



SEIU 775
BENEFITS GROUP



Dora P.

Daryeel bixiye, Tacoma

Hagaha Dheefaha Caafimaadka



OPEN ENROLLMENT
(MUDDADA DIIWAANGELINTA SANADLAHA
AH EE CEYMISKA CAAFIMAADKA) EE 2024

Samee wax ka baddel ama ka wareeg caymiskaaga
marki la gaadho ama ka hore luuliyo 20.
Ma u Baahan Tahay Caawin? Wac 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

myseiu.be/oe-ar: عرض باللغة العربية

myseiu.be/oe

Daryeel Bixiyaha Qaaliga Ahoow,

Waxaan jeclahay inaan dhagaysto sida caymiska daryeelka caafimaadka ee SEIU 775 Benefits Group u xoojiyo caafimaadka, niyad degenaanata iyo sugnaanta dhaqaale ee daryeel bixiyayaasha. Inta aad sahminayso dheefahaaga caafimaadka, waxaan jeclaan lahaa inaan kula wadaago qaar ka mid ah sheekooyinkooda xiisaha leh.

Ka dib markii Dani R. oo ka timid Asotin ay dhashay ilmaheedii labaad, waxay u diiwaan gelisay ilmaheeda cusub iyo wiilkeeda weyn Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) — caymiskeena la balaariyay ee aan u garanay carruurta daryeel bixiyayaasha. Waxay ammaantaa “siciradeena wanaagsan ee daryeelka caafimaadka ee ku tiirsananaha”, taasoo u oggolaanaysa qoyskeeda inay lacag badan u baaqato bil kasta.

Sidoo kale Deborah M. oo ka socota Vancouver ayaa goor dhaw u baahatay in lagu sameeyo qalliinka wadnaha. In kasta oo kharashka qalliinku uu isku tagay boqollaal kun oo doollar, haddana waxay jeebkeeda ka bixisay wax aad uga yar intaas. Iyada oo aan ka walwalin kharashyada, waxay tidhi “Waxaan awooday inaan diirada saaro naftayda iyo bogsashadeyda.” Deborah waxay maanta u neefsataa si fudud – jidh ahaan iyo dhaqaale ahaan.

Aad ayaan ugu faraxsanahay inaan idinla wadaago warbixinadi ugu danbeeyay ee caymiska, oo ay ku jiraan dheefta taranka oo la ballaariyay, dheefaha maqalka, ilkaha iyo aragga oo kordhay, iyo helitaanka barnaamijyo badan oo bilaash ah.

Waxaan rajeynayaa inaad – sida Dani iyo Deborah – ka faa’iidaysan doonto caymiska daryeelka caafimaadka ee aad hesho daryeel bixiye ahaan.

Caafimaad Wanaagsan,



Merissa Clyde
Madaxa Sargaalka Fulinta (CEO),
SEIU 775 Benefits Group



SEIU 775
BENEFITS GROUP

3 Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) ee 2024

Codso ama wax ka baddel ceymiskaaga daryeelka caafimaadka Luulyo 1 – 20.

4 Horumarinta Dheefaha

Wax ka ogoow warbixinada ugu danbeeyay ee ceymiska.

5 Guudmarka Caymiska Daryeelka Caafimaad

- 5 Noocyada iyo Kharashyada Caymisyada
- 6 Xaq u yeelashada
- 6 Goorta iyo Sida Loo Codsado Caymiska
- 7 Sida Loo Ilaashado Caymiska

9 Sida Loo Helo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha)

Baro tallaabooyinka aad u baahan tahay inaad qaado si aad u hesho Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

10 Ku Maarey Daryeelkaaga Caafimaadka Onleen Ahaan

Samayso akoon onleen ah si aad si fudud ugu isticmaasho caymsikaaga iyo dheefahaaga.

11 Qoddobada Kooban Ee Ceymiska Caafimaadka

- 11 Dheefaha caafimaadka
- 12 Dheefaha Daawada Dhakhtarka Uu Qoro
- 12 Dheefaha Caafimaadka Dhimirka iyo Fayo-qabka
- 12 Dheefaha Aragga
- 12 Dheefaha Maqalka
- 13 Soo Koobida Dheefaha Qorshaha Ceymiska

16 Dheefaha Taranka iyo Qoys Dhisida

Wax ka ogoow dheeftaada cusub—taranka, qoys-dhisida iyo taageerada ku aadan wakhtiga caado joogsiga.



19 Noocyada Caymiska Ilkaha

- 20 Delta Dental
- 21 Willamette Dental

22 Khayraadka iyo Taageerada

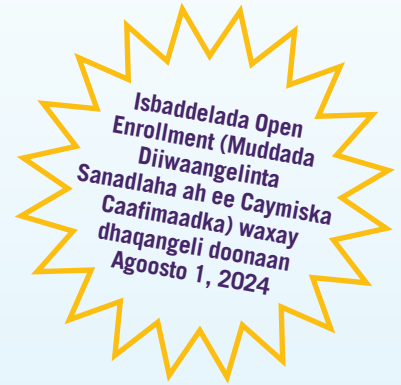
Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) ee Caymiska Daryeelka Caafimaadka Luulyo 1-20

Luulyo 20 ayaa ah taariikhdaada kama dambaysta ah ee aad:

- ✓ Baddeli karto ceymiskaaga ilkaha.
- ✓ Wareejiisan karto qorshahaaga caymiska caafimaad si aad u hesho dheefo cusub, oo ay ku jirto Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

Qorshaha caymiska caafimaad ee KPWA POS waa qorshe caymis dhaxal ah oo xiran, taas oo ka dhigan in qorshaha caymis uusan aqbalin dad cusub inay ku soo biiraan. Haddii aadan rabin inaad wax isbaddel ah ku samayso caymiskaaga uma baahnid inaad wax ficiil ah samayso.

