# Guía para la INSCRIPCIÓN abierta

**Es dar justo en la *tecla* que necesita —inscríbase ahora.**

**Inscripción obligatoria del 1 al 31 de octubre de 2018**

**Inscríbase en: www.PEBBinfo.com**

pebb
Public Employees' Benefit Board

## BENEFICIOS DE PEBB PARA 2019

# Contenido

¿Qué novedades hay para 2019? ..... 2
Con quién puede comunicarse para obtener ayuda ..... 3
Inscripción abierta obligatoria y por qué ..... 4
Antes de inscribirse ..... 4
Revisión de elegibilidad de dependientes por parte de PEBB ..... 6
Alex, el asesor de beneficios virtual ..... 8
Modelo de compromiso con la salud (HEM) —Miembros activos únicamente ..... 10
Tarifas para 2019 ..... 11
Planes médicos de Kaiser Permanente ..... 12
Moda Health ..... 14
Providence Statewide ..... 16
Providence Choice ..... 18
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
ASI Flex ..... 26
Seguro opcional de vida y por AD&D de The Standard ..... 28
Unum ..... 29
Programa de asistencia para empleados de Cascade ..... 30
Información para el miembro con cobertura en virtud de COBRA ..... 32
Información para miembros jubilados ..... 34
Información para miembros con pago autónomo ..... 36
¿Qué significa eso? ..... 38
Consejos rápidos ..... 40
Inscripción obligatoria del 1 al 31 de octubre de 2018 ..... 41

# ¿Qué novedades hay para 2019?

¡Le tenemos buenas noticias! Los empleados públicos de Oregon pagan menos por atención médica que otros trabajadores gubernamentales y que el sector privado.[1]

## Vigente a partir de enero de 2019

### ¡Las primas (lo que usted paga mensualmente) siguen siendo bajas!

- La mayoría de los miembros notarán aumentos en las primas de entre $1 y $4 por mes.

### ¡Los deducibles siguen bajos!

### Los copagos por visitas a la sala de emergencias cambian.

- Moda, Providence Choice y Providence Statewide aumentarán el copago por visita a la sala de emergencias a $150. Se anula el copago en caso de que usted sea hospitalizado.

### Un aumento del monto máximo de bolsillo de Providence Statewide.

- $1900 por persona
- $5700 por familia

### Un aumento en diversos copagos de Willamette Dental.

- Visitas a consultorios a $10; empastes a $20; coronas y puentes a $250; dentaduras postizas a $290; tratamientos de conducto a $150; extracciones quirúrgicas a $40 y ortodoncia a $2,500

### Delta Dental aumenta las opciones de beneficios.

- Agrega el beneficio de óxido nitroso.

### La política de la Junta de Beneficios de Empleados Públicos (Public Employees' Benefit Board, PEBB) sobre la cobertura para hijos dependientes cambiará.

- La cobertura se extenderá hasta el final del mes siguiente cuando el hijo cumpla 26 años.
  - Anteriormente, los hijos podían seguir contando con cobertura hasta el final del año del plan en el que cumplían 26 años.
  - Esto ayuda a la PEBB a evitar importantes recortes en los beneficios y ahorra dinero.

### Un modelo autoasegurado para Moda.

- Esto ayuda a la PEBB a evitar importantes recortes en los beneficios y ahorra dinero.
- Valor para usted —esto no afectará sus gastos de bolsillo.

### Las contribuciones a la cuenta de gastos flexibles (Flexible Spending Account, FSA) aumentan.

- Los miembros pueden contribuir hasta $2,650 a una FSA de atención médica en 2019.

### Las contribuciones para beneficios adicionales aumentan.

- El monto máximo mensual del beneficio de transporte laboral para 2019 aumenta a $260.

### VSP efectúa cambios en el plan de beneficios para la vista.

- Divide el cargo por evaluación y prueba, lo que les ofrece más opciones a los miembros.
- Agrega lentes Ethos o progresivos estándar.

### El plan médico de Kaiser Permanente amplía el área de servicio.

- El acceso se amplía al área de Eugene y Springfield.

### The Standard.

- Cambia la tarifa para 2019.

[1]Según una encuesta nacional de consultores en materia de atención médica de Mercer.

# 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). Prestamos 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.PEBBinfo.com).
- Aclarar normas.
- 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 (por ejemplo, contraer matrimonio o tener un bebé).
- Determinar el costo mensual de su cobertura.
- Planificar la jubilación.
- Comprender o corregir las deducciones de la nómina.

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

- Brindan 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.

pebb Public Employees' Benefit Board
503-373-1102
www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/index.aspx

moda HEALTH
Cobertura médica:
1-877-605-3229
Cobertura dental:
1-877-277-7280
www.modahealth.com/pebb

Administered by PROVIDENCE Health Plan
1-800-423-9470
https://tinyurl.com/ProvidenceHealthPlan

KAISER PERMANENTE®
1-800-813-2000
my.kp.org/pebb

VSP Vision Care
1-800-877-7195
www.vsp.com

Willamette Dental Group
1-855-433-6825
www.willamettedental.com/pebb

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

CASCADE CENTERS INCORPORATED
1-800-433-2320
https://tinyurl.com/cascadecenters

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

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

# Inscripción abierta obligatoria y por qué

Todos deben iniciar sesión entre el 1 y el 31 de octubre y efectuar las selecciones de beneficios para 2019. La inscripción abierta es la única vez por año en que puede efectuar cambios sin un evento de vida importante. Tome medidas durante esta inscripción abierta para asegurarse de contar con la cobertura que usted y su familia necesitan. Elija participar en el Modelo de compromiso con la salud (Health Engagement Model, HEM) para recibir un deducible más bajo. Revise y actualice los datos sobre dependientes, uso de tabaco, otra cobertura grupal de cónyuge, información personal y beneficiarios.

# Antes de inscribirse

## Conozca los aspectos básicos de la cobertura médica

Glosario de términos casi al final de esta guía.

## Sepa qué planes tiene a su disposición.

- El Modelo de atención coordinada www.oregon.gov/OHA/PEBB/Documents/CoordinatedCareModel.pdf
- Planes con costos más bajos/más altos por condado www.oregon.gov/OHA/PEBB/Documents/Medical%20Plans.pdf

## Asegúrese de que sus proveedores estén dentro de la red del plan — use el directorio de proveedores del plan

- Deducible y organización para el mantenimiento de la salud (Health Maintenance Organization, HMO) de Kaiser Permanente healthy.kaiserpermanente.org/care/doctors-locations
- Synergy y Summit de Modawww.modahealth.com/ProviderSearch/faces/webpages/home.xhtml
- Providence Choice y Statewide de PEBB phppd.providence.org

## Averigüe de qué forma el plan maneja las remisiones a especialistas — llame al plan y pregunte

Planes del modelo de atención coordinada —Providence Choice, Synergy/Summit 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.
- Kaiser Permanente: su atención quizá no esté cubierta si consulta a un proveedor no perteneciente a Kaiser Permanente.
- Moda: sus proveedores trabajan juntos para coordinar su atención. No se requieren remisiones para ver a un especialista. Los miembros pueden consultar a cualquier proveedor dentro de la red Synergy o Summit.

