



SEIU 775
BENEFITS GROUP



Dora P.
看护人, Tacoma

健康保 险福利 指南



2024 年 OPEN ENROLLMENT
(健康保险年度申请期)

如果您有疑问或需要申请帮助, 请致电
1-877-606-6705。

Ver en español: myseiu.be/oe-es

查看中文版: myseiu.be/oe-zh

한국어로 보기: myseiu.be/oe-ko

Посмотреть на русском: myseiu.be/oe-ru

Переглянути укр: myseiu.be/oe-ua

Xem bằng Tiếng Việt: myseiu.be/oe-vi

Ku eeg Af-Soomaali: myseiu.be/oe-so

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੋ: myseiu.be/oe-pa

អានជាភាសាខ្មែរ: myseiu.be/oe-kh

عرض باللغة العربية: myseiu.be/oe-ar

myseiu.be/oe

亲爱的看护人：

我很乐于听到有关 SEIU 775 Benefits Group 健康保险如何帮助看护人增强健康水平、保持心灵愉悦、保障财务安全的故事。在您探索健康保险福利的同时，我也想分享一些有关这些看护人的鼓舞人心的故事。


来自阿索廷的 Dani R. 生下第二个孩子后，将刚出生的孩子和大儿子注册到了 Coverage for Kids（子女保险）中，这是我们为看护人子女提供的扩展保险。Dani R. 称赞我们的“受抚养人健康保险费用很优惠”，她的家人每个月可以节省更多钱。

来自温哥华的 Deborah M. 最近需要接受心脏直视手术。尽管总体手术费用高达数十万美元，但她只需要负担很小一部分费用。不必担心手术费用，她坦言：“我可以把精力放在自己身上，专注于康复。”如今，Deborah 在身体上和经济上都轻松了许多。

我很高兴与您分享最新的保险更新信息，包括更多生育福利，增加的听力、牙科和视力福利，以及更多免费计划。

无论您是首次注册，还是变更现有保险，我希望您能够像 Dani 和 Deborah 一样，充分利用自己作为看护人获得的健康保险。

祝您健康，



Merissa Clyde
首席执行官 (CEO),
SEIU 775 Benefits Group



3 2024 年 Open Enrollment (健康保险年度申请期)

在 7 月 1 日至 20 日期间申请或变更您的健康保险。

4 福利改进

了解最新保险更新信息。

5 健康保险概述

- 5 保险选项和费用
- 6 资格要求
- 6 何时以及如何申请保险
- 7 如何继续享受保险

9 如何获得 Coverage for Kids (子女保险)

了解获得 Coverage for Kids(子女保险)需要采取的步骤。

10 在线管理医疗保健

创建在线账户，轻松获得保险和福利。

11 健康计划重点

- 11 医疗福利
- 12 处方福利
- 12 心理健康和保健福利
- 12 视力福利
- 12 听力福利
- 13 计划福利摘要

15 生育与家庭 建设福利

新增!

了解您的最新福利 — 生育、家庭建设和更年期支持。

18 牙科保险选项

- 19 Delta Dental
- 20 Willamette Dental

21 资源和支持

健康保险的 Open Enrollment (健康保险年度申请期) 7 月 1 日 - 20 日

7 月 20 日是以下事项的截止日期：

- ✓ 申请保险（如果您符合资格且尚未参保）。
- ✓ 变更您的牙科计划（如果您已参保）。
- ✓ 为您的子女添加医疗和 / 或牙科保险（如果您每月工作 120 小时或以上）。

Open
Enrollment
(健康保险年度
申请期) 变更
将于 2024 年
8 月 1 日生效

如果您不想变更当前的保险，则无需采取任何行动。

如果您不采取行动，您可能直到下一个 Open Enrollment（健康保险年度申请期）期间才能申请或变更，除非您发生了符合资格的生活事件，比如有了孩子或失去其他健康保险。

**需要申请帮助、语言支持或有任何疑问？
请致电 1-877-606-6705 联系客户服务。**

**轻松申请或变更保险
myseiu.be/oe-online**

申请或变更保险，检查资格，访问表格、文档和自行支付费用发票。在第 10 页了解如何开始。



2024 年福利改进

- ✓ 视力辅助装置限额增至每 12 个月 600 美元。
- ✓ 听力硬件限额增至每 3 年 3000 美元。
- ✓ Delta Dental 年度受益期限额和畸齿矫正终生限额增至 5000 美元。
- ✓ Willamette Dental 畸齿矫正挂号费降至 1500 美元。
- ✓ 糖尿病用品和耐用医疗设备 (DME) 降至 0 美元。
- ✓ **新增!生育与家庭建设福利**

从生育与家庭建设到更年期，您的新福利涵盖最新的治疗方案、个性化支持、专属患者护理协调员指导，以及高品质护理。



除了高品质健康保险，您还可以享受其他免费福利*，旨在帮助您减轻压力、在工作场所保持安全，以及提高您的生活质量。

详情请见 myseiu.be/oe-benefits。

* 资格规则适用。

Caregiver Kicks 看护人的免费乐足鞋

每年都可免费获得一双防滑鞋！

Caregiver Kicks 提供 70 多种款式的鞋，包括 Reebok (锐步) 和 Skechers (斯凯奇) 等品牌，让您在工作中更加安全，同时减轻足部和背部疼痛。



健康保险概述

为看护人设计的保险。



我有哪些健康保险选项?费用是多少?