**Su'aalo ma qabtaa? Ka wac Adeegga Macaamiisha lambarka
1-877-606-6705.**



Way fududahay inaad wareejiisato qorshahaaga caymiska caafimaadka ama aad ka baddesho qorshahaaga caymiska ilkaha barta myseiu.be/oe-online. myseiu.be/oe-online

Ama wac **1-877-606-6705** si aad ugu kala wareegto qorshayaasha caymiska waxaana lagu soo diri doonaa Hagaha Dheefaha Caafimaadka iyo Codsiga Diiwaangelinta oo cusub ee qorshahaaga caymiska caafimaadka ee cusub (ee lagu diyaariyay iyada oo ku saleysan lambarka zip-kaada) oo wata tilmaamo ku saabsan sida wax ka baddel loo sameeyo.



Kor u qaaditaanada Dheefta 2024

- ✓ Xadka qalabka aragga ayaa loo kordhiyay ilaa \$600 12 biloodkii kastaba.
- ✓ Xadka qalabka maqalka ayaa loo kordhiyay ilaa \$3,000 dheg kasta 3-dii sanaba.
- ✓ Xadka muddada dheefta sannadlaha ah ee Delta Dental iyo xadka qurxinta ilkaha ee muddada nolasha oo dhan ayaa loo kordhiyay ilaa \$5,000.
- ✓ Khidmada adeega ceymiska ee ilko qurxinta Willamette ayaa loo dhimay ilaa \$1,500.
- ✓ Daawooyinka sonkorowga iyo Qalabka Caafimaadka ee Raaga (DME) ayaa loo dhimay ilaa \$0.
- ✓ **CUSUB! Dheefaha Taranka iyo Qoys Dhisida**

Laga soo bilaabo tarmida iyo kala fogaynta dhalmaada ilaa caado joogsiga —dheeftaada cusub waxay ku siinaysaa caymiska daawaynadii ugu dambeeyay, taageero la gaar yeelay, hagid laga helayo U Doodayaal u Heellan Daryeelka Bukaanka iyo marin u helka daryeelka tayada sare leh.



Alyssa E.
Daryeel bixiye, Mount Vernon

Marki laga soo tago caymiska daryeelka caafimaadka ee tayada sare leh, waxaad heli kartaa dheefo kale oo bilaash kuu ah*— oo loo qaabeeyay inay kaa caawiyaan inuu walbahaarka kaa yaraado, aad badqab ku hesho goobta shaqada iyo inay sare u qaadaan tayada noolashaada.

Wax badan ka baro barta myseiu.be/oe-benefits.

Caregiver Kicks Kabo Bilaash ah oo Loogu Talagalay Daryeel Bixiyeyaasha

Hel kabo bilaash ah oo simbirixada reeba sanad walbo! Caregiver Kicks waxaa lagu heli karaa 70 nooc ka badan oo ay soo saareen Reebok iyo Skechers, waxaana loo qaabeeyay inay ilaaliyaan badqabkaaga goobta shaqada iyagoo yareynaya xanuunka cagaha iyo dhabarka.



*Sharciyada xaq u yeelashada ayaa shaqaynaya.

Guudmarka Caymiska Daryeelka Caafimaad

Caymis loo qaabeeyay daryeel bixiyeyaasha.



Qorshaha caymiska caafimaad ee KPWA POS waa qorshe caymis dhaxal ah oo xiran, taas oo ka dhigan in qorshaha caymis uusan aqbalin dad cusub inay ku soo biiraan. Haddii aad jeclaan lahayd inaad u diiwaangeliso carruurtaada kugu tiirsan (ee gaaray da'da 26) dheefaha caafimaadka iyo ilkaha, waxaa qasab ah inaad baddesho qorshahaaga caymiska caafimaadka.

Qorshaha caymiska ee aad hadda haysato iyo midka cusub ee aad heli karto, ayaa bixiya isla daryeelka iyo taageerada wanaagsan ee caafimaadkaaga iyo fayo-qabkaaga. Caymiska waxaa ka mid ah faa'iidooyinka soo socda oo ay la socdaan helitaanka tababbarka fayoobaanta, barnaamijyada la shakhsi ahaaneeyay iyo wax kaloo badan.

- ✓ Daryeelka Kahortaga ah
- ✓ Daawada Dhakhtarku Qoro
- ✓ Taranka iyo Qoys Dhisida
- ✓ Caafimaadka
- ✓ Caafimaadka Dareenka
- ✓ Daryeel Ku Habboon Jinsiga uu Qofka Doorto
- ✓ Ilkaha
- ✓ Aragga
- ✓ Laf-dhabar Jimcinta iyo Duugista
- ✓ Toosinta Ilkaha
- ✓ Maqalka
- ✓ Daaweynta Jirka

Haddii aad kala wareejisato qorshayaasha caymiska
kharashkaaga caymiska shakhsi ahaaneed ayaa sidiisa ahaan doona.

**Ceymiska Shakhsi
Ahaaneed
Caafimaadka iyo Ilkaha
\$25/bishii.**

Hel ceymiska daryeelka caafimaad oo tayo sare leh oo ku kacaya kaliya \$25 bishiiba.

**Coverage for Kids
(Caymiska Ilmaha)**

**Caafimaadka iyo Ilkaha
\$100/bishii.**

Waxaad ku darsan kartaa ceymiska caafimaadka iyo ilkaha ee carruurta xaqa u leh adigoo bixinaya \$100 bishiiba oo dheeraad ah.

**Coverage for Kids
(Caymiska Ilmaha)**

**Ilkaha Kaliya
\$10/bishii.**

Waxaad ku darsan kartaa ceymiska ilkaha kaliya ah ee carruurta xaqa u leh adigoo bixinaya \$10 bishiiba oo dheeraad ah.

