



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

ភាគជាតិសាខ័ន្ធដូរ: 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

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）。



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。



Alyssa E.
看护人, Mount Vernon

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
- ✓ 畸齿矫正

- ✓ 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。

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

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：

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。



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。



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

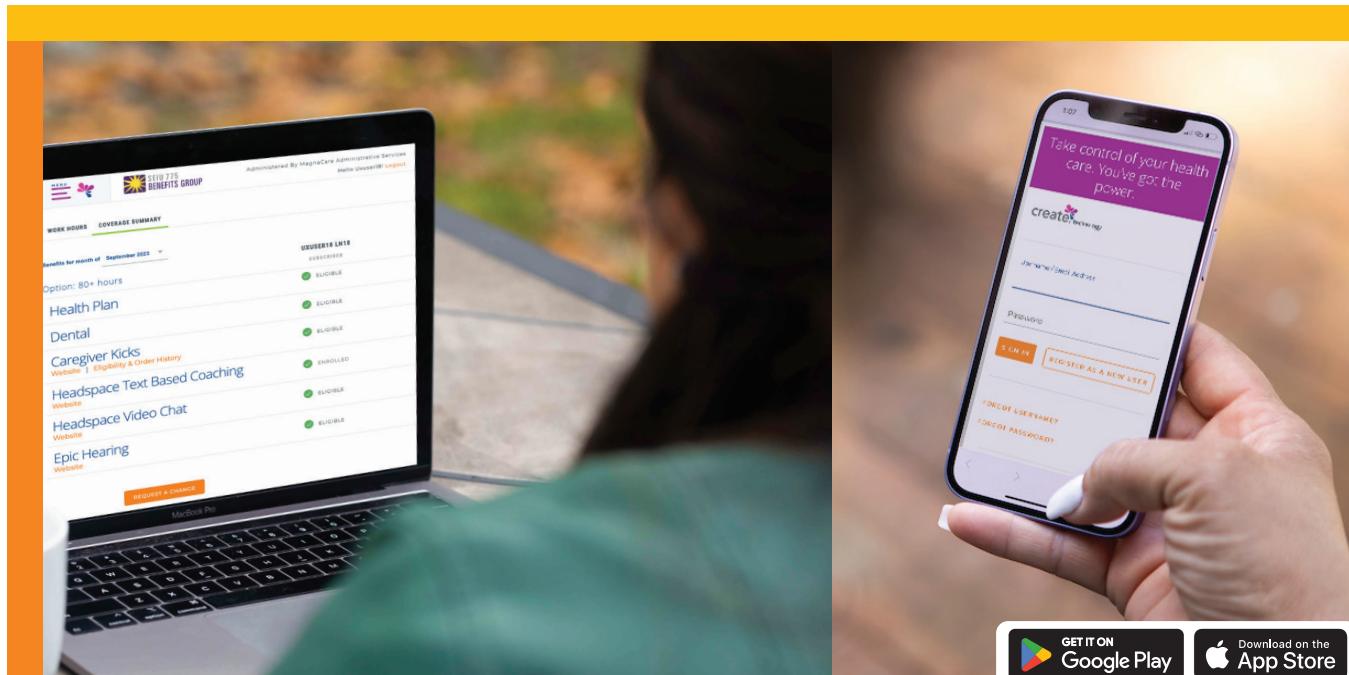
您要为所注册的每个子女提交一份受抚养人验证文件。可用于受抚养人验证的文件的一些示例包括：

- 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



KAISER
PERMANENTE®



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、专业心理健康管理或成瘾康复，只需一通电话即可获得帮助。

详情请见 myseiu.be/kpnw-bh。

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。



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。



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。



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
医疗服务	
救护服务（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 $\frac{1}{2}$ 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

新增!

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。





福利和保险摘要

保险期限：2024 年 8 月 1 日 - 2025 年 7 月 31 日

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。



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。

	 Delta Dental®	Willamette Dental Group
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
畸齿矫正福利	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



DELTA DENTAL®

PPO 计划

生效日期：2024 年 8 月 1 日

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

畸齿矫正 — 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 类和畸齿矫正 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
一般性及畸齿矫正寻医就诊	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 — 磣牙	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 **
综合畸齿矫正治疗	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，则挂号费计入综合畸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

登录账户，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
Progyny (生育与家庭建设)	1-833-233-0517	myseiu.be/progyny

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。