您可以享受的健康计划基于您的家庭邮政编码。您的计划提供了多种方式,让您获得自己的健康幸福所需的护理和支持。保险包括以下福利,以及健康指导、个性化计划等。

- ✓ 预防保健护理
- ✓ 医疗
- ✓ 牙科
- ✓ 牙齿矫正
- ✓ 处方药
- ✓ 情绪健康
- ✓ 视力
- ✓ 听力
- ✓ 生育与家庭建设
- ✓ 性别确认护理
- ✓ 脊椎按摩
- ✓ 物理疗法

个人保险 医疗和牙科保险

25 美元 / 月

每月只需 25 美元,就能获得高质量的健康保险。

Coverage for Kids ♡ (子女保险)

医疗和牙科保险

100 美元 / 月

每月额外支付 100 美元,就能为符合条件的子女添加医疗和牙科保险。

Coverage for Kids ♡ (子女保险)

仅牙科保险

10 美元 / 月

每月额外支付 10 美元,就能为符合条件的子女添加仅牙科保险。

月度共付保险金扣除额:
125 美元

25 美元个人保险 + 100 美元针对所有子女的保险

月度共付保险金扣除额:
35 美元

25 美元个人保险 + 10 美元针对所有子女的保险

月度共付保险金扣除额: 您的雇主每月自动从您的工资中扣除的金额。

无论您添加
几个子女,
费用都是一样的!

我如何获得保险资格？

个人保险

您必须连续 2 个月每月工作 80 小时或以上，才有资格享受个人保险。

Coverage for Kids（子女保险）

您必须每月工作 120 小时或以上，才有资格享受 Coverage for Kids（子女保险）。

何时可以申请？保险何时开始？

您可以在首次获得资格时、在 Open Enrollment（健康保险年度申请期）期间或者发生了符合资格的生活事件时申请保险。

初始资格期限

在您首次符合资格时，有关健康保险和申请的信息将会发送给您。

您必须在满足初始资格后 60 天内填写并提交 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）。您的下一次申请机会是在 Open Enrollment（健康保险年度申请期）或 QLE 特殊参保期。

保险开始时间以收到您填好的申请表的日期为准。

处理您的申请大约需要 2 周时间，且保险仅可从每月的第一天开始。建议您在 15 日之前提交填好的申请表，这样您的保险就可以从次月的第一天开始。

比如，如果您填好的申请表送达日期为：

- 3 月 15 日之前：保险将于 4 月 1 日开始。
- 3 月 16 日至 3 月 31 日期间：保险将于 5 月 1 日开始。

Open Enrollment（健康保险年度申请期）： 7 月 1 日 - 20 日

Open Enrollment（健康保险年度申请期）是您每年申请或变更保险的机会。7 月 20 日是您申请或变更健康保险（如果您已参保）的截止日期。变更包括变更您的牙科计划或添加 Coverage for Kids（子女保险）。

保险将于 2024 年 8 月 1 日开始。

符合资格的生活事件（QLE） 30 天特殊参保期

符合资格的生活事件是指您生活状况中的变化，使您有资格享受特殊参保期。生活事件的例子包括领养孩子、失去其他健康保险或离婚。关于 QLE 的完整列表，请访问 myseiu.be/qle。

提交 QLE 最简单的方式是使用您的在线账户，QLE 必须在事件发生后 30 天内提交。



现在还不符合资格？ 您依然可以在 Open Enrollment （健康保险年度申请期）期间申请保险。

为您自己填写一份 Health Benefits Application（健康保险福利申请表），个人保险将从您每月工作 80 小时或以上时开始生效。您也可以将子女添加到 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）中，Coverage for Kids（子女保险）将从您每月工作 120 小时或以上时开始生效。

如何申请？

申请或变更保险最简单的方法是在线操作。访问 myseiu.be/oe-online，开始行动吧

要通过邮寄或传真申请或变更：如果您收到印刷版健康保险福利指南，您可以使用邮件中的 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）。将填好的申请表邮寄或传真至 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）上列出的地址或传真号。需支邮费。

❗ 如果您选择增加 Coverage for Kids（子女保险），您需要提交其他文件。更多信息见第 9 页。

如何支付月度共付保险金扣除额？

您的雇主会自动从您的工资中扣除月度共付保险金扣除额（您每月支付的金额）。如果雇主无法扣除，您将会收到通过邮寄和电子邮件发送的自付信，引导您完成共付保险金支付。您可以通过支票或在线账户支付（更多信息见第 10 页）。

如果您是 CDWA 的 IP：您的第一笔月度付款需要自行支付。

如何才能继续享受保险？

获得保险后，您每月必须继续工作所要求的小时数，并且按时支付月度共付保险金扣除额，以获得持续保险。因为个人保险和 Coverage for Kids（子女保险）有不同的工时要求，所以您可能会失去 Coverage for Kids（子女保险），但个人保险仍然有效。请在下一页详细了解工作时间对保险的影响。