El plan Statewide de PEBB 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/calc2018.html

*Antes de inscribirse (continuación)*

## Cobertura para parejas de hecho

La cobertura para parejas de hecho y para los hijos de su pareja tiene implicaciones fiscales que reducen su salario de bolsillo.
www.oregon.gov/oha/pebb/benefits/domestic-partners.pdf

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

Cuando se inscriba, puede optar por la exclusión de la cobertura de los planes médicos de PEBB si cuenta con cobertura en otro plan grupal. Recibirá una parte de la contribución de prima de su empleador que determinó la PEBB.
www.oregon.gov/oha/pebb/benefits/opt-out.pdf

Incluso así puede inscribirse en otros beneficios de PEBB.

## 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 del empleador para los beneficios principales.
www.oregon.gov/oha/pebb/benefits/opt-out-decline.pdf

## Parte de la prima del empleado para beneficios principales

Los empleados pagan una parte porcentual de la prima para beneficios principales; el empleador paga el saldo. La parte de la prima puede variar según la agencia o la universidad de empleo. Por ejemplo, la parte de la prima para empleados a tiempo completo en agencias del poder ejecutivo es del 5 % o del 1 %, según su elección del plan médico; para algunas universidades, es del 5 % o del 3 %. La PEBB no determina la parte de la prima. Comuníquese con la oficina de beneficios de su agencia o universidad para obtener información sobre la parte de la prima.
www.oregon.gov/OHA/PEBB/pages/contact_us.aspx.

La misma parte porcentual de la prima que usted paga por la cobertura médica se aplica a la inscripción en otros beneficios principales —cobertura del plan dental, del plan de la vista y del seguro de vida básico para el empleado. Si opta por la exclusión del plan médico, su parte de la prima siempre es del 5 %.

## 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 —Statewide de PEBB o HMO de Kaiser Permanente. 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 5 % o el 1 % del total de la prima en función del plan médico que elige. Además, 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. Su empleador paga un subsidio a la prima si usted se inscribe en un plan de tiempo parcial. Su parte de la prima en el plan HMO de Kaiser Permanente o Statewide de PEBB 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 %. Recuerde que si se inscribe en un plan médico de tiempo parcial, también recibe un monto fijo de subsidio a la prima en función de su nivel de cobertura.

# Revisión de elegibilidad de dependientes por parte de PEBB

La PEBB sigue revisando los registros de los 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:**

a. Revise detenidamente los documentos incluidos en su paquete.

b. 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 verificará si su dependiente fue considerado elegible o no.

**¿Quién es considerado un dependiente elegible?**

1. **Cónyuge**, está casado en virtud de las leyes de Oregon o de otro estado o país.
2. **Pareja de hecho mediante certificado**, son dos personas del mismo sexo en una unión reconocida por la ley de Oregon.
3. **Pareja de hecho mediante declaración jurada,** son personas no casadas del mismo sexo o del sexo opuesto establecidas en una unión.
4. **Hijo**, es su hijo biológico, adoptado, hijastro o el hijo de su pareja.
5. **Hijo mediante declaración jurada**, es la colocación por orden judicial de un menor que vive en su grupo familiar. El menor también debe ser su dependiente en su declaración de impuestos ante el Servicio de Impuestos Internos (Internal Revenue Service, IRS).
6. **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 debe ser mayor de 26 años. El progenitor no puede estar casado y no debe tener una pareja de hecho.

**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 para 2016 o 2017
- Certificado de unión de hecho registrada expedido por el estado de Oregon
- 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

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

- 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
- 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. Estamos obligados 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. Para agregarlos a sus beneficios, tendrá que completar el formulario de apelación y presentarlo junto con los documentos para determinar la elegibilidad. Esto debe hacerse en el plazo de 60 días desde la fecha de finalización de la cobertura.

### ¿Qué debo 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. El número de teléfono de Servicios para miembros es 503-373-1102, o bien puede enviar un mensaje de correo electrónico a pebb.dependenteligibility@dhsoha.state.or.us

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

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

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

La PEBB realiza una nueva revisión de elegibilidad cada 60 días. Así que, a partir de enero de 2019, la PEBB seleccionará una agencia y a sus empleados para la revisión.

- 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

alex® BENEFITS COUNSELOR

## ¡ALEX, el asesor de beneficios virtual, está de regreso!

La herramienta ha sido actualizada con nueva información, así que aunque haya hablado con ALEX antes, ya que hay ligeros cambios leves en los planes de beneficios, 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 de atención médica estimadas y, luego, ALEX procesará algunos números e indicará qué plan podría tener el mayor sentido para usted. ¡Usted incluso podría obtener nueva información sobre sus beneficios!

## ¿Cuánto tiempo llevará esto?

Depende de cuánta orientación le gustaría recibir. ALEX también puede guardarle su lugar, para que pueda irse a tomar un helado y, luego, retomar donde dejó.

## ¿Cómo debo prepararme?

No hay mucho que tenga que hacer. Dado que nadie puede predecir el futuro, ALEX le pedirá que calcule qué tipo de atención médica podría necesitar este año (visitas al médico, cirugías, visitas a la sala de emergencias, medicamentos recetados, etc.). Es posible que usted desee evaluarlos y hablar con su familia sobre sus necesidades, pero ALEX también puede ayudarlo a hacer algunos cálculos.

*Alex (continuación)*

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

ALEX saca el monto que cada plan le costaría de su sueldo (su prima) 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?

¡Sí! Su experiencia con ALEX es totalmente privada. Él no conserva información personal ni se la reenvía a su empleador (ni a nadie más), así que esto es completamente anónimo.

## Obtenga orientación sobre beneficios que es (en nuestra opinión) divertida en

myalex.com/PEBB/2019

alex® BENEFITS COUNSELOR

# Modelo de compromiso con la salud (HEM) — Miembros 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. Los empleados que participan en el HEM ganan un incentivo de $17.50 por mes en su sueldo. También mantienen bajo el deducible de su plan médico. Si decide no participar, tendrá un deducible más alto. También se quedará sin su 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.

## Hay tan solo tres pasos sencillos para participar.

**Paso 1:** Inscríbase en un plan médico para 2019 entre el 1 y el 31 de octubre de 2018 (asegúrese de informar a su plan que participa en el HEM).

**Paso 2:** Realice la evaluación médica confidencial en el sitio web de su plan médico actual (2018) entre el 1 de septiembre y el 31 de octubre de 2018. www.oregon.gov/oha/PEBB/Pages/Health-Assessment.aspx

**Paso 3:** Realice dos acciones de salud durante el año del plan. No tiene que llevar un registro ni informar sus dos acciones de salud. La próxima vez que se inscriba en un plan médico durante la inscripción abierta, se le preguntará si realizó dos acciones de salud. Usted responde “sí” o ”no”. ¡Es así de sencillo! www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/HEM-Activities.aspx

## Tan solo algunos recordatorios:

- Los cónyuges y las parejas no participan. Aunque ellos aún 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 que están inscritos y reciben beneficios antes del 31 de octubre de 2018 pueden participar en el HEM 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.

# Tarifas para 2019

## Tarifas de primas mensuales del plan ***médico*** correspondiente a empleados de PEBB para 2019
(disponibles para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial)

| Plan | Empleado | Empleado y cónyuge/pareja | Empleado e hijos | Empleado y familia |
|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente[1] | $767.75 | $1,535.51 | $1,305.16 | $2,072.92 |
| Deducible de Kaiser Permanente[1] | $701.30 | $1,402.62 | $1,192.23 | $1,893.54 |
| Synergy/Summit de Moda[2] | $698.37 | $1,396.75 | $1,187.23 | $1,885.62 |
| PEBB estatal PPO | $786.53 | $1,573.09 | $1,337.12 | $2,123.66 |
| Providence Choice[3] | $682.07 | $1,364.12 | $1,159.51 | $1,841.57 |

[1] Disponible en el área de servicio del plan. Incluye servicios para la vista de rutina de Kaiser Permanente.
[2] Disponible en el área de servicio del plan.
[3] Disponible en el área de servicio del plan.

