31
VSP Plus	\$15.04	\$30.07	\$25.56	\$40.59	\$12.78

#### Tarifas de primas mensuales del plan dental correspondiente a **jubilados** para 2020

	Jubilado	Jubilado y cónyuge/ pareja	Jubilado e hijos	Jubilado y familia	Hijos únicamente <sup>9</sup>
Kaiser <sup>1</sup>	\$65.12	\$130.26	\$110.72	\$175.85	\$52.49
Delta Dental Premier <sup>2</sup>	\$58.66	\$117.31	\$99.72	\$158.37	\$49.86
PPO de Delta Dental <sup>3</sup>	\$54.20	\$108.40	\$92.14	\$146.34	\$46.07
Willamette Dental Group <sup>4</sup>	\$56.45	\$112.91	\$96.02	\$152.48	\$47.96
Delta Dental (de tiempo parcial) <sup>5</sup>	\$42.21	\$84.43	\$71.77	\$113.98	\$35.89
Kaiser (de tiempo parcial) <sup>6</sup>	\$48.57	\$97.13	\$82.58	\$131.14	\$39.10

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan. Examen de la vista únicamente.

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles.

<sup>8</sup> Opción adicional disponible para empleados a tiempo parcial elegibles en el área de servicio del plan. Examen de la vista únicamente.

<sup>9</sup> La cobertura para hijos únicamente está disponible solo para participantes jubilados y con cobertura en virtud de COBRA.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB; en instalaciones del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Opción adicional disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Opción adicional disponible para individuos elegibles para PEBB; en el área de servicio del plan.

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> La cobertura para hijos únicamente está disponible solo para participantes jubilados y con cobertura en virtud de COBRA.

## Información para miembros con pago autónomo

## Inscripción abierta del 1 al 31 de octubre de 2019

#### Miembros con pago autónomo:

- Deben inscribirse activamente en un plan médico cada año
- Que no se inscriben activamente:
  - Permanecerán en su plan 2019.
  - Pagarán \$25 por mes por consumo de tabaco (independientemente del consumo actual).
  - Pagarán \$50 por mes por cobertura del cónyuge.
- Pueden inscribirse en la cobertura para la vista si están inscritos en un plan médico.
  - Los planes médicos de tiempo completo de Kaiser incluyen cobertura para la vista.
  - VSP está disponible para miembros de Providence o de Moda.
    - VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.
- Pueden inscribirse en un plan dental para 2020 si están inscritos en un plan médico.
  - Si elige Delta Dental y no se registró la primera vez que fue elegible, puede tener un período de espera para algunos servicios.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2020:

Revise las regiones, las primas y la cobertura del plan médico en esta Guía para la inscripción abierta.

Para inscribirse en línea:

Visite www.pebbenroll.com.

- Siga las instrucciones en cada pantalla en el sistema de inscripción.
- Guarde e imprima la declaración de beneficios proporcionada al final del proceso de inscripción.

Si olvida su nombre de usuario o contraseña:

- Haga clic en el botón rojo "Get It Now" (Obtenerla ahora) (parte superior izquierda de la pantalla).
- Use el número de beneficio de PEBB para restablecer su contraseña.

Puede inscribirse usando cualquier computadora con conexión a Internet.

También puede inscribirse mediante el formulario de inscripción para miembros con pago autónomo si no puede inscribirse en línea.

- Visite: https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/forms. aspx para completar un formulario de inscripción para miembros con pago autónomo.
- > Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a BenefitHelp Solutions (BHS).

## Cómo comunicarse con la PEBB durante la inscripción abierta

Llame a la PEBB al 503-373-1102 durante los siguientes horarios:

> De lunes a viernes, de 7 a.m. a 6 p.m.