为了继续享受个人保险，您需要：

- ✓ 每月工作 80 小时或以上。
- ✓ 在工作月份之后的 60 天内报告您的工时。
- ✓ 每月支付 25 美元共付保险金扣除额。

要继续享受 Coverage for Kids（子女保险），您需要：

- ✓ 每月工作 120 小时或以上。
- ✓ 在工作月份之后的 60 天内报告您的工时。
- ✓ 每月全额支付您和受抚养子女的共付保险金扣除额。

❗ 按时报告工时， 以继续享受保险

如果您不按时报告工时，您将会失去保险。您可以在工作月份之后的 60 天内向雇主提交迟报的工时或进行调整。



❗ 获得更多工时， 以继续享受保险

如果您是个人护理服务提供者 (IP)，需要获得更多工时以继续享受保险，那您可以试试 Carina，一个可以帮您找到更多客户的免费的工作匹配网站。

详情请见 myseiu.be/oe-carina。



工作时间对保险有何影响？

工作月	保险月
您本月的工作时间：	决定本月的保险状态：
1 月 → 3 月	
2 月 → 4 月	
3 月 → 5 月	
4 月 → 6 月	
5 月 → 7 月	
6 月 → 8 月	
7 月 → 9 月	
8 月 → 10 月	
9 月 → 11 月	
10 月 → 12 月	
11 月 → 1 月	
12 月 → 2 月	

一旦您参保，您的工时将决定 2 个月后您的保险状态。
查看以下示例，看看您 6 月的工时会对 8 月的保险产生哪些影响。

失去个人保险

工作月：6 月	保险月：8 月
您的工时不足 80 小时。	您失去了保险。

失去 Coverage for Kids（子女保险）

因为个人保险和 Coverage for Kids（子女保险）有不同的工时要求，所以您可能会失去 Coverage for Kids（子女保险），但个人保险仍然有效。

工作月：6 月	保险月：8 月
您的工时超过 80 小时，但不足 120 小时。	您将继续享受个人保险，但会失去 Coverage for Kids（子女保险）。

保险自动恢复

如果您因工时不足而失去保险，则下一次您在工作月内完成规定工时后，您的保险将在相关的保险月自动恢复。

工作月：6 月	保险月：8 月
您完成规定工时。	保险自动恢复。



保险恢复后，您的雇主无法自动扣除月度共付保险金，您将收到自行支付通知。
如果您的保险存在 12 个月或更长时间的缺口，您必须重新申请健康保险。

如果失去保险怎么办？

如果失去健康保险，您将获得关于通过 COBRA 延续保险的信息。

COBRA：（统一综合预算协调法案）帮助失去健康保险的看护人及其子女。通过 COBRA，当您失去您的保险或 Coverage for Kids（子女保险）时，您支付月度保费即可继续享受健康保险。您的 COBRA 福利由 Ameriflex 管理。有关 COBRA 的问题，请致电客户服务：**1-877-606-6705**。

其他健康保险：如果您已不再从事看护工作且需要寻找长期的健康保险，请访问 wahealthplanfinder.org。您可以了解自己是否有资格享受免费的 Washington Apple Health，或者比较其他健康保险。

Coverage for Kids (子女保险)

让您的受抚养子女获得同样优质的保险。



Alyssa E.
看护人, Mount Vernon

如果您想将子女添加到您的健康保险中：

- ✓ 每月至少工作 120 小时。
如果您现在还不符合资格，您可以在 Open Enrollment（健康保险年度申请期）期间填写申请表，Coverage for Kids（子女保险）将从您每月工作 120 小时或以上时开始生效。
- ✓ 填写 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）的 Coverage for Kids（子女保险）部分，通过在线或邮寄方式提交。您要为您的子女选择一种保险选项（医疗和牙科保险或仅牙科保险）。
- ✓ 提交验证您和您子女关系的受抚养人验证文件，并附上申请表。
- ✓ 支付您为子女选择的保险选项所需的月度共付保险金。

Coverage for Kids (子女保险) 医疗和牙科保险 125 美元 / 月

25 美元个人保险 +
100 美元针对所有子女的保险

Coverage for Kids (子女保险) 仅牙科保险 35 美元 / 月

25 美元个人保险 +
10 美元针对所有子女的保险

无论您添加几个子女，
费用都是一样的！

我可以将谁添加到 Coverage for Kids (子女保险) 中？

您可以添加符合条件的子女（在他们满 26 岁前）。符合条件的受抚养子女包括亲生子女、收养子女、继子女以及家庭伴侣的子女。

受抚养人验证需要什么？

首次注册子女时，您需要先验证你们之间的关系，保险才能开始。* 建议您于 7 月 20 日前随填好的 Health Benefits Application（健康保险福利申请表）提交您的受抚养人验证文件。如果您无法于上述时间提交，您必须在 9 月 30 日前提交文件，并确保在上面标上您的名字、姓氏和社会安全号的后四位数字。