## Tarifas de primas mensuales del plan ***médico*** correspondiente a empleados a tiempo parcial de PEBB para 2019
(disponibles únicamente para empleados a tiempo parcial)

| Plan | Empleado | Empleado y cónyuge/pareja | Empleado e hijos | Empleado y familia |
|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente[1] | $649.94 | $1,299.88 | $1,104.87 | $1,754.82 |
| Deducible de Kaiser Permanente[1] | $569.99 | $1,139.99 | $968.98 | $1,538.98 |
| Synergy/Summit de Moda[2] | $568.57 | $1,137.14 | $966.57 | $1,535.15 |
| PEBB estatal PPO | $638.95 | $1,277.90 | $1,086.23 | $1,725.17 |
| Providence Choice[2] | $552.73 | $1,105.45 | $939.63 | $1,492.35 |

[1] Opción adicional disponible en el área de servicio del plan.
[2] Opción adicional disponible en el área de servicio del plan.

## Planes ***dentales*** de tiempo completo de PEBB para 2019 (disponibles para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial)

| Plan | Empleado | Empleado y cónyuge/pareja | Empleado e hijos | Empleado y familia |
|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente Dental[1] | $63.75 | $127.50 | $108.39 | $172.14 |
| PPO de Delta Dental[2] | $51.31 | $102.61 | $87.21 | $138.52 |
| Delta Dental Premier[2] | $55.52 | $111.05 | $94.39 | $149.91 |
| Willamette Dental Group[2] | $52.50 | $105.01 | $89.28 | $141.77 |

[1] Disponible en el área de servicio del plan.
[2] Disponible en el área de servicio del plan.

## Planes ***dentales*** de tiempo parcial de PEBB para 2019 (disponibles para empleados a tiempo parcial únicamente)

| Plan | Empleado | Empleado y cónyuge/pareja | Empleado e hijos | Empleado y familia |
|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente Dental[1] | $47.55 | $95.09 | $80.83 | $128.39 |
| Delta Dental Premier[2] | $39.96 | $79.91 | $67.93 | $107.89 |

[1] Disponible en el área de servicio del plan.
[2] Disponible en el área de servicio del plan.

## Tarifas de primas mensuales del plan ***de la vista*** correspondiente a empleados de PEBB para 2019
(disponibles para empleados a tiempo completo y a tiempo parcial)

| Plan | Empleado | Empleado y cónyuge/pareja | Empleado e hijos | Empleado y familia |
|---|---|---|---|---|
| VSP | $8.91 | $17.82 | $15.15 | $24.06 |
| VSP Plus | $13.38 | $26.73 | $22.73 | $36.10 |

Esto es solamente un resumen. Consulte los documentos del plan para obtener detalles. En caso de discrepancia, regirán los documentos del plan.

# Planes médicos de Kaiser Permanente

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 es 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.

**Como novedad para 2019, los empleados de PEBB pueden obtener acceso a la atención en Eugene y en Springfield con un plan médico de Kaiser Permanente. Hable con su coordinador de beneficios para conocer su elegibilidad. Visite kp.org/lane para obtener más información.**

### Encuentre la ubicación adecuada

Elegir un lugar conveniente para recibir atención es simple; tan solo conéctese al Internet o encienda su Smartphone.

- Visite kp.org/facilities 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]

### Muchos servicios bajo un mismo techo

La mayoría de nuestros establecimientos ofrecen una variedad de atención y servicios, de modo que puede 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.[2]

**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.[3]

**Atención durante un viaje**
Si se lesiona o enferma durante un viaje, le ayudaremos a obtener atención médica. 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 temporalmente fuera del área de servicio. También brindamos cobertura en caso de atención de urgencia y de emergencia.

[1]Para utilizar la aplicación de Kaiser Permanente, debe registrarse como miembro de Kaiser Permanente en kp.org.
[2]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 frecuente o ardor al orinar.
[3]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, EOC) u otros documentos de cobertura.


238034164_OE_07-18

*Planes médicos de Kaiser Permanente (continuación)*

KAISER PERMANENTE®

# 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

| | |
|---|---|
| **En persona** | Visite a su médico para recibir atención de rutina, servicios preventivos, atención cuando no se sienta bien y 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.[1,2] |
| **Video** | ¿Desea una manera conveniente y segura de consultar a un médico dondequiera que esté? Reúnase personalmente con un médico de Kaiser Permanente en su computadora, Smartphone o tableta.[1,2] Obtenga más información en kp.org/telehealth/nw o llámenos para saber si tiene a disposición visitas por video. |

## 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 al consultorio de su médico en cualquier momento con preguntas médicas que no sean urgentes.[2] Habitualmente, obtendrá una respuesta en el plazo de 2 días laborales. |
| **En línea** | Administre 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.[3] |

[1]Cuando corresponda y se encuentre disponible.
[2]Estas opciones están disponibles cuando recibe atención en los establecimientos de Kaiser Permanente.
[3]Para utilizar la aplicación de Kaiser Permanente, debe registrarse como miembro de Kaiser Permanente en kp.org.

# Moda Health

## *Bienvenido* a la cobertura médica familiar de alta calidad a un increíble precio.

Nos encantan nuestros planes de salud —y esperamos que a usted también. Están destinados a ayudarlo a encontrar momentos todos los días para gozar de su mejor salud.

### Mucho valor que le encantará

Los planes de Moda simplemente le brindan mayores beneficios con, incluso, los mejores ahorros. Estos son algunos puntos destacados:

- Visitas a especialistas dentro de la red a $10
- No se requieren remisiones para recibir atención de especialistas dentro de la red
- Amplias redes, que incluyen Oregon Health and Science University (OHSU), Legacy, Adventist y Salem Health
- Beneficios de farmacia, incluido un copago de $0 para vacunas y medicamentos de valor
- Opciones de farmacia de pedidos por correo asequibles
- Las visitas virtuales llevan la atención de urgencia a la comodidad de su hogar
- Active&Fit Direct™ ofrece descuentos en la membresía del gimnasio

> *Moda no requiere una remisión para atención de especialistas dentro de la red*

Nuestros planes médicos también cubren la mayor parte de la atención preventiva de rutina dentro de la red sin costo alguno para usted. Estos servicios pueden incluir:

- Exámenes de salud periódicos
- Atención médica para el bebé sano
- Exámenes anuales para las mujeres
- Muchos servicios de vacunación y análisis de laboratorio
- Exámenes para la prevención del cáncer y otros exámenes médicos

### Los hogares médicos hacen que la atención sea personal

Una vez que el plan de Moda está activo, deberá elegir un hogar médico de Moda. Su hogar médico es el lugar al que acude para recibir atención y donde consulta a sus médicos preferidos o a su médico de atención primaria. Ellos trabajarán junto a usted y al resto del equipo para obtener los mejores tratamientos para usted. Este enfoque basado en equipo ofrece lo siguiente:

- Atención personalizada centrada en usted
- Formas más rápidas y sencillas de encontrar atención
- Apoyo para alcanzar metas relacionadas con su salud
- Menores gastos de bolsillo con su hogar médico de Moda

Los planes de Moda son la mejor opción para usted —si está buscando socios que lo ayuden en su proceso de atención médica. Esta también es la opción ideal si está manejando una afección existente debido a su enfoque preciso en el bienestar, la prevención y la mejora de su calidad de vida.