Envíe un mensaje de correo electrónico a la PEBB a: inquiries. pebb@dhsoha.state.or.us

#### Cómo comunicarse con BenefitHelp Solutions (BHS)

Teléfono: 503-412-4257

Número gratuito de Atención al cliente: 1-877-433-6079

### Envíe el formulario por correo postal o por fax antes del 31 de octubre de 2019 a:

BenefitHelp Solutions (BHS) PO Box 40548, Portland, OR 97240-0548

Fax: 888-393-2943

#### Información para miembros con pago autónomo (continuación)

## Tarifas de primas mensuales del plan médico correspondiente a participantes **con pago autónomo** para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia
Kaiser Traditional <sup>2</sup>	\$826.68	\$1,643.09	\$1,398.16	\$2,214.56
Kaiser Deductible <sup>2</sup>	\$759.64	\$1,509.01	\$1,284.21	\$2,033.56
Synergy de Moda <sup>1</sup>	\$755.17	\$1,500.03	\$1,276.58	\$2,021.44
Providence PEBB Statewide <sup>3</sup>	\$865.87	\$1,721.42	\$1,464.76	\$2,320.33
Providence Choice <sup>1</sup>	\$726.96	\$1,443.66	\$1,228.66	\$1,945.33

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

## Tarifas de primas mensuales del plan de la vista correspondiente a participantes **con pago autónomo** para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia
VSP	\$8.54	\$17.08	\$14.52	\$23.06
VSP Plus	\$14.95	\$29.89	\$25.41	\$40.35

## Tarifas de primas mensuales del plan dental correspondiente a participantes **con pago autónomo** para 2020

	Persona	Individuo y cónyuge/pareja	Individuo e hijos	Individuo y familia
Kaiser Permanente <sup>1</sup>	\$64.74	\$129.48	\$110.06	\$174.81
Delta Dental Premier <sup>2</sup>	\$58.31	\$116.62	\$99.13	\$157.43
PPO de Delta Dental <sup>3</sup>	\$53.88	\$107.76	\$91.59	\$145.47
Willamette Dental Group⁴	\$56.12	\$112.24	\$95.45	\$151.58

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB en el área de servicio del plan.

Nota: Todas las tarifas incluyen una comisión del 0.13 %.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB en el área de servicio del plan. Servicios para la vista de rutina de Kaiser.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Disponible para individuos elegibles para PEBB; en instalaciones del plan.

## ¿Qué significa eso?

**COBRA** es una ley federal. Exige al empleador permitirle continuar con la cobertura médica grupal si deja de ser elegible. Puede pagar la cobertura en virtud de COBRA usted mismo. Su empleador dejará de ayudar a pagar el costo.

**Coseguro** es el porcentaje de gastos de atención médica que usted paga después de alcanzar su deducible anual.

**Copago** es un monto fijo en dólares que usted paga por determinados servicios.

**Deducible** es el monto que usted paga todos los años antes de que comience el plan para pagar los servicios cubiertos que use.

**Dependiente** es una persona que reúne los requisitos para recibir los beneficios en función de su relación con usted. Algunos ejemplos incluyen los siguientes:

- Cónyuge
- > Pareja doméstica
- Menor
- Hijastro

**Jubilado de manera anticipada** es una persona que se jubila antes de los 65 años de edad. Para ser elegible para los beneficios para jubilados de manera anticipada, usted:

- no puede ser elegible para Medicare por edad o discapacidad, y
- debe ser elegible para recibir beneficios jubilatorios de conformidad con el Sistema Público de Jubilación de Empleados (Public Employees' Retirement System, PERS)

**Proveedor dentro de la red** es un proveedor o establecimiento que tiene un contrato con un plan médico para prestar servicios a una tarifa con descuento.

**Beneficio máximo** es el máximo que su plan médico le pagará por un servicio específico cada año.

**Hogar médico** es un modelo de prestación de atención médica basado en equipos. Está diseñado para brindar atención médica integral y permanente a pacientes. La meta del hogar médico es proporcionar la atención que logre los mejores resultados de salud. Si tiene un plan que lo exige, debe elegir un hogar médico después de inscribirse. Asegúrese de comunicarse con su plan médico y comunicar a quién seleccionó antes de usar los servicios.