* 如果您已提交经验证的文件，除非有要求，否则您无需重新发送文件。

可用于受抚养人验证的文件

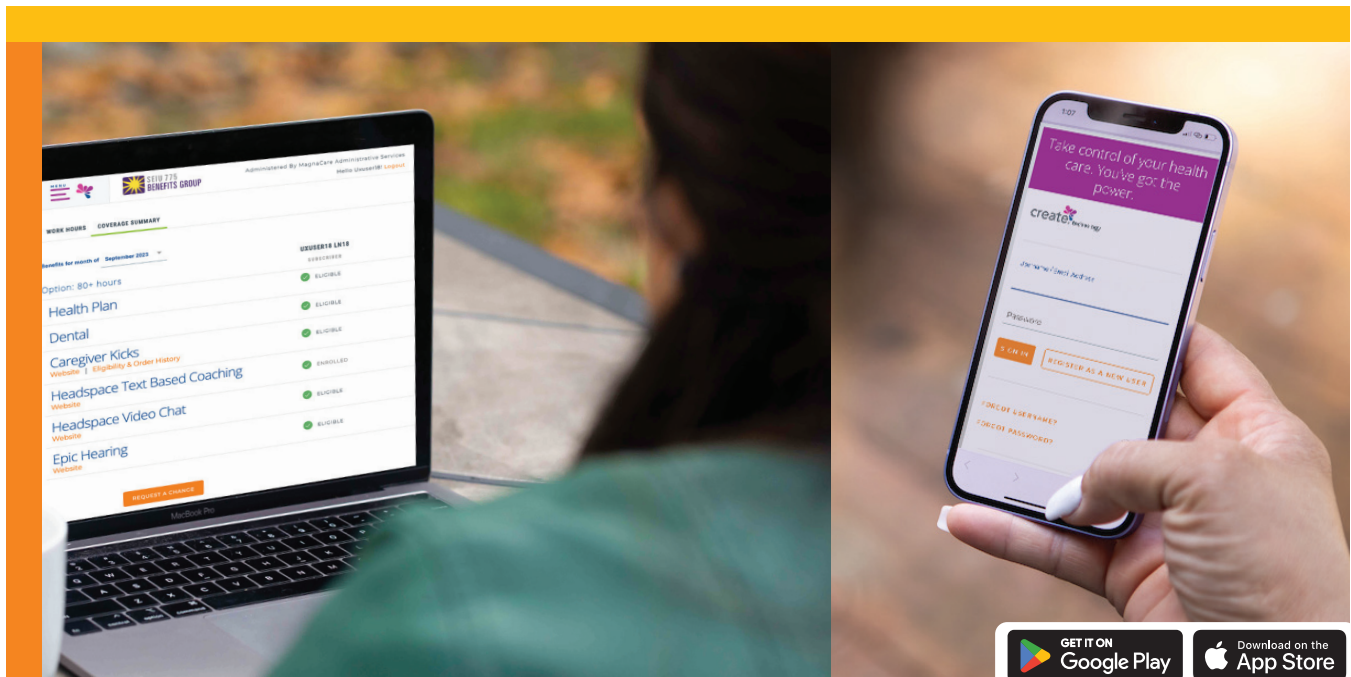
您要为所注册的每个子女提交一份受抚养人验证文件。可用于受抚养人验证的文件的一些示例包括：

- 您子女的出生证明副本。
- 您子女的寄养、法定监护人或收养证明副本。
- 列有您受抚养人的最近的联邦纳税申报表的副本。
- 如果您要添加家庭伴侣的子女，则可能需要其他文件。

有关符合资格的受抚养子女的完整清单以及可接受文件，请访问 myseiu.be/cfk。

通过在线账户 管理健康保险 福利

访问 myseiu.be/oe-online, 开始行动吧



有了账户，您可以：

- ✓ 查看健康保险、Caregiver Kicks 和 HeadSpace Care 的工时和相应资格。
- ✓ 申请健康保险或对健康保险进行变更。
- ✓ 将子女加入您的保险范围。
- ✓ 访问计划文档和表格。
- ✓ 支付共付保险金和查看付款记录。
- ✓ 注册关于保险的电子邮件通讯。

注册账户很容易
— 只需 5 分钟！



访问 myseiu.be/oe-online, 查看有关创建新账户的视频教程。

在线账户是 MagnaCare 的 CREATE 网站的一部分。MagnaCare 是您健康保险的管理方。网站为英文版。如果您需要帮助创建账户或语言支持，请致电客户服务：1-877-606-6705。

健康计划重点



Becky F.
看护人, Lacey

充分利用您的 Kaiser Permanente Northwest (KPNW) 健康保险。

除了预防保健护理，您的保险还包括多种获得护理和支持的方式，比如健康指导和针对糖尿病、高血压、背痛等慢性疾病的个性化管理计划。

请务必熟悉健康计划的方方面面，充分利用您的丰厚福利！

使用会员 ID，开启健康之旅

注册后，Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）将会员 ID 卡邮寄给您。如果您在保险开始日期后 10 个工作日内未收到会员 ID 卡，请致电 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）会员服务。