### Las visitas virtuales ofrecen atención de urgencia desde su hogar

Como parte de sus beneficios médicos, las visitas virtuales lo conectan con un médico con licencia de la Oregon Health Science University (OHSU), un asistente médico o con un enfermero especialista desde su hogar mediante una computadora o un dispositivo móvil. Los miembros de PEBB de Moda Health reciben el beneficio de visitas virtuales sin costo alguno. Para programar una visita virtual, visite ohsu.edu/virtualvisits.

### Redes que lo protegen

Nuestros planes Synergy y Summit de Moda ofrecen primas y gastos de bolsillo más bajos, elección coordinada del proveedor

## Moda Health (continuación)

y participación activa del hogar médico para colaborar con usted en sus necesidades de atención médica. En Synergy y Summit, los proveedores aceptan ser responsables de mantenerlo sano mediante la coordinación de su atención.

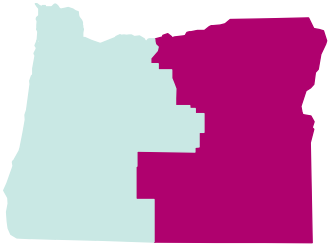
### Red Synergy

Esta red presta servicio a quienes viven o trabajan en el área metropolitana de Portland, al sudoeste de Washington, en la costa de Oregon, en la zona de Columbia River Gorge, Salem, Eugene y en las comunidades de la región central y sur de Oregon. Lo pone en contacto con atención de alta calidad cerca de su hogar. Usted puede elegir un hogar médico de una selección amplia y diversa de proveedores participantes, incluidos los siguientes:

- Adventist Health (socio de OHSU)
- Asante
- Bay Area Hospital
- Columbia Memorial Hospital
- Legacy Health
- Legacy Silverton Hospital
- Mid-Columbia Medical Center
- Oregon Health & Science University (OHSU)
- PeaceHealth
- Salem Health Hospitals and Clinics
- Samaritan Health Services
- Santiam Hospital
- Sky Lakes Medical Center
- St. Charles Health System
- Tillamook Regional Medical Center
- Tuality Healthcare (socio de OHSU)

### La red Synergy ofrece cobertura para los siguientes condados:

Benton, Clackamas, Clark, Clatsop, Columbia, Coos, Crook, Curry, Deschutes, Douglas, Hood River, Jackson, Jefferson, Josephine, Klamath, Lane, Lincoln, Linn, Marion, Multnomah, Polk, Tillamook, Wasco, Washington y Yamhill.



### Red Summit

Esta red presta servicio a quienes viven o trabajan en la zona este de Oregon. Lo pone en contacto con atención de alta calidad a un costo asequible. Usted puede elegir un hogar médico de una selección amplia y diversa de proveedores participantes en la zona este de Oregon, en el sudoeste de Washington y en Idaho, incluidos los siguientes:

- Blue Mountain Hospital District
- CHI St. Anthony Hospital
- Good Shepherd Healthcare System
- Grande Ronde Hospital
- Harney District Hospital
- Kadlec District Hospital
- Lake Health District Hospital
- Pioneer Memorial Hospital - Heppner
- Saint Alphonsus Health System
- St. Luke's Hospital
- Trios Health
- Wallowa County Memorial Hospital

### La red Summit ofrece cobertura para los siguientes condados:

Baker, Gilliam, Grant, Harney, Lake, Malheur, Morrow, Sherman, Umatilla, Union, Wallowa y Wheeler.

# Providence Statewide

Administered by PROVIDENCE Health Plan

## Los miembros de Providence disfrutan más beneficios

Como miembro del plan Statewide de PEBB, puede contar con calidad, elección y atención humanitaria de proveedores que conoce y en quienes confía. Tendrá acceso conveniente a la atención y al apoyo personal para cualquier necesidad médica —grande o pequeña.

El plan Statewide de PEBB es un plan PPO. El plan Statewide de PEBB es flexible, lo cual le permite obtener acceso a la 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 Statewide de PEBB se ofrece en todos los condados de Oregon (es decir, sin limitaciones geográficas)
- Los miembros de PEBB pueden inscribirse en el plan PPO Statewide de PEBB

### Características del plan:

- Acceso total a la red Providence Signature en todo el país, con aproximadamente un 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

### 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
- 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

Administered by PROVIDENCE Health Plan

*Providence Statewide (continuación)*

# CON ATENCIÓN Y APOYO, PROVIDENCE LO AYUDA A LOGRAR SU VERDADERA SALUD

**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 desea 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.

NOVEDAD EN 2019

**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.

NOVEDAD EN 2019

**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 9,000 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.

# Mantenga su salud con estos recursos:

**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

Administered by PROVIDENCE Health Plan

## Los miembros de Providence disfrutan más beneficios

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. Tendrá acceso conveniente a la atención y al apoyo personal para cualquier necesidad médica —grande o pequeña.

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 tendrá 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)

**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.

Administered by PROVIDENCE Health Plan

*Providence Choice (continuación)*

# CON ATENCIÓN Y APOYO, PROVIDENCE LO AYUDA A LOGRAR SU VERDADERA SALUD

**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 desea 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.

NOVEDAD EN 2019

**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.

NOVEDAD EN 2019

**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 9,000 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.

# Mantenga su salud con estos recursos:

**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.

# Planes de la vista de Kaiser Permanente

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**).

## Descuentos en anteojos

Elija entre nuestra variedad de marcos/armazones de $69 o menos y obtenga 2 pares de anteojos monofocales por $129, o ahorre un 30 % en un segundo par de anteojos, incluidos marcos/armazones de diseño. Los anteojos para niños tienen siempre un 50 % de descuento sobre el precio total.

## 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 año 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**).

*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 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.

VSP®

# SUS OJOS TIENEN OPCIONES

¡La inscripción abierta está aquí! ¡Excelentes 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:

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

©2018 Vision Service Plan. Todos los derechos reservados.
VSP, VSP Vision care for life y WellVision Exam son marcas comerciales registradas de Vision Service Plan. Todas las demás marcas pertenecen a sus respectivos propietarios. 25128 VCCM

# Planes dentales de Kaiser Permanente

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 profesionales 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.

## Cómo obtenerla 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.

Portland.....503-286-6868

Salem..... 503-370-4311

Eugene-Springfield .....1-800-448-6118

Vancouver ..... 360-254-9158

Longview.....360-575-4800

Servicios de interpretación de idiomas:
Use los números indicados anteriormente.

TTY (todas las áreas)..... 711

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



Kaiser Permanente Foundation Health Plan of the Northwest ofrece y financia todos los planes.
500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232.
©2018 Kaiser Permanente Foundation Health Plan of the Northwest

# Delta Dental de Oregon

DELTA DENTAL®
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℠

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 108,000 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 154,000 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, y ha ofrecido atención dental de alta calidad y cobertura de seguro excepcional a más de 450,000 pacientes.

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 que lo instruye para el futuro, en lugar de solamente resolver los problemas inmediatos en cuestión.