**Lacag-Wadaaga Khidmada
Ceymiska Billaha ah ee
Lagaa Jaro: \$125**

\$25 ceymiska shakhsi ahaaneed
+ \$100 dhammaan
carruurtaada

**Lacag-Wadaaga Khidmada
Ceymiska Billaha ah ee
Lagaa Jaro: \$35**

\$25 oo ah ceymiska
shakhsi ahaaneed
+ \$10 oo ah dhammaan
carruurtaada

Lacag-Wadaaga Khidmada Ceymiska Billaha ah ee Lagaa Jaro:

Tani waa cadadka loo-shaqeeyahaagu uu si toos uga jari doono mushaharkaaga bil walibo.



Sidee ayaan xaq ugu yeelan karaa caymiska?

Ceymiska Shakhsi Ahaaneed

Waxaa qasab ah inaad shaqeyso **80 saacadood ama ka badan bishii** 2 bilood oo xidhiidh ah si aad xaq ugu yeelato caymiska shakhsi ahaaneed.

Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha)

Waxaa qasab ah inaad shaqeyso **120 saacadood ama ka badan bishii** si aad xaq ugu yeelato Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

Goorma ayaan codsan karaa oo goorma ayuu bilaaban doonaa caymiska?

Waxaad codsan kartaa markaad xaq u yeelato marka ugu koowaad, inta lagu jiro Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) ama haddii aad leedahay dhacdo nololeed mureysi leh.

Muddada Xaq U Yeelashada Hore

Marka ugu koowaad ee aad xaq u yeelato, macluumaadka ku saabsan caymiska daryeelka caafimaadka iyo sida loo codsado ayaa markaas lagu soo diri doonaa.

Waa inaad dhamaystirto oo aad soo gudbisno Codsigaaga Dheefaha Caafimaadka 60 maalmood gudahooda oo ka bilaabato marka ugu koowaad ee aad xaq u yeelatay. Fursada xigta ee aad u helayso inaad codsato waa Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) ama Muddada Diiwaangelinta Gaarka ah ee QLE.

Xilliga uu caymiska bilaabanayo waxay ku xidhan tahay taariikhda codsigaaga dheefaha oo dhamaystiran la helay.

Waxay qaadaa qiyaasti 2 toddobaad in laga shaqeeyo codsigaaga oo caymiska wuxuu bilaaban karaa oo kaliya maalinta ugu koowaad ee bisha. Waxaa lagugula talinayaa inaad soo gudbisno codsigaaga aad buuxisay ka hor 15-ka si uu caymiskaagu u bilawdo maalinta ugu horreysa ee bisha xigta.

Tusaale ahaan, haddii codsigaaga oo dhamaystiran la helo:

- **Marki la gaadho Maarso 15:** Caymiska wuxuu bilaaban doonaa Abriil 1.
- **Inta u dhaxeysa Maarso 16 - Maarso 31:** Caymiska wuxuu bilaaban doonaa Maajo 1.

Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka): Luulyo 1-20

Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) waa fursadaada sanadlaha ah ee aad ku codsanayso ama wax kaga baddelayso caymiskaaga. Luulyo 20 ayaa ah taariikhdaada kama dambaysta ah ee aad codsanayso caymiska daryeelka caafimaadka ama aad wax ka baddel samaynayso haddii aad horay u diiwaangashanayd. Isbaddelada oo ay ku jiraan baddelida qorshahaaga caymiska ilkaha ama ku darida Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

Caymiska wuxuu bilaaban doonaa Agoosto 1, 2024.

Dhacdo Nololeed Mureysi Leh (QLE) Muddada Diiwaangelinta Gaarka ah ee 30-ka Maalmood

Dhacdo Nololeed Mureysi Leh waa isbaddel ku yimaada xaaladaada nolaleed taas oo aad xaq ugu yeelan karto inaad hesho Muddo Diiwaangelin Gaarka ah. Tusaalooyinka dhacdo nololeedyada waxaa kamid ah korsashada ilmo, luminta caymisyada kale ee daryeelka caafimaadka ama furiinka. Si aad u hesho liiska dhamaystiran ee QLE-yada booqo myseiu.be/qle.

Habka ugu fudud ee lagu gudbiyo QLE waa inaad isticmaasho akoonkaaga onleenka ah, oo QLE-yada waa in lagu soo gudbiyo 30 maalmood gudahooda oo ka bilaabato dhacdadaada.



Xaq Uma Lihid Haddaan Miyaa?

Wali waxaad codsan kartaa caymiska inta lagu jiro Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka).

Buuxso Codsiga Dheefaha Caafimaadka oo caymiska shakhsi ahaaneed ayaa kuu bilaaban doona markaad bilowdo inaad shaqeyso 80 saacadood ama ka badan bishiiba. Waxaad sidoo kale carruur ku darsan kartaa Codsigaaga Dheefaha Caafimaadka oo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ayaa kuu bilaaban doona markaad bilowdo inaad shaqeyso 120 saacadood ama ka badan bishiiba.

Goorma ayaan wax ka baddel samayn karaa oo goorma ayuu bilaaban doonaa caymiska?

Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka): Luulyo 1-20

Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka) waa fursadaada sanadlaha ah ee aad ku codsanayso ama wax kaga baddelayso caymiskaaga. Luulyo 20 ayaa ah taariikhdaada kama dambaysta ah ee aad codsanayso caymiska daryeelka caafimaadka ama aad wax ka baddel samaynayso haddii aad horay u diiwaangashanayd. Isbaddelada oo ay ku jiraan baddelida qorshahaaga caymiska ilkaha ama ku darida Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

Caymiska wuxuu bilaaban doonaa Agoosto 1, 2024.