#### ¿Qué significa eso? (Continuación)

**Elegible para recibir Medicare** es una persona que actualmente reúne los requisitos para recibir beneficios de Medicare por:

- > una discapacidad o
- > su edad (65 años o más)

**Proveedor fuera de la red** es un proveedor o establecimiento que no tiene un contrato con un plan médico para prestar servicios a una tarifa con descuento.

Monto máximo de bolsillo es el máximo que usted pagará cada año antes de que el plan comience a pagar el 100 % de los gastos elegibles.

**PCP 360** es un proveedor de atención primaria que ha aceptado ser responsable de su salud. Un PCP 360 le presta atención completa, y coordinará con otros proveedores según sea necesario.

**Autorización previa** significa que usted debe obtener una aprobación del plan médico antes de que este cubra determinados servicios.

**Atención preventiva** es la atención que usted recibe para prevenir una afección o enfermedad.

**Proveedor de atención primaria** es el profesional médico con quien que se comunica primero cuando tiene una preocupación en cuanto a la salud. Su proveedor de atención primaria también presta atención continua para sus afecciones médicas persistentes.

**Cambio calificado de condición (QSC)** es un evento de vida que le permite cambiar las elecciones del plan fuera del período anual de inscripción abierta. Visite nuestro sitio web para obtener un listado completo de todos los QSC: https://www.oregon.gov/oha/PEBB/docs/AppendixA-QSC.pdf

**Autoasegurado** significa que un empleador (PEBB) paga los costos de atención médica (reclamos) en lugar de la compañía de seguros. Un administrador externo (Moda o Providence) procesa los reclamos para el empleador.



## Consejos rápidos



**Asegúrese de contar con las coberturas que necesita.** Corrobore las inscripciones para asegurarse de tener los planes que necesita. ¿Se inscribió en planes médicos, dentales y de la vista?

**Verifique que sus dependientes cuenten con la cobertura adecuada.** Debe agregar a cada dependiente a cada plan (médico, dental, de la vista, etc.) si desea que estén cubiertos.

**Infórmese si decide no inscribirse en el plan dental para usted o para un dependiente.** Se puede aplicar un período de espera de 12 meses para determinados servicios. Hay un período de espera de 24 meses para los servicios de ortodoncia. El período de espera se aplicará si elige agregar la cobertura de Delta Dental en una inscripción abierta en el futuro.

**¡No espere hasta el último momento!** Las oficinas de la PEBB y de las aseguradoras están cerradas los fines de semana y los días festivos. Decida cuanto antes, inscríbase pronto.

¡No olvide elegir un hogar médico a través de Providence! La meta del hogar médico es proporcionar la atención que logre los mejores resultados. Si se inscribe en Providence Choice, tendrá que elegir un hogar médico después de inscribirse. Asegúrese de comunicarse con su plan médico antes de recibir los servicios para comunicar a quién seleccionó a fin de evitar cargos por servicios fuera de la red.

¡No olvide elegir un PCP 360 a través de Moda! La meta del PCP 360 es proporcionar la atención que logre los mejores resultados. Si se inscribe en Synergy de Moda, tendrá que elegir un PCP 360 después de inscribirse. Asegúrese de comunicarse con su plan médico y comunicar a quién seleccionó antes de recibir los servicios. Esto puede ayudarlo a evitar cargos por servicios fuera de la red.

#### Seleccione la cuenta de gastos flexibles (FSA) correcta.

Antes de inscribirse, ¡conozca la diferencia!

- > FSA de atención médica: le reembolsa a usted o a sus dependientes los gastos de bolsillo:
  - Servicios médicos
- Servicios dentales
- Plan de la vista.
- > FSA de cuidado de dependientes: le reembolsa los gastos de cuidado infantil o de ancianos relacionados con el trabajo, como la guardería infantil. No puede usar una cuenta de cuidado de dependientes para gastos de atención médica de bolsillo.

Averigüe si una cuenta de transporte o de estacionamiento es adecuada para usted. Es posible que no participe en una cuenta de transporte o de estacionamiento si ya tiene esos gastos retenidos de su salario.