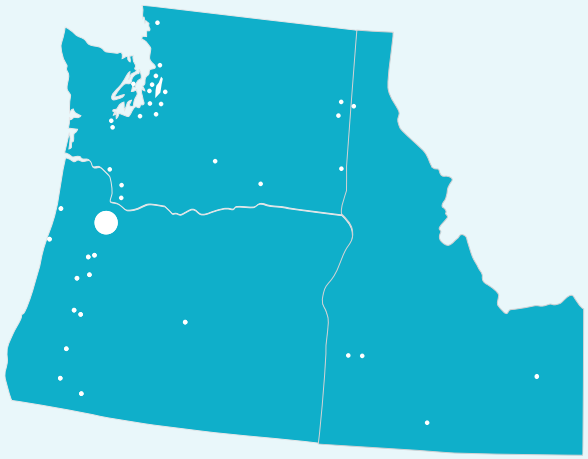
## CAMBIOS EN EL PLAN 2019

| | |
|---|---|
| Copago de visita al consultorio | $10 |
| Empastes | $20 |
| Prótesis dental superior o inferior completa | $290 |
| Coronas y puentes | $250 |
| Tratamiento de conducto | $150 |
| Extracciones quirúrgicas | $40 |
| Ortodoncia integral | $2,500 |

## DATOS BREVES

- Sin monto máximo anual, sin deducibles
- Los servicios preventivos están cubiertos al 100 % con copago de visita al consultorio
- Cobertura de ortodoncia asequible para niños y adultos
- El promedio de satisfacción del paciente supera el 92 %
- 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

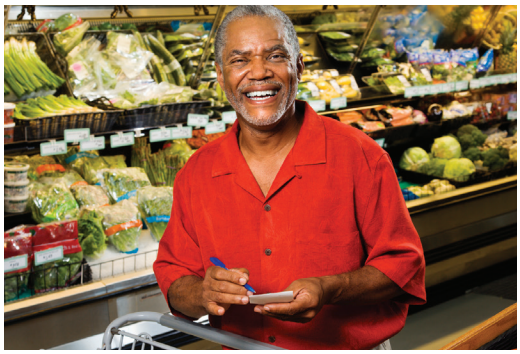


### Las ubicaciones incluyen las siguientes:

Albany, OR
Bend, OR
Boise, ID
Corvallis, OR
Eugene, OR
Grants Pass, OR
Lincoln City, OR
Medford, OR
Meridian, ID
Área metropolitana de Portland (varios consultorios)
Richland, WA
Roseburg, OR
Salem, OR (2 consultorios)
Springfield, OR
Tillamook, OR
Vancouver, WA

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

# 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 aumentos de 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
- 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
  - apoyo 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
  - terapia sustitutiva de 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 en el trabajo, comuníquese con el comité de bienestar de su agencia.

# ¡Las cuentas de gastos flexibles le ahorran dinero!

¿Quiere ahorrar dinero en gastos de atención médica o cuidado infantil? Regístrese en la cuenta de gastos flexibles y ¡tenga más dinero en su bolsillo!

Ahorre un 25 % o más en gastos elegibles.

Una **cuenta de gastos flexibles (FSA)** le permite apartar dinero antes de impuestos de su sueldo. Ese dinero luego ayuda a pagar los gastos de atención médica y de cuidado infantil o de ancianos. Eso significa que usted no tiene que pagar el impuesto federal. En la mayoría de los casos, tampoco pagará impuestos estatales sobre la renta ni impuestos en virtud de la Ley de Contribuciones al Seguro Federal (Federal Insurance Contributions Act, FICA) sobre esos dólares. Eso significa que tiene más dinero en su bolsillo. La mayoría de las personas pueden ahorrar, al menos, un 25 % en cada dólar apartado para gastos que pagan de todas maneras.

La FSA es fácil de administrar. Para aprovechar las cuentas de gastos, puede seguir estos pasos:

1) Revise sus gastos de atención médica, cuidado infantil o de ancianos del último año. Tome nota de lo que gastó en gastos regulares y planificados. Piense en los gastos que puede tener en el próximo año.
2) Regístrese en una FSA durante el período de inscripción abierta anual de PEBB.
3) Presente reclamos ante ASIFlex para el reembolso de sus gastos.

Una **FSA de atención médica** le permite pagar los gastos médicos, dentales, para la vista y para la audición de bolsillo para usted, su cónyuge y sus dependientes.

Una **FSA de cuidado de dependientes** paga los gastos de cuidado infantil calificantes relacionados con el trabajo. También puede usar el dinero de la FSA de cuidado de dependientes para pagar el cuidado de dependientes fiscales mayores incapaces de cuidar de sí mismos mientras usted está en el trabajo. Los gastos elegibles incluyen lo siguiente:

- guardería infantil;
- campamentos de verano de día (los campamentos con pernocte NO son elegibles);
- servicio de niñera;
- cuidado antes y después de la escuela;
- jardín de niños y
- gastos de prejardín de niños, principalmente, para la protección y el bienestar del dependiente.

Usted puede revisar la lista de gastos elegibles de ASIFlex como referencia de los cientos de gastos elegibles.

Recuerde que cuanto más aparta, más ahorra. Así que le conviene hacer una revisión completa de sus gastos.

Tenga en cuenta que pierde los fondos que no use ni reclame antes de que finalice el período de gracia de PEBB. Puede incurrir en gastos hasta el 15 de marzo posterior al año del plan. Luego, debe reclamar los gastos antes del 31 de marzo. ASIFlex puede solicitar documentación adicional para algunos reclamos.

Visite https://www.asiflex.com o PEBB para obtener más información.

*ASI FLEX (continuación)*

# Transporte y estacionamiento

¿Quiere ahorrar dinero en sus gastos de transporte y estacionamiento?
Regístrese en el Plan de beneficios de transporte laboral y ahorre un 25 % o más.

**Los Planes de beneficios de transporte laboral** le permiten apartar dinero de su salario antes de impuestos para pagar los gastos de transporte relacionados con el trabajo; por ejemplo:

- autobús;
- tren;
- metro;
- transporte compartido en camioneta y
- gastos de estacionamiento.

Eso significa que no tiene que pagar el impuesto federal y, en la mayoría de los casos, tampoco el impuesto estatal sobre la renta ni los impuestos en virtud de la FICA sobre esos dólares. Lo cual significa que tiene más dinero en su bolsillo. La mayoría de las personas pueden ahorrar, al menos, un 25 % en cada dólar que se aparta, para gastos que pagan de todas maneras.

El Beneficio de transporte laboral es fácil de administrar. Para aprovechar el plan, puede seguir estos pasos sencillos:

1) Revise los gastos del año pasado correspondientes al transporte hacia y desde el trabajo. Tome nota de lo que gasta habitualmente todos los meses.
2) Regístrese en el plan durante el período de inscripción abierta de PEBB o en cualquier momento durante el año.
3) Presente reclamos ante ASIFlex para el reembolso de sus gastos.
4) Los reclamos del año del plan actual deben presentarse antes del 15 de enero.

## Dos cuentas

Hay dos cuentas —estacionamiento y transporte público o transporte compartido en camioneta. Puede participar en una o en ambas. Recuerde que los gastos elegibles son para el transporte hacia y desde el lugar de empleo únicamente.