Haddii aadan haddadan shaqaynin 120 saacadood, weli waxaad kala wareejiisan kartaa qorshayaasha caymiska waxaadna codsan kartaa inta lagu jiro Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Ceymiska Caafimaadka). Buxuui Codsiga Dheefaha Caafimaadka oo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ayaa kuu bilaaban doona markaad bilowdo inaad shaqeyso 120 saacadood ama ka badan bishiiba.

Dhacdo Nololeed Muteysi Leh (QLE) Muddada Diiwaangelinta Gaarka ah ee 30-ka Maalmood

Dhacdo Nololeed Muteysi Leh waa isbaddel ku yimaada xaaladaada noolaleed taas oo aad xaq ugu yeelan karto inaad hesho Muddo Diiwaangelin Gaarka ah. Tusaalooyinka dhacdo nololeedyada waxaa kamid ah korsashada ilmo, luminta caymisyada kale ee daryeelka caafimaadka ama furiinka. Si aad u hesho liiska dhamaystiran ee QLE-yada booqo myseiu.be/qle.

Habka ugu fudud ee lagu gudbiyo QLE waa inaad isticmaasho akoonkaaga onleenka ah, oo QLE-yada waa in lagu soo gudbiyo 30 maalmood gudahooda oo ka bilaabato dhacdadaada.

Sideen ku sameeyaa wax ka baddel ama u kala wareejiistaa qorshayaasha caymiska?

Habka ugu fudud waa in onleen ahaan looga sameeyo barta myseiu.be/oe-online.

Si aad wax ka baddelka u samayso adiga oo isticmaalaya boostada ama fakis: Haddii aad heshay Hagaha Dheefaha Caafimaadka oo daabacan, waxaad isticmaali kartaa Codsiga Dheefaha Caafimaadka ee ku jira boostadaada. Ku dir boostada ama fakis codsigaaga oo dhamaystiran cinwaanka ama lambarka fakiska ee ku qoran Codsiga Dheefaha Caafimaadka. Khidmada boostada Mareykanka ayaa la iska rabaa.

Si aad u kala wareejiisato qorshayaasha caymiska adiga oo isticmaalaya boostada ama fakis: wac 877-606-6705 si aad ugu kala wareegto qorshayaasha caymiska waxaana lagu soo diri doonaa Hagaha Dheefaha Caafimaadka iyo Codsiga Diiwaangelinta oo cusub ee qorshahaaga caymiska caafimaadka ee cusub (ee lagu diyaariyay iyada oo ku saleysan lambarka zip-kaada) oo wata tilmaamo ku saabsan sida wax ka baddel loo sameeyo.

Sideen u ilaashadaa caymiska?

Waa inaad sii wado inaad shaqayso saacadaha loo baahan yahay bil walbo oo aad ku bixiso qaybtaada lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah ee laga jaro wakhtiga saxda ah si uu kuugu sii socdo caymiska. Maadaama caymiskaaga shakhsi ahaaneed iyo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ay leeyihiin tirada saacadaha shaqada ee la is faro oo kala duwan, waxaad wayni kartaa Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) balse waxaad sii haysan kartaa caymiskaaga shakhsi ahaaneed. Ka ogoow wax badan oo ku saabsan sida saacadaha ay u saamayn karaan caymiskaaga bogga xiga.

Si aad u sii haysato caymiska shakhsi ahaaneed, waxaad u baahan tahay inaad:

- ✓ Shaqeyso 80 saacadood ama ka badan bil walbo.
- ✓ Ku soo gudbiso saacadaha shaqada 60 maalmood gudahooda ka dib bisha aad shaqaysay.
- ✓ Bixiso qaybtaada lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah ee lagaa jaro ee dhan \$25.

Si aad u sii haysato Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) waxaad u baahan tahay inaad:

- ✓ Shaqeyso 120 saacadood ama ka badan bil walbo.
- ✓ Ku soo gudbiso saacadaha shaqada 60 maalmood gudahooda ka dib bisha aad shaqaysay.
- ✓ Bixiso lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah ee lagaa jaro oo dhamaystiran ee adiga iyo carruurta kugu tiirsan.



Ku soo gudbi saacadahaaga waqtiga saxada ah

si aad u sii heysato ceymiskaaga

Waxaad lumin doontaa caymiskaaga haddii aadan saacadaha ku soo gudbiinin waqtiga saxada ah. Waxaad soo gudbin kartaa saacadaha daahay ama waxaad wax sidxid la samayn kartaa loo-shaqeeyahaaga 60 maalmood gudahooda oo ka bilaabata bisha la shaqeeyay.



Hel saacado dheeraada ah

si aad u sii heysato ceymiskaaga

Haddii aad tahay Adeeg Bixiye Shaqsiyadeed (IP) oo aad u baahan tahay saacado dheeraad ah si aad u hesho ama aad u sii haysato caymiska, tijaabi Carina, websaydhka shaqa ku beegida oo bilaash ah oo kaa caawin kara inaad hesho macaamiil dheeraad ah.

Wax badan ka baro barta myseiu.be/oe-carina.

Sidee ayay saacadaha aan shaqeeyay u saameeyaan haysashada caymiska?

Bisha Shaqada	Bisha Caymiska
Saacadaha aad ka shaqeysay bishan:	Ayaa go'aamiya caymiska bishan:
Janaayo →	Maarso
Febraayo →	Abriil
Maarso →	Ma samayn
Abriil →	Juun
Ma samayn →	Luulyo
Juun →	Agosto
Luulyo →	Seteembar
Agosto →	Oktoobar
Seteembar →	Noofeembar
Oktoobar →	Diseembar
Noofeembar →	Janaayo
Diseembar →	Febraayo

Saacadaha aad shaqeyso ayaa go'aamiya xaalada caymiskaaga daryeelka caafimaadka ee 2 bilood kadib.