Además, para mantener activa la cuenta, al menos una vez cada seis meses, debe realizar una de las siguientes acciones:

- Contribuir a la cuenta.
- Presentar un reclamo.



## Con quién puede comunicarse para obtener ayuda

**PEBB** es la sigla en inglés correspondiente a "Public Employees' Benefit Board" (Junta de Beneficios de Empleados Públicos). La PEBB presta servicios a empleados estatales, de universidades y del gobierno local. La PEBB decide qué beneficios y planes de seguro se ofrecen. La PEBB celebra los contratos legales con las aseguradoras. La PEBB es también el administrador del plan que más sabe acerca de sus beneficios.

#### Comuníquese con la PEBB si necesita ayuda para lo siguiente:

- Iniciar sesión en el sistema de inscripción de beneficios de PEBB o desplazarse por dicho sistema (www.PEBBenroll. com).
- Comprender las reglas.
- Verificar inscripciones.
- Comprender sus beneficios o programas de bienestar.

Las aseguradoras son las compañías de seguro que pagan a los proveedores parte o la totalidad de los servicios de atención médica que usted recibe.

### Comuníquese con la aseguradora si necesita ayuda para lo siguiente:

- Calcular cuánto pagará por un procedimiento.
- Comprender de qué forma se pagó un reclamo.
- Encontrar un proveedor dentro de la red.
- Completar la evaluación médica en línea.
- Obtener una nueva tarjeta de identificación.

La oficina de beneficios de su agencia o universidad también sabe mucho acerca de los beneficios. Es su mejor fuente de información para conocer el costo mensual de su cobertura.

### Comuníquese con la oficina de beneficios de su agencia o universidad si necesita hacer lo siguiente:

- Modificar sus beneficios como consecuencia de un evento de vida (como contraer matrimonio o tener un bebé).
- Determinar el costo mensual de su cobertura.
- Comprender o corregir las deducciones de la nómina.
- Planificar para recibir beneficios cuando se jubile.

**Sus proveedores** son los profesionales (médicos, dentistas, especialistas, etc.) que hacen lo siguiente:

- Prestan servicios de atención médica.
- Diagnostican enfermedades.
- Recomiendan tratamientos.

#### Comuníquese con su proveedor si necesita hacer lo siguiente:

- Programar una cita.
- Calcular el costo total de un procedimiento.
- Pagar la parte que le corresponde (copago o coseguro) de un servicio
- Obtener asesoramiento respecto de síntomas o resultados de análisis de laboratorio.



503-373-1102 www.oregon.gov/oha/PEBB/ Pages/index.aspx



△ DELTA DENTAL

Cobertura médica: 1-877-605-3229 Cobertura dental: 1-844-827-7100 www.modahealth.com/pebb



https://tinyurl.com/ ProvidenceHealthPlan







1-800-556-3137 www.benefithelpsolutions. com/members/groupmembers/pebb

Willamette
Dental Group

1-855-433-6825 www.pebb.willamettedental.



1-800-659-3035 www.asiflex.com





cascadecenters

1-800-842-1707 www.standard.com/ mybenefits/pebb

1-800-227-4165 http://unuminfo.com/pebb/index.aspx





Inscríbase en www.PEBBenroll."

## Cómo comunicarse con la PEBB durante la inscripción abierta

Llame a la PEBB al 503-373-1102 durante los siguientes horarios: De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Durante la inscripción abierta: del 1 al 31 de octubre de 2019

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m.

Envíe un mensaje de correo electrónico a la PEBB a: inquiries.pebb@dhsoha.state.or.us

#### Páginas web de la PEBB fáciles de encontrar

www.PEBBinfo.com: explore la página de inicio de la PEBB.

www.PEBBenroll.com: inscríbase en los beneficios de PEBB.

www.PEBBreminders.com: regístrese para recibir recordatorios por mensaje de texto o por correo electrónico.

www.PEBBwebinars.com: regístrese para los próximos seminarios web.

www.PEBBondemand.com: encuentre todos los tipos de recursos "a pedido", como videos educativos, diapositivas de presentaciones, guías complementarias de la aseguradora.