**Cuenta de estacionamiento**. Puede apartar dinero antes de impuestos* para pagar lo siguiente:

- Para estacionar en un garaje de estacionamiento o para el estacionamiento medido en la vía pública en el lugar donde trabaja o cerca de este.
- Para estacionar cerca del lugar en donde comienza a trasladarse mediante transporte público o transporte compartido en camioneta.

*Es posible que no participe en una cuenta de estacionamiento si ya tiene gastos de estacionamiento retenidos de su salario.*

Puede apartar hasta $260 por mes en su cuenta de estacionamiento.*

**Cuenta de transporte público o transporte compartido en camioneta**. Puede apartar dinero antes de impuestos* para pagar los gastos de traslado relacionados con el trabajo correspondientes a: autobús, transbordador, ferrocarril, monorriel, tranvía, tren, metro o transporte compartido en camioneta.

*Es posible que no participe en una cuenta de transporte público o de transporte compartido en camioneta si ya tiene esos gastos retenidos de su salario.*

Puede apartar hasta $260 por mes en su cuenta de transporte público o transporte compartido en camioneta.*

*** Nota:** El Servicio de Impuestos Internos (IRS) establece los límites mensuales cada año, que están sujetos a cambios.

# Seguro opcional de vida y por AD&D de *The Standard*

El seguro de vida puede ser una manera simple de proporcionar protección financiera a sus seres queridos en caso de una pérdida inesperada. Proteja lo que es invaluable con una cobertura que ofrezca tranquilidad.

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

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 abierta 2018/2019. Toda persona que solicita una cobertura nueva o un aumento de la cobertura debe completar y devolver una declaración de antecedentes médicos a más tardar el 31 de diciembre de 2018.

Los empleados son responsables de pagar el monto total de la prima para esta cobertura de vida a término. La póliza paga las pérdidas cubiertas siempre y cuando usted sea un empleado estatal 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
www.oregon.gov/oha/pebb/Pages/Spouse-Partner-Life.aspx

## 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. La póliza paga un beneficio de $5,000 por persona siempre y cuando usted sea un empleado estatal 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

El seguro por incapacidad a corto plazo (short term disability, STD) y el seguro por incapacidad a largo plazo (long term disability, LTD) están diseñados para pagarle un beneficio en el caso de que se produzca un evento que le impida trabajar debido a enfermedad, lesión o embarazo incluidos en la cobertura. Estos beneficios reemplazan una parte de su ingreso; por lo tanto, le ayuda a cumplir con sus obligaciones económicas al afrontar momentos de necesidad.

## Seguro por incapacidad a corto plazo (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 opcional de vida y por AD&D de The Standard (continuación)*

## Seguro por incapacidad a largo plazo (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 mínimo de $50/mes |
| 2 | 180 días | |
| 3 | 90 días | 66 2/3 % de los primeros $12,000 menos el ingreso deducible (hasta $8,000); beneficio mínimo de $50/mes |
| 4 | 180 días | |

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 de largo plazo

Puede inscribirse en este seguro en cualquier momento — durante la inscripción abierta, debe inscribirse en el sitio web de Unum 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
- bañarse
- ir al baño
- trasladarse
- comer y
- contener la necesidad de ir al baño

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

1. Queda 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.
- El lugar de residencia utilizado para la atención a largo

# Programa de asistencia para empleados de Cascade

## Resumen de servicios del EAP

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 (3 o 5) sesiones de asesoramiento psicológico en persona, por teléfono o en línea por inquietudes tales como las siguientes:

- Conflicto marital
- Duelo por una pérdida
- Controlar el estrés
- Depresión
- Ansiedad
- Conflicto en el trabajo
- Abuso de alcohol o drogas
- 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) altamente capacitado 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.

### Descuentos en la membresía del gimnasio

Descuentos para membresías del gimnasio y del estudio, programas de nutrición y recursos para el bienestar.

Para acceder, visite: www.globalfit.com/cascadeEAP.

### Herramientas del EAP

- Cuestionario del kit de testamento y testamento básico gratuito
- Control de calidad para la preparación de impuestos y servicios con descuento
- Asesoramiento personal para metas personales o profesionales
- Herramientas legales en línea con formularios gratuitos

### Personal Advantage de Cascade

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 el nombre de la compañía, ingrese: **Estado de Oregon**

### Descargue la aplicación móvil LifePilot

Descargue la aplicación para charlar con un asesor, visualice sus servicios del EAP y obtenga la ayuda que necesita. Busque Cascade EAP en la Tienda de aplicaciones (App Store) o en Google Play.

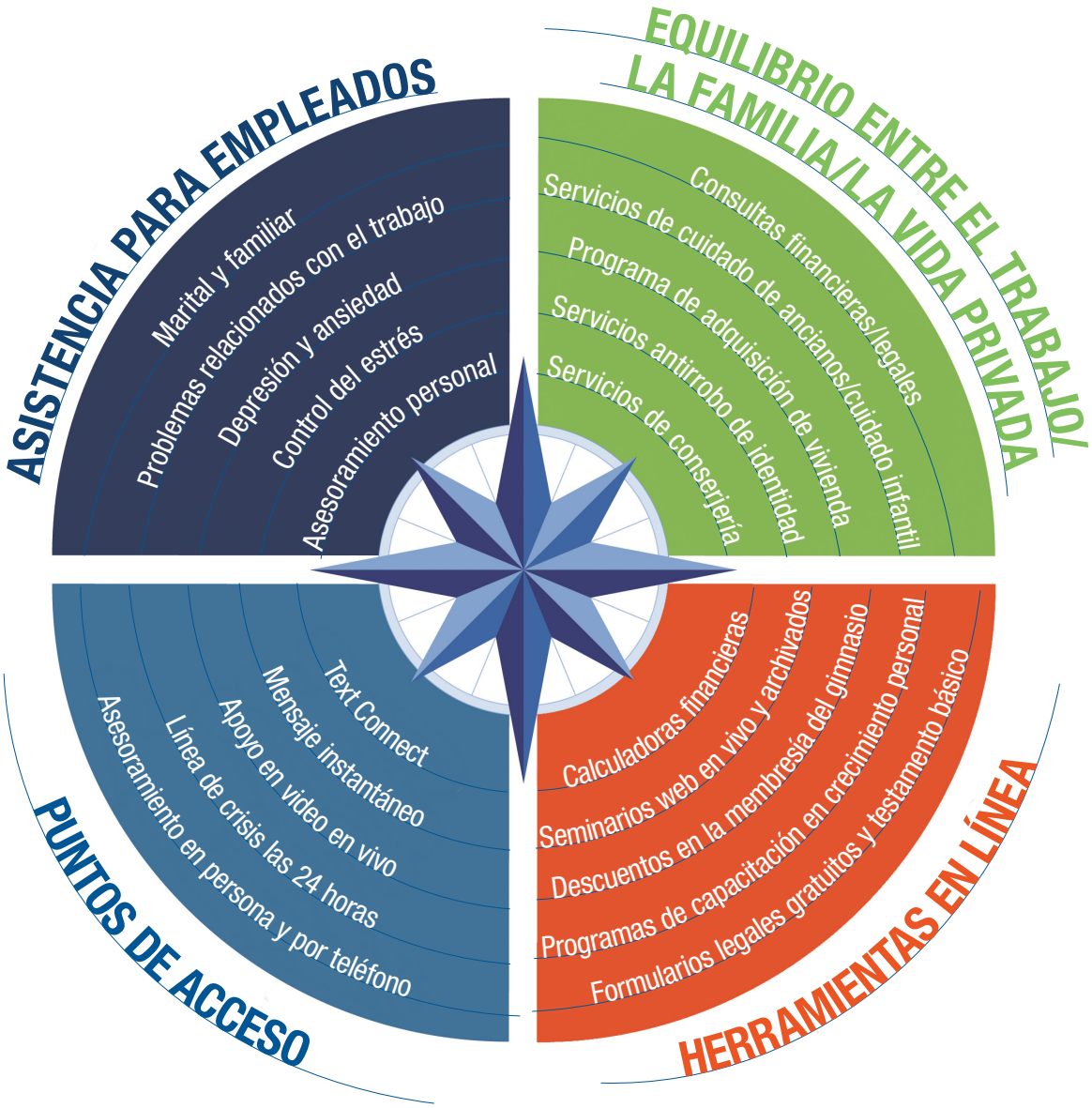
## Hay asesores para crisis disponibles 24 horas al día, 7 días a la semana, 365 días al año.