Eeg tusaalooyinka hoose ee ku saabsan sida saacadahaaga Juun ay u saamayn karaan caymiska Agoosto.

Luminta Caymiska Shakhsi Ahaaneed

Bisha Shaqada: Juun	Bisha Caymiska: Agoosto
Waxaad shaqaysaa wax ka yar 80 saacadood.	Waxaad luminaysaa caymiska.

Luminta Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha)

Maadaama caymiskaaga shakhsi ahaaneed iyo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ay leeyihiin tirada saacadaha shaqada ee la is faro oo kala duwan, waxaad wayni kartaa Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) balse waxaad sii haysan kartaa caymiskaaga shakhsi ahaaneed.

Bisha Shaqada: Juun	Bisha Caymiska: Agoosto
Waxaad shaqeysay wax ka badan 80 saacadood balse ka yar 120 saacadood.	Waxaad sii haysanaysaa caymiskaaga shakhsi ahaaneed balse waxaad luminaysaa Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha).

Dib u Soo Celinta Caymiska ee Tooska ah

Haddii aad lumisay caymis saacado aan kugu filnayn aawadood, marka xigta ee aad shaqeyso saacadaha loo baahan yahay ee Bisha Shaqada, caymiskaaga ayaa si toos ah dib ugu bilaabanaya Bisha Caymiska ee la xidhiidha.

Bisha Shaqada: Juun	Bisha Caymiska: Agoosto
Waxaad shaqeysay saacadaha loo baahan yahay.	Caymiska ayaa si toos ah dib ugu bilaabanaya.



Marka caymiska dib loo soo celiyo, loo-shaqeeyahaagu ma awoodo inuu si toos ah u jarto lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah waxaadna heli doontaa ogaysiis kuu sheegaya inaad adiga iska bixiso.

Haddii caymiska uu hakad kaa galo 12 bilood ama ka badan, waa inaad dib u codsato caymiska daryeelka caafimaad.

Maxaa dhacaya haddii aan lumiyo caymiska?

Haddii aad lumiso caymiska daryeelka caafimaadka, waxaad heli doontaa macluumaad ku saabsan caymiska sii wadida ee laga helo COBRA.

COBRA: (Sharciga Sii Wadashada Caymiska Caafimaad ee Loo-shaqeeyuhu Bixyo) wuxuu caawiyaa daryeel bixiyaasha iyo carruurtooda ee lumiyay caymiska daryeelka caafimaadka. Adiga oo u maraya COBRA, markaad lumiso caymiskaaga ama Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) waxaad heli kartaa caymiska daryeelka caafimaad oo kuu sii socda adiga oo bixinaya lacag bil'le ah. Dheeftaada COBRA waxaa maamula Ameriflex. Wixii su'aalo ah ee ku saabsan COBRA wac adeega macaamiisha: **1-877-606-6705**.

Noocayada Kale ee Ceymiska Daryeelka Caafimaadka: Haddii aad joojisay daryeel bixinta oo aad u baahan tahay inaa hesho caymiska daryeelka caafimaad ee muddada dheer, booqo wahealthplanfinder.org. Waxaad ogaan kartaa haddii aad xaq u leedahay Washington Apple Health oo bilaash ah ama waxaad isla barbardhigi kartaa noocyada kale ee daryeelka caafimaadka.

Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha)

Wareejiso qorshahaaga caymiska caafimaadka si aad ugu hesho isla caymiska aadka u wanaagsan carruurtaada kugu tiirsan.



Alyssa E.
Daryeel bixiye, Mount Vernon

Haddii aad rabi lahayd inaad carruur ku darsato caymiskaaga daryeelka caafimaadka:

- ✓ **Wareejiso qorshahaaga caymiska caafimaadka.**
Way fududahay inaad wareejisato qorshahaaga caymiska caafimaadka ama aad ka baddesho qorshahaaga caymiska ilkaha barta myseiu.be/oe-online. Ama wac 1-877-606-6705 si aad ugu kala wareegto qorshayaasha caymiska waxaana lagu soo diri doonaa Hagaha Dheefaha Caafimaadka iyo Codsiga Diiwaangelinta oo cusub ee qorshahaaga caymiska caafimaadka ee cusub (ee lagu diyaariyay iyada oo ku saleysan lambarka zip-kaada).
- ✓ **Shaqee ugu yaraan 120 saacadood bishi.**
Haddii aadan hadda xaq u lahayn, waxaad codsiga buuxin kartaa Inta lagu jiro Open Enrollment (Muddada Diiwaangelinta Sanadlaha ah ee Caymiska Caafimaadka) oo Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ayaa kuu bilaaban doona markaad bilowdo inaad shaqeyso 120 saacadood ama ka badan bishiiba.
- ✓ **Buuxi qaybta Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha) ee Codsiga Dheefaha Caafimaadka,**
onleen ahaan ama boostada. Waxaad u baahan doontaa inaad u doorato nooca caymiska carruurtaada (caafimaadka iyo ilkaha ama ilkaha kaliya).
- ✓ **Soo gudbi dukumiintiga Cadeynta Qofka Kugu Tiirsan** si loo caddeeyo xiriirka kaala dhaxeeyo ilmahaaga(carruurtaada) oo soo raaci codsigaaga.
- ✓ **Bixi lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah** ee loo baahan yahay ee noocyada caymisyada ee aad u dooratay carruurta.

Yaan ku dari karaa Coverage for Kids (Caymiska Ilmaha)?

Waxaad ku dari kartaa carruurta xaq u leh (ilaa iyo taariikhdooda dhalashada ee 26^{aad}). Tusaalooyinka qaar ka mid ah carruurta kugu tiirsan ee xaq leh waxaa kmid ah ilmaha aad dhashay, ilmaha la korsaday, carruurta seeygaaga/xaaskaaga ay dhaleen iyo carruurta lamaanahaaga qoyska.