有了会员 ID 卡，您就可以在 kp.org/wa 以及 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）智能手机应用程序上创建一个安全的账户并在线管理您的健康情况。

Kaiser Permanente Northwest (KPNW) 是根据您的家庭邮政编码为您提供的健康计划。



免费初级护理问诊 *

有了 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构），您到初级护理医生（也被称为首要医疗服务提供者或 PCP）处就诊时无需支付挂号费。您可以在做健康检查或觉得不舒服时寻求 PCP 的帮助。许多情况下，Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）还提供虚拟护理选项，这样您就可以在舒适的家中接受护理。

* 到 PCP 处就诊无需支付挂号费，但如果医生要求您去做检查或化验，则您可能需要支付针对这些服务的挂号费。

紧急照护和急诊护理

如果您无法与医生预约当天就诊或有紧急健康需求，距离您最近的 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）急救中心是一个经济实惠的选择。

初级护理服务提供者 / 在线问诊	0 美元挂号费
紧急照护就诊	30 美元挂号费
急诊	200 美元挂号费



处方福利

处方药 (Rx) 福利包括在您的保险中，转移处方药信息十分简单！只需登录您的 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）在线账户或致电会员服务。

邮购是您获得处方药的最实惠的选择。在线、打电话或使用 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）应用程序填写您的处方药信息。

Rx 挂号费	药店 30 天供应量	邮购 90 天供应量
非专利避孕药 *	0 美元	0 美元
首选非专利药物	5 美元	10 美元
首选品牌药	25 美元	50 美元
非首选品牌药	50 美元	100 美元

* 如果您在一个宗教组织工作，那么您的健康计划将不包括避孕药，这是《平价医疗法案》的宗教相关豁免允许的。然而，只要您注册参加某个健康计划，就可以从 Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）免费获得这类药物（且无需采取任何额外行动）。



心理健康和保健福利

您的情绪健康和身体健康同等重要。Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）保险包括专家支持、药物、集体治疗和替代性护理，以及：

- 免费使用情绪健康和自我护理应用程序，比如用于正念的 Calm，以及提供一对一情绪指导的 Headspace Care。
- 无论您是寻求即时援助、专业心理健康护理或成瘾康复，只需一通电话即可获得帮助。

详情请见 myseiu.be/kpnw-bh。



视力福利

Kaiser Permanente（凯萨医疗机构）提供全面的眼部护理，包括每 12 个月提供一次免费眼科检查以及价值 600 美元的视力辅助装置。我们为您提供一系列高品质眼镜，您可以根据自己的风格和预算进行选择。您可享受免费调整和维修服务。

掌控您的健康

糖尿病、慢性疼痛、高血压等慢性疾病会影响您的生活质量，需要进行针对性治疗。幸运的是，通过健康的生活方式、预防保健护理和持续管理，这些疾病能够得到有效治疗。

除了针对一般护理的初级护理问诊和专家转诊外，您的计划还提供：

健康指导，提供个性化指导，帮助您保持健康。

计划和指导，由个性化照护团队提供，帮助您管理病情。

智能手机应用程序，提供定制拉伸计划、冥想、咨询等服务。

详情请见 myseiu.be/oe-cc。



听力福利

听觉损失是一种常见疾病，但也很容易治疗。通过 EPIC Hearing，您和子女每年可以在 EPIC Hearing 合作医疗服务提供者处进行一次免费听力检查，每侧耳朵每 36 个月还能免费获得最高 3000 美元的听力硬件。访问 myseiu.be/epic，开始行动吧。



Sandra C.
看护人, Kennewick

这只是福利摘要，而非合同或参保证明。所有福利描述，包括替代性护理，均针对必需医疗服务。对于承保范围内的服务，会员只需支付较少的成本分摊或实际费用即可享受该服务。对于包括受限情况在内的完整保险条款，请参阅您的参保证明。根据《2010 年患者保护和平价医疗法案》：受抚养子女在 26 岁之前有资格参加这一计划。

网络内承保范围	
自费最高限额	
单个会员	1250 美元
整个家庭	2500 美元
自付额	0 美元
寻医就诊	
常规预防体检	0 美元
初级护理	0 美元
特殊护理	15 美元
紧急照护	30 美元
检查	
预防性检查	0 美元
实验室	0 美元
X 光、成像、特殊诊断程序	0 美元
CT、MRI、PET 扫描	每次就诊 50 美元。某些服务可能需要事先授权。
药物（门诊病人）	
处方药（最多 30 天的供应量）	5 美元（非专利药）/20 美元（首选品牌药）/50 美元（非首选品牌药） 胰岛素：0 美元（非专利药）/0 美元（首选品牌药）/0 美元（非首选品牌药）
邮购处方药物（最多 90 天的供应量）	10 美元（非专利药）/50 美元（首选品牌药）/100 美元（非首选品牌药）
直接给与用药，包括注射（所有门诊环境）	0 美元
护士治疗室就诊并接受注射	5 美元
产妇护理	
拟定的产前护理和首次产后访视	0 美元
实验室	0 美元
X 光、成像、特殊诊断程序	0 美元
住院病人医院服务	每次住院 100 美元