CASCADE CENTERS INCORPORATED

**Para obtener asistencia:**
Llame al: 800-433-2320
Envíe un mensaje de texto al: 503-980-1777
www.cascadecenters.com

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

# Servicios integrales de asistencia para empleados de Cascade




## ¡Su éxito es nuestra brújula!

# Información para el miembro con cobertura en virtud de COBRA

## Inscripción abierta del 1 al 31 de octubre de 2018

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

- Deben registrarse activamente en cada período de inscripción abierta si están inscritos en un plan médico.
- Que 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 2018, pero no completan la inscripción abierta:
  - Permanecerán en su plan 2018.
  - Pagarán $25 por mes por uso de tabaco.
  - Pagarán $50 por mes por cobertura del cónyuge.
- Pueden tener cobertura para la vista sin inscribirse en un plan médico.
  - La cobertura para la vista está incluida en los planes médicos de tiempo completo de Kaiser Permanente.
  - VSP está disponible para miembros inscritos en Providence o Moda.
    - VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.
- Pueden inscribirse en un plan dental para 2019.
  - Delta Dental puede tener un período de espera en algunos servicios para los miembros que no se registraron la primera vez que fueron elegibles.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2019:

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

- Visite: http://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 2018 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 8 a. m. a 5 p. m.
- Todos los miércoles de octubre hasta las 8 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 2018 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*** de PEBB correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2019

| Plan | Propio | Individuo y cónyuge/pareja | Individuo e hijo(s) | Individuo y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente | $794.93 | $1,589.87 | $1,351.38 | $2,146.32 | $639.16 |
| Deducible de Kaiser Permanente | $726.13 | $1,452.27 | $1,234.44 | $1,960.59 | $587.67 |
| Synergy/Summit de Moda | $723.10 | $1,446.20 | $1,229.27 | $1,952.38 | $614.63 |
| Statewide de PEBB | $814.39 | $1,628.79 | $1,384.47 | $2,198.86 | $692.23 |
| Providence Choice | $706.22 | $1,412.42 | $1,200.56 | $1,906.77 | $600.28 |
| Tiempo parcial de Kaiser Permanente | $672.95 | $1,345.91 | $1,144.00 | $1,816.96 | $541.09 |
| Tiempo parcial con deducible de Kaiser Permanente | $590.17 | $1,180.35 | $1,003.29 | $1,593.47 | $511.04 |
| Tiempo parcial Synergy/Summit de Moda | $588.71 | $1,177.40 | $1,000.80 | $1,589.51 | $500.39 |
| Tiempo parcial Statewide de PEBB | $661.58 | $1,323.15 | $1,124.68 | $1,786.25 | $562.33 |
| Tiempo parcial Providence Choice | $572.30 | $1,144.59 | $972.90 | $1,545.20 | $486.45 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***dental*** de PEBB correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2019

| Plan | Propio | Individuo y cónyuge/pareja | Individuo e hijo(s) | Individuo y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente | $65.02 | $130.05 | $110.55 | $175.57 | $52.41 |
| Delta Dental Premier | $56.63 | $113.26 | $96.27 | $152.90 | $48.14 |
| PPO de Delta Dental | $52.33 | $104.65 | $88.95 | $141.28 | $44.48 |
| Willamette Dental Group | $53.55 | $107.10 | $91.06 | $144.60 | $45.50 |
| Tiempo parcial de Delta Dental | $40.76 | $81.50 | $69.28 | $110.04 | $34.64 |
| Tiempo parcial de Kaiser Permanente | $48.49 | $96.99 | $82.44 | $130.95 | $39.04 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***de la vista*** de PEBB correspondiente a miembros en virtud de COBRA para 2019

| Plan | Propio | Individuo y cónyuge/pareja | Individuo e hijo(s) | Individuo y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| VSP | $9.09 | $18.18 | $15.45 | $24.54 | $7.73 |
| VSP Plus | $13.64 | $27.27 | $23.18 | $36.82 | $11.59 |

# 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 2018. 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 2018 no tienen que inscribirse nuevamente. Los planes continuarán en 2019.

- Miembros de Kaiser Permanente: la cobertura para la vista está incluida en los planes médicos de tiempo completo de Kaiser Permanente.
- La cobertura para la vista de VSP está disponible para los miembros en los planes de Providence o de Moda. VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2019:

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

Visite www.PEBBinfo.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 2018 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: https://www.oregon.gov/oha/PEBB/Benefits/SPD/AppendixA.pdf para obtener una lista de eventos elegibles.**

## Cómo comunicarse con la PEBB durante el período de cambio de plan

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

- De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.
- Todos los miércoles de octubre hasta las 8 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 2018 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*** de PEBB correspondiente a jubilados para 2019

| Plan | Jubilado | Jubilado y cónyuge/pareja | Jubilado e hijo(s) | Jubilado y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| HMO de Kaiser Permanente | $784.06 | $1,568.13 | $1,332.89 | $2,116.96 | $630.41 |
| Deducible de Kaiser Permanente | $716.20 | $1,432.41 | $1,217.56 | $1,933.77 | $579.63 |
| Synergy/Summit de Moda | $713.21 | $1,426.41 | $1,212.46 | $1,925.67 | $606.22 |
| Statewide de PEBB | $803.25 | $1,606.51 | $1,365.53 | $2,168.78 | $682.77 |
| Providence Choice | $696.56 | $1,393.10 | $1,184.13 | $1,880.69 | $592.07 |
| Tiempo parcial HMO de Kaiser Permanente | $663.75 | $1,327.50 | $1,128.35 | $1,792.10 | $533.69 |
| Tiempo parcial con deducible de Kaiser Permanente | $582.10 | $1,164.21 | $989.56 | $1,571.67 | $504.05 |
| Tiempo parcial Synergy/Summit de Moda | $580.65 | $1,161.30 | $987.11 | $1,567.76 | $493.54 |
| Tiempo parcial Statewide de PEBB | $652.53 | $1,305.05 | $1,109.30 | $1,761.82 | $554.64 |
| Tiempo parcial Providence Choice | $564.47 | $1,128.93 | $959.59 | $1,524.06 | $479.80 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***dental*** de PEBB correspondiente a jubilados para 2019

| Plan | Jubilado | Jubilado y cónyuge/pareja | Jubilado e hijo(s) | Jubilado y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente | $64.13 | $128.27 | $109.04 | $173.17 | $51.70 |
| Delta Dental Premier | $55.86 | $111.71 | $94.95 | $150.81 | $47.48 |
| PPO de Delta Dental | $51.62 | $103.22 | $87.74 | $139.35 | $43.87 |
| Willamette Dental Group | $52.82 | $105.63 | $89.82 | $142.62 | $44.88 |
| Tiempo parcial de Delta Dental | $40.20 | $80.39 | $68.33 | $108.53 | $34.16 |
| Tiempo parcial de Kaiser Permanente | $47.83 | $95.66 | $81.32 | $129.16 | $38.50 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***de la vista*** de PEBB correspondiente a jubilados para 2019

| Plan | Jubilado | Jubilado y cónyuge/pareja | Jubilado e hijo(s) | Jubilado y familia | Hijo(s) únicamente |
|---|---|---|---|---|---|
| VSP | $8.96 | $17.93 | $15.24 | $24.21 | $7.62 |
| VSP Plus | $13.46 | $26.89 | $22.87 | $36.31 | $11.43 |