Maxaa la iskaga baahan yahay marka la caddeynayo qofka kugu tiirsan?

Markaad diiwaangeliso carruurtaada marki ugu koowaad, waxaad u baahan doontaa inaad caddayso xiriirka kaala dhaxeeya iyaga ka hor inta uusan caymiska bilaabanin.* Waxaa lagu taliyaa inaad soo gudbiso dukumiintigaaga(yadaada) Caddeynta Qofka Kugu Tiirsan oo uu la socdo Codsigaaga Dheefaha Caafimaadka oo dhamaystiran marki la gaadho ama kahore Luuliyo 20. Haddii aadan midaas samayni karin, waa inaad soo gudbiso dukumiintiyadaada marki la gaadho ama kahore **Seteembar 30** oo aad xaqiijiso inaad ku soo qorto magacaaga koowaad iyo kan awoowgaa iyo afarta tiro ugu danbeeya ee lambarkaaga Sooshiyaal Sekuuritiga.

*Haddii aad horay u soo gudbisay dukumiintiyada la caddeeyay, uma baahnid inaad dib u soo dirto dukumiintiyadaada in lagaa codsado ma ahane.

Dukumiintiyada loo aqbalo Caddeynta Qofka Kugu Tiirsan

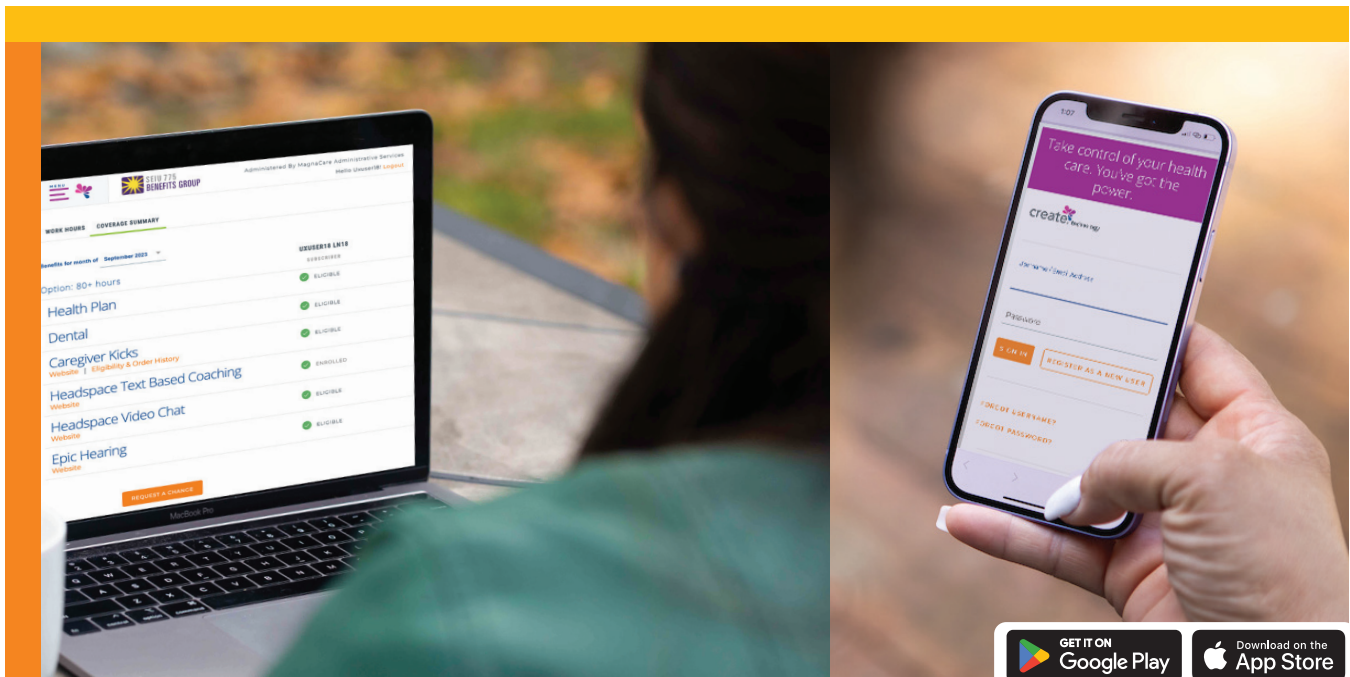
Waxaad u baahan tahay inaad ka soo gudbiso hal dukumiinti oo ah Caddeynta Qofka Kugu Tiirsan ilmo walbo oo aad diiwaangeliso. Qaar ka mid ah dukumiintiyada loo isticmaali karo Caddeynta Qofka Kugu Tiirsan waxaa ka mid ah:

- Nuqulka warqadda dhalashada ee ilmahaaga.
- Nuqulka warqada daryeelka korrinta, wakiilnimada sharciyeed ama korsashada ee ilmahaaga.
- Nuqulka canshuur celinta federaalka ee ugu danbeesay oo ay ku qoran yihiin qofka(dadka) kugu tiirsan.
- Dukumeentiyo dheeraad ah ayaa loo baahan karaa, haddii aad ku darsanayso ilmaha lamaanaha qoyska.

Si aad u hesho liiska dhamaystiran ee kuwa xaq u leh carruurta kugu tiirsan ahaan iyo dukumeentiyaada la aqbalo, booqo myseiu.be/cfk-so.