不孕症	
治疗不孕不育的医疗和外科服务以及所有相关服务	通过一项单独的福利参保：Progyny 生育与家庭建设。2+1 Smart Cycles 帮助会员度过生育与家庭建设之旅。访问 myseiu.be/progyny ，了解详细信息
医院服务	
救护车服务（每次运送）	75 美元
急诊	200 美元（如果住院，则不收费）
住院病人医院服务	每次住院 100 美元
化学治疗 / 放射治疗就诊	15 美元
耐用医疗设备、外部假体装置和矫正装置	0% 共同保险
物理、言语及职业疗法（每个日历年度每项治疗 20 次就诊）	15 美元
专业护理设施服务	
住院病人专业护理服务（每个日历年度最多 100 天）	0 美元
化学品依赖服务	
门诊病人服务	0 美元
住院病人医院和住宿服务	每次住院 100 美元。
心理健康服务	
门诊病人服务（组团就诊 ½ 挂号费）	0 美元
住院病人医院和住宿服务	每次住院 100 美元
替代性护理	
针灸服务	0 美元挂号费，每年最多 20 次自我转诊
椎按摩服务	0 美元挂号费，每年最多 20 次自我转诊
按摩疗法	25 美元挂号费，每年最多 12 次自我转诊
自然疗法	0 美元挂号费，不限就诊次数
视力服务	
常规眼科检查（直到 19 岁的第一个月）	0 美元
视力辅助装置和视光服务（直到 19 岁的第一个月）	眼镜镜片、镜框或隐形眼镜不收费（每 12 个月）
常规眼科检查（19 岁及以上）	0 美元
视力辅助装置和视光服务（19 岁及以上）*	眼镜或隐形眼镜的初始补助最高为 600 美元，一年不得超过一次。
听力服务	
听力硬件	通过一项单独的福利参保：EPIC Hearing。无挂号费，您还可以获得最高每 3 年每侧耳朵 3000 美元的助听器补贴。访问 myseiu.be/epic ，了解更多信息



生育与家庭 建设福利

从生育、家庭建设到孕期、产后以及更年期，
我们为您人生的各个阶段提供福利。

通过 Progyny，您可以享受更多生育福利。

Progyny 为您提供最新的治疗方案、个性化支持以及专属患者护理协调员 (PCA) 指导，并提供高品质现场和虚拟护理。

PCA 是您家庭建设之旅的第一个接触点。他们会帮助您了解有关可用计划、治疗方案、护理协调和专属支持方面的信息，带领您完成整个生育、家庭建设或更年期旅程。

除了 PCA 支持，您还可以访问 Progyny 会员门户网站和应用程序，查看保险详情、就医预约，直接与您的 PCA 沟通，接受生育与家庭建设教育。

孕前帮助和支持

产生组建家庭的想法之初，您可能会感到不知所措。Progyny 将为您提供一项为期 12 个月的计划，让您获得个性化支持、教育和资源，健康孕育、快乐孕育。

生育与家庭建设

无论您是想了解更多有关生育力保存的信息、处于备孕状态，或寻求生育治疗，Progyny 将通过以下方式，全程为您提供支持：

- 轻松访问生育专家网络。
- 专属 PCA 持续提供临床和情感支持。
- 您可能需要的所有个人服务、检查和治疗。

更年期和中年护理

通过 Progyny 的认证医生、营养师和护士网络，获得针对更年期各个阶段的虚拟护理。经初步评估后，您将收到一份个性化护理计划，其中包括：

- 非激素补充剂和激素药物。
- 针对营养、体重、睡眠和情绪健康的生活方式支持。
- 年龄相关健康风险筛查。只要您需要，我们将持续为您提供药物，并根据您的需求提供支持。

护理过渡

如果您目前正通过健康计划接受生育治疗，且计划年度结束时（2024 年 7 月 31 日）您的治疗尚未完成，Progyny 将提供护理协调过渡，为您的生育和家庭建设之旅持续提供支持。

请致电 **1-833-233-0517** 与 PCA 沟通，PCA 将协助您完成护理流程过渡，确保护理不会中断。

如需了解更多信息或开始使用福利，请致电 **1-833-233-0517**

自 2024 年 8 月 1 日起，参加健康保险的看护人可享受此项福利。



Sandra C.
看护人，Kennewick



本福利和保险摘要 (SBC) 文件将帮助您选择健康计划。SBC 会向您展示您和计划如何分摊承保卫生保健服务的费用。本文件仅为摘要。有关您保险的详细信息，请致电 (833) 233-0517，联系您的专属 Progyny 患者护理协调员 (PCA)。

重要问题	答案	为何重要：
整体自付额是多少？	个人 0 美元 / 家庭 0 美元	您的 Progyny 计划无自付额。
我有共付款吗？	否	您的 Progyny 计划无共同保险。
我有共同保险吗？	否	您的 Progyny 计划无共同保险。
在您达到自付额前，是否有承保范围内的服务？	否	您需要自费支付符合条件的生育服务费用，直到您达到每人每年 0 美元的自付额。
特定服务还有其他自付额吗？	否	仅 Progyny HRA 计划需要自付额。
本计划的自费限额是多少？	个人 0 美元 / 家庭 0 美元	您的 Progyny 计划无自费限额。
如果您使用网络内医疗机构，费用会减少吗？	不适用。	Progyny 的卓越中心网络内医疗机构均包含在本计划中。您必须使用网络内医疗机构。