**¿Se jubilará en 2018? ¿Está aún inscrito activamente? Le recomendamos que complete su inscripción abierta este octubre. Según su fecha de jubilación, aún podría tener cobertura en 2019. Quiere poder elegir su plan de seguro. Los planes de jubilación también pueden cambiar. No se quede sin seguro en enero.**

# Información para miembros con pago autónomo

## Inscripción abierta del 1 al 31 de octubre de 2018

**Miembros con pago autónomo:**

- Deben inscribirse activamente en un plan médico cada año.
- Quienes no se inscriban activamente:
  - Permanecerán en su plan 2018.
  - Pagarán $25 por mes por uso de tabaco.
  - Pagarán $50 por mes por cobertura del cónyuge.
- Pueden inscribirse en la cobertura para la vista si están inscritos en un plan médico.
  - La cobertura para la vista está incluida en los planes médicos de tiempo completo de Kaiser Permanente.
  - VSP está disponible para miembros inscritos en Providence o Moda.
    - VSP ofrece el plan básico y el plan Plus.
- Pueden inscribirse en un plan dental para 2019 si están inscritos en un plan médico.
  - Delta Dental puede tener un período de espera en algunos servicios para los miembros que no se registraron la primera vez que fueron elegibles.

## Para inscribirse en sus planes médicos 2019:

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

Para inscribirse en línea:

Visite www.PEBBinfo.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.

Usted 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 2018 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 8 a. m. a 5 p. m.
- Todos los miércoles de octubre hasta las 8 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 2018 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*** de PEBB correspondiente a miembros con pago autónomo para 2019

| | Miembro con pago autónomo | Miembro con pago autónomo y cónyuge/pareja | Miembro con pago autónomo e hijo(s) | Miembro con pago autónomo y familia |
|---|---|---|---|---|
| HMO de Kaiser Permanente | $789.70 | $1,569.11 | $1,335.27 | $2,114.68 |
| Deducible de Kaiser Permanente | $722.24 | $1,434.20 | $1,220.62 | $1,932.57 |
| Synergy/Summit de Moda | $719.27 | $1,428.24 | $1,215.55 | $1,924.53 |
| Statewide de PEBB | $808.77 | $1,607.26 | $1,367.71 | $2,166.19 |
| Providence Choice | $702.72 | $1,395.12 | $1,187.40 | $1,879.81 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***dental*** de PEBB correspondiente a miembros con pago autónomo para 2019

| | Miembro con pago autónomo | Miembro con pago autónomo y cónyuge/pareja | Miembro con pago autónomo e hijo(s) | Miembro con pago autónomo y familia |
|---|---|---|---|---|
| Kaiser Permanente | $63.75 | $127.50 | $108.39 | $172.14 |
| Delta Dental Premier | $55.52 | $111.05 | $94.39 | $149.91 |
| PPO de Delta Dental | $51.31 | $102.61 | $87.21 | $138.52 |
| Willamette Dental Group | $52.50 | $105.01 | $89.28 | $141.77 |

### Tarifas de primas mensuales del plan ***de la vista*** de PEBB correspondiente a miembros con pago autónomo para 2019

| | Miembro con pago autónomo | Miembro con pago autónomo y cónyuge/pareja | Miembro con pago autónomo e hijo(s) | Miembro con pago autónomo y familia |
|---|---|---|---|---|
| VSP | $8.91 | $17.82 | $15.15 | $24.06 |
| Plan de VSP | $13.38 | $26.73 | $22.73 | $36.10 |

# ¿Qué significa eso?

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

**Autoasegurado** significa que un empleador (PEBB) asume el riesgo de los costos de atención médica (reclamos) en lugar de la compañía de seguros (Moda).

**Autorización previa** exige que un plan médico apruebe un servicio cubierto antes de la fecha del servicio.

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

**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.

**COBRA** es la ley federal que exige a los empleadores permitirle continuar con la cobertura mediante un plan de salud grupal si deja de ser elegible. Puede pagar la cobertura en virtud de COBRA usted mismo. Su empleador dejará de contribuir al costo.

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

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

**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

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

**Elegible para recibir Medicare** hace referencia a una persona que actualmente cumple con los requisitos para recibir beneficios de Medicare por:

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

**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. Después de inscribirse, tendrá que elegir su hogar médico. Asegúrese de comunicarse con su plan médico y comunicar a quién seleccionó antes de usar los servicios.

**Jubilado de manera anticipada** es alguien 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)

**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.

**Monto máximo de por vida** es lo máximo que un plan médico le pagará por determinados servicios durante su vida.

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

**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.

**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.

# Consejos rápidos

## Asegúrese de que sus proveedores estén dentro de la red para los planes que seleccione.

Algunos planes tienen redes limitadas o no cuentan con cobertura fuera de la red. Esté seguro de que su plan cubrirá los servicios donde usted desee recibirlos.

## 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?

**Vuelva a comprobar 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.

**Antes de decidir no inscribirse en un plan dental para usted o un dependiente** es importante saber que puede aplicarse un período de espera de 12 meses para determinados servicios. 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, y es posible que no estén disponibles para ayudarlo durante esos días. Decida cuanto antes, inscríbase pronto.

**¡No olvide elegir un hogar médico!** La meta del hogar médico es proporcionar la atención que logre los mejores resultados. Si se inscribe en Providence Choice o en Synergy o Summit de Moda, 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.

## ¿Seleccionó la cuenta de gastos flexibles (FSA) correcta?

Antes de inscribirse, ¡conozca la diferencia!

- **FSA de atención médica**: le reembolsa los gastos de bolsillo que usted ha pagado para usted o por los servicios médicos, dentales o para la vista de sus dependientes.
- **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.

## ¿Está pensando en inscribirse en una cuenta de estacionamiento o transporte?

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.

# Inscripción obligatoria del 1 al 31 de octubre de 2018

## Inscríbase en: www.PEBBinfo.com

### 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.
- Todos los miércoles de octubre hasta las 8 p. m.

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

Public Employees' Benefit Board
500 Summer St. N.E.
Salem OR 97301

# BENEFICIOS DE PEBB PARA 2019

Usted puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, braille o en un formato que usted prefiera. Comuníquese con la PEBB por teléfono al 503-373-1102 o por correo electrónico enviando un mensaje a inquiries.pebb@dhsoha.state.or.us. Aceptamos llamadas de retransmisión o puede llamar al 711.

OHA 5503 SP (08/2018)