Ku Maarey Dheefahaaga Caafimaadka Akoon Onleen ah

Ka bilow barta myseiu.be/oe-online



Markaad haysato akoon, waxaad:

- ✓ Eegi kartaa saacadaha iyo xaq u yeelashada caymiska daryeelka caafimaadka, Caregiver Kicks iyo Headspace Care.
- ✓ Wax ka baddeli kartaa caymiska daryeelka caafimaadka.
- ✓ Ku darsan kartaa carruur caymiskaaga.
- ✓ Heli kartaa dukumiintiyada iyo foomamka qorshaha ceymiska.
- ✓ Waxaad bixin kartaa lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah waxaadna eegi kartaa taariikhda lacag bixinta.
- ✓ Furan kartaa wada-xiriiirada iimaylka ee ku saabsan caymiska.

Sameysashada akoonka way fududahay —waxay kaliya qaadataa 5 daqiiqo!



Booqo myseiu.be/oe-online si aad u hesho muuqaal cashir ah oo ku saabsan sameysashada akoon cusub.

Akoonada onleenka ah waxay qayb ka yihiin websaydhka CREATE ee MagnaCare. MagnaCare waa maamulaha caymiskaaga daryeelka caafimaadka. Bogga internetka waxaa lagu heli karaa asagoo ku qoran Af-ingiriis. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo sameysashada akoonka ama taageero luuqadeed, wac Adeegga Macaamiisha: **1-877-606-6705**.

Qoddobada Kooban Ee Ceymiska Caafimaadka



Becky F.
Daryeel Bixiye, Lacey

Ka Hel Faa'iidada Ugu Badan Caymiskaaga Daryeelka Caafimaadka ee Kaiser Permanente of Washington (KPWA POS).

Marka laga reebo daryeelka ka hortagga ah, caymiskaaga waxaa ku jira habab badan oo lagu helo daryeel iyo taageero, sida tababarka fayoaqabka iyo barnaamijyada maaraynta gaarka ah ee cudurada daba-dheeraada sida sonkorowga, dhiig-karka iyo dhabar xanuunka.

Hubso inaad barato dhammaan dhinacyada kala duwan ee qorshahaaga caymiska caafimaad oo aad ka faa'iidaysto dheefooyinkaaga wanaagsan!

Isticmaal Aqoonsigaaga Xubinta Si Aad U Bilowdo

Marki lagu diiwaangeliyo, Kaiser Permanente ayaa boostada kuugu soo diri doonta kaarka Aqoonsiga Xubinta. Haddii aadan kaarkaaga ku helin 10 maalmood oo shaqo gudahooda laga bilaabo taariikhda bilowga ee caymiska, wac Adeegyada Xubnaha ee Kaiser Permanente.

Kaararkaaga Aqoonsiga Xubinta, waxaad ku samaysan kartaa akoon sugan waxaadna ku maarayn kartaa caafimaadkaaga onleen ahaan barta kp.org/wa iyo app-ka taleefonka casriga ah ee Kaiser Permanente.

Kaiser Permanente of Washington (KPWA) waa qorshaha caymiska caafimaad oo aad heli karto iyada oo ku saleysan ZIP koodhka gurigaaga.



Booqashooyinka Daryeelka Assaasiga ah oo Bilaash ah*

Caymiskaaga Kaiser Permanente, ma lahan khidmada adeegga ceymiska markaad la kulanto dhaktarkaaga daryeelka assaasiga ah (sidoo kale loo yaqaano Adeeg Bixiyaha Daryeelka Aasaasiga ah, ama PCP). Waxaad ula kulmi kartaa PCP-gaaga hubinta fayoaqabka iyo markaad xanuunsato. Kaiser Permanente waxay sidoo kale bixisaa noocyada daryeelka fogaan-aragga ah xaalado badan si aad daryeel u hesho adiga oo gurigaaga raaxaysanaya.

*Booqashooyinka PCP-gaaga ma lahan khidmada adeegga ceymiska, sikastaba ha ahaatee haddii dhaktarkaaga uu amro baaritaano ama shaqo shaybaar, waxaad bixin kartaa khidmada adeegga ceymiska ee adeegyadaas.

Daryeelka Degdegga ah iyo Gurmada Degdegga Ah

Haddii aadan ballan isla maalintaas ah ka heli karin dhaktarkaaga ama aad leedahay baahiyo caafimaad oo degdeg ah, xarunta daryeelka degdegga ah ee kuugu dhaw ee Kaiser Permanente ayaa kuu noqonaysa xal la awoodi karo.

Adeeg Bixiyaha Daryeelka Aasaasiga ah/Booqashooyinka Onleen ah	\$0 Khidmada Adeegga Ceymiska
Booqashooyinka Daryeelka Degdegga ah	\$0 Khidmada Adeegga Ceymiska
Booqashooyinka Qolka Gurmada Degdegga ah	\$200 Khidmada Adeegga Ceymiska



Dheefaha Daawada Dhakhtarka Uu Qoro

Dheefaha daawooyinka dhakhtarka uu qoro (Rx) ayaa ku jira caymiskaaga wayna fududahay inaad wareejisato daawooyinkaaga dhakhtarka uu qoro! Kaliya gal akoonka onleenka ah ee Kaiser Permanente ama wac Adeegyada Xubnaha.

Ku iibsashada boostada ayaa ah habka ugu jaban ee aad ku heli karto daawooyinkaaga dhakhtarka uu qoro. Ku buuxso daawooyinkaaga dhakhtarka uu qoro onleen ahaan, wicitaanka taleefonka ama app-ka Kaiser Permanente.