排除的服务和其他承保范围内的服务：

本计划不包括家庭排卵预测试剂盒、网络外医疗机构提供的服务和用品，以及美国生殖医学会认为具有实验性的治疗方法。与妊娠载体服务相关的所有费用均不在承保范围内（包括但不限于实验室测试费用）。如果医生要求本指南中未列出的服务，请与 PCA 确认承保范围。一些服务不在 Progyny 的承保范围内，但可能会通过您的医疗计划提供。

您继续享受保险的权利：

如果您想在保险结束后继续享受保险，一些机构可以提供帮助。联系信息：Healthcare.gov：访问 www.HealthCare.gov 或致电 1-800-318-2596、州健康保险市场或 SHOP。您还可以选择其他保险选项，比如通过健康保险市场购买个人保险。有关市场的详细信息，请访问 www.HealthCare.gov 或致电 1-800-318-2596。

您申诉和上诉的权利：

如果您对计划索赔遭到拒绝提出投诉，一些机构可以提供帮助。投诉称为申诉或上诉。有关您的权利的详细信息，请查看您收到的医疗索赔福利说明。您的计划文件也详细说明了如何出于任何原因就您的计划提出索赔、上诉或申诉。有关您的权利、本声明或帮助的详细信息，请访问 www.dol.gov/ebsa/healthreform 和 <http://www.cms.gov/CCIIO/Resources/Consumer-Assistance-Grants>。

本计划是否提供最低基本保险？不适用。

最低基本保险通常包括计划、通过市场或其他个人市场保单提供的健康保险、Medicare、Medicaid 医疗补助方案、CHIP、TRICARE 以及某些其他保险。如果您有资格获得某些类型的最低基本保险，您可能没有资格获得保费税收抵免。

本计划是否符合最低价值标准？不适用。

如果您的计划不符合最低价值标准，您可能没有资格获得保费税收抵免，帮助您通过市场支付计划费用。

牙科计划选项



比较各种牙科计划，
并选择最适合您的计划。



Amy L.
看护人, Seattle

牙科保险包括在每月 25 美元共付保险金扣除额里。

请参照下表，查看计划福利摘要，您可以比较各项计划，了解潜在自付费用。如果您已参保并想要更换牙科计划，请在 7 月 20 日前提交申请表。

		
年度最高福利	5000 美元	无
自付额	0 美元	0 美元
常规检查	全部在承保范围内	全部在承保范围内
牙齿矫正福利	是	是
医疗机构网络	Delta Dental 拥有广泛的卫生保健服务提供者网络，包括乡村地区。您可以到 Delta Dental PPO 牙医处就诊，最大限度利用您的福利。	Willamette Dental 在华盛顿西部设有许多便利的地点，如果您住在 5 号洲际公路 (I-5 corridor) 沿线，那您很容易就能找到一位 Willamette 牙医。
查找您附近的牙医	访问 deltadentalwa.com/fad/search 并选择 "Delta Dental PPO" 筛选搜索结果。	访问 locations.willamettedental.com ，然后在搜索栏输入您的邮政编码。
如有疑问或需要了解更多信息	1-800-554-1907 DeltaDentalWA.com	1-855-433-6825 myseiu.be/oe-willamette

这是可享受福利的摘要，仅用于比较目的，不构成合同。一旦加入计划，您可以获得福利手册，从中了解关于您 Delta Dental PPO 计划的更多详细信息。如果您有疑问，请致电 **1-800-554-1907** 联系 Delta Dental 客服部门，或访问 **DeltaDentalWA.com**。

受益期：
2025 年 1 月 1 日 -
2025 年 12 月 31 日

受益期最大值 *
(每人；不适用于第 1 类)：
5000 美元

牙齿矫正 — 成人和儿童：
50%，每人终生最高限额
5000 美元

* 在 PDA 牙医处接受牙科治疗全部在承保范围内，最高可承保 2000 美元，而第 3 类 — 重大项目服务的共同保险可获豁免。

Delta Dental 网络

Delta Dental PPO 网络能让您最大限度利用您的福利。您也可以访问 Delta Dental Premier® 网络，这样您会拥有更多选择。

获得免费的
Sonicare 牙刷



对于 Delta Dental 成员，如果您是
新患者，那么您首次到 Pacific
Dental Alliance（太平洋牙科联
盟，即 PDA）就诊时，可免费获
赠一支 Sonicare 牙刷。

查看完整的 PDA 服务提供者清
单：myseiu.be/oe-pda。

	Delta Dental PPO	Delta Dental Premier	网络外
受益期自付额			
不适用于 第 1 类和牙齿矫正 网络外（每人 50 美元）	0 美元	50 美元	50 美元
第 1 类 - 诊断和预防			
检查 清洁 涂氟 X 光牙片 窝沟封闭	100%	80%	80%
第 2 类 - 修复			
修复 后牙复合填充 牙髓（根管）治疗 牙周治疗 口腔外科	100%	60%	60%
第 3 类 - 重大项目			
假牙 局部镶牙 植牙 牙桥 牙套	80%	40%	40%

特点			
自付费用最低	○		
为您存档索赔表格	○	○	
质量管理和费用保护	○	○	

牙科急诊：网络内提供者会在办公时间内为牙科急诊提供治疗。对于网络内提供者针对牙科急诊治疗提供的承保范围内的服务，公司将提供福利。如果参保者距离任何网络内提供者办公室超过 50 英里，则该参保者可以接受网络外提供者提供的牙科急诊治疗服务。

本计划由 Willamette Dental of Washington, Inc. 承保，提供广泛的承保服务。下面的列表提供了您的计划所承保的一些最常见的手术的信息。如需更多信息，请致电 1-855-433-6825 或访问 myseiu.be/oe-willamette。有关限制和排除的列表，请访问 myseiu.be/willamette-exclusions。

福利	挂号费
年度最高赔付额	无年度最高赔付额 *
自付额	无自付额
一般性及牙齿矫正寻医就诊	每次就诊无挂号费
诊断和预防服务	
常规及急诊检查、X 光牙片、洁牙、氟化物治疗、窝沟封闭（单颗牙齿）、头颈癌筛查、口腔卫生指导、牙周图、牙周健康评估	涵盖在寻医就诊挂号费中
修复牙科学	
填充（汞合金）	涵盖在寻医就诊挂号费中
陶瓷金属牙冠	您要支付 250 美元的挂号费
口腔修复学	
整套的上下颌假牙	您要支付 400 美元的挂号费
牙桥（单颗牙齿）	您要支付 250 美元的挂号费
牙髓病和牙周病学	
根管治疗 — 前牙	您要支付 85 美元的挂号费
根管治疗 — 双尖牙	您要支付 105 美元的挂号费
根管治疗 — 磨牙	您要支付 130 美元的挂号费
区域骨手术	您要支付 150 美元的挂号费
区域根面平整	您要支付 75 美元的挂号费
口腔外科	
常规拔牙（单颗牙齿）	涵盖在寻医就诊挂号费中
手术拔牙	您要支付 100 美元的挂号费
正牙学治疗	
正牙前治疗	您要支付 150 美元的挂号费 **
综合牙齿矫正治疗	您要支付 1500 美元的挂号费
牙科种植	
牙科种植手术	每个日历年度种植体福利最高限额为 1500 美元
其他	
局部麻醉	涵盖在寻医就诊挂号费中
牙科实验室费用	涵盖在寻医就诊挂号费中
一氧化二氮	您要支付 40 美元的挂号费
前往专业诊所就诊	每次就诊，您要支付 30 美元的挂号费
超出紧急护理费用报销范围	您支付的费用超过 250 美元

*TMJ（颞下颌关节）的年度最高赔付额为 1000 美元 / 终生最高限额为 5000 美元。
** 如果患者接受治疗计划，则挂号费计入综合牙齿矫正治疗的挂号费用。**牙科急诊：**网络内提供者会在办公时间内为牙科急诊提供治疗。对于网络内提供者针对牙科急诊治疗提供的承保范围内的服务，公司将提供福利。如果参保者距离任何网络内提供者办公室超过 50 英里，则该参保者可以接受网络外提供者提供的牙科急诊治疗服务。

资源和支持



客户服务

获得申请帮助，以及关于保险、COBRA 和其他方面疑问的解答。

1-877-606-6705

SEIU775BG-caregiver@magnacare.com

(周一至周五早上 8 点至下午 6 点)

健康保险福利在线帐户

myseiu.be/oe-online

登录帐户，进行申请或变更，并获取计划信息。
您还可以与客户服务代表在线交流。

常见健康保险术语

myseiu.be/oe-terms

了解常见术语的定义，更好地理解您的健康保险。

Kaiser Permanente Northwest

会员服务	1-800-813-2000	myseiu.be/kp-member
新会员服务	1-888-491-1124	myseiu.be/kp-new-member
心理健康服务	1-800-813-2000	myseiu.be/kpnw-bh
护士帮助热线	1-800-324-8010	myseiu.be/kp-nurse
会员语言帮助	1-800-813-2000	myseiu.be/kp-language

牙科

Delta Dental	1-800-554-1907	deltadentalwa.com
Willamette Dental	1-855-433-6825	myseiu.be/oe-willamette

其他福利

EPIC Hearing	1-866-956-5400	myseiu.be/epic
Prognyn (生育与家庭建设)	1-833-233-0517	myseiu.be/prognyn

获得语言支持

请致电 1-877-606-6705 联系客户服务，或发送电子邮件至 SEIU775BG-caregiver@magnacare.com。您将会被转接至与您使用相同语言的代表，他们会协助您解决申请和管理福利方面的问题。

一旦您参加了健康保险，您可以通过健康计划获得语言支持。