Dheefaha Caafimaadka Dhimirka iyo Fayo-qabka

Caafimaadka shucuurtaada wuxuu muhiim u yahay si la mid ah caafimaadkaaga jidhka. Caymiska Kaiser Permanente waxaa ku jira taagero xirfadle, daawooyin, daaweynta koox ahaaned iyo daryeelka baddelka u noqda kuwa kale, iyo sidoo kale:

- Helitaanka app-yada caafimaadka shucuureed iyo Is-daryeelka oo bilaash ah sida Calm, oo loogu talagalay maan ku fikirka, iyo Headspace Care, oo loogu talagalay gacan qabashada shucuureed ee fool-ka-foolka ah.
- Wada-shekeysiga Daryeelka ee Caafimaadka Dhimirka, halkaas oo aad si fudud ugu hagaajisan karto daryeelka caafimaadka dhimirka onleen ahaan.
- Qiimaynta onleenka ah iyo booqashooyinka onleenka ah si aad u eegto astaamahaaga oo aad u hesho dookhyada kugu habboon.

Wax badan ka baro barta Wada-shekeysiga Daryeelka ee Caafimaadka Dhimirka.



Dheefaha Aragga (OO KORDHAY!)

Kaiser Permanente waxay bixisaa daryeelka indhaha oo dhamaystiran. Tani waxaa ku jira 1 baaritaan isha ah oo bilaash ah 12 bilood kasta, iyo \$600 12 bilood kasta oo loogu talagalay qalabka aragga (sida muraaydaha Bilaash indhaha, fareemyada iyo dhalada isha la dul saaro). Waxaad ka dooran kartaa qalabka indhaha oo aad u badan oo tayo sare leh kaasoo ku habboon labiskaaga iyo miisaaniyadaada. Qalab sixida iyo dib u hagaajintu had iyo jeer si bilaash ah lagu bixiyo.



Dheefaha Maqalka (OO KORDHAY!)

Dhaga beelka waa xaalad aad u badan balse sidoo kale la daawayn karo. Iyadoo la isticmaalayo Ceymiska Maqalka ee EPIC Hearing, waxaad baaritaanka maqalka ee sanadlaha ah oo bilaash ah ka heli kartaa dhakhtar la shaqeeya EPIC Hearing iyo ilaa \$3,000 oo ah qalabka maqalka ee dhag walba 36 bilood oo kasta oo bilaash kuu ah.

Ka bilow barta myseiu.be/epic.



Khidmada Adeegga Ceymiska ee Daawada Dhakhtarku Qoro	Farmasi 30 bari daawo la qaato	Ku iibsashada Boostada 30 bari daawo la qaato
Daawooyinka Ka Hortagga Uurka ee Baddelka u ah Kuwa Kale*	\$0	\$0
Daawooyinka Lagu Qiimeeyo Waxtarkooda**	\$4	\$0
Daawooyinka Baddelka u ah Kuwa Kale ee La Doorbidayo	\$8	\$3
Daawooyinka Shirkadaha Gaarka ah ee La Doorbidayo	\$25	\$20
Aan La Doorbideynin	\$50	\$45

*Haddii aad u shaqeyso hay'ad diimeed ceymiskaaga caafimaadka waxaa ka reeban ceyminta ka hortagga uurka sida lagu oggolaaday ee ku xusan ka reebitaanka diimeed ee Affordable Care Act (Sharciga Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo). Sikastaba, waxaad midan si bilaash ah kaga heleysaa (adiga oo walibana wax ficiil ah sameynin) Kaiser Permanente, inta aad ka diiwaangashan tahay ceymid caafimaad. **Daawooyinka lagu qiimeeyo waxtarkooda waa daawooyin baddel u ah kuwa kale oo loogu talagalay in lagu daaweeyo xaalado caafimaad oo kala duwan.

Xakamee Caafimaadkaaga

Cudurada daba-dheeraada sida sonkorowga, xanuunka raaga ama dhiig-karka ayaa samayn kara tayada nolashaada oo u baahan kara daawayn gaar ah. Nasiib wanaag, waxaa si wax ku ool ah loogu daaweyn karaa qaab nololeed caafimaad leh, daryeelka kahortagga ah iyo maarayn joogto ah.

Marki laga soo tago booqashooyinka daryeelka aasaasiga ah ee daryeelka guud iyo guddinta takhasuslaha, qorshahaaga caymiska wuxuu kaloo bixiyaa:

Tababarka faydaqabka ee hagida gaarka ah si loo helo oo loogu noolado caafimaad.

Barnaamijyo iyo hagitaan laga helo koox daryeel oo la gaar yeelo si ay kaaga caawiyaan inaad maarayso xaaladaada.

App-yaasha taleefonka casriga ah ee loogu talagalay barnaamijyada iskala-bixinta ee la gaar yeelay, khilaawada, la-talinta iyo wax kale oo badan.

Wax badan ka baro barta myseiu.be/oe-cc.



Sandra C.
Daryeel bixiye, Kennewick



Kani waa soo koobid kooban oo ku saabsan dheefooyinka. KANI MA AHAN HESHIIS AMA SHAHAADO CEYMIS. Dhammaan dheefooyinka, oo ay ka mid yihiin daryeelka baddelka ah, waxaa loogu talaglay adeegyo caafimaad ahaan muhiim ah. Qofka Xubnaha ah waxaa laga qaadi doonaa qiima wadaaga qaybta yar ee adeega ceymiska leh ama qiimaha saxda ah ee adeegaas. Si aad u hesho qodobadda ceymiska oo dhameystiran, oo ay ku jiraan xadidaadaha, fadlan ka tixraac shahaadadaada ceymiska.

Dheefaha	Shabakada Ceymiska Dhexdeeda	Ka Baxsan Shabakada Ceymiska
Lacag jarista ceymiska	Ma jirto lacagta jarista sanadlaha ah	Lacag jarista shaqsi ahaaneed: \$500 halki mudda sanadeedba
Lacag jarista shaqsi ahaaneed ee la wareejinayo	Ma khuseyso	Lacag wareejinta rubuc 4-aadka ayaa khuseyso
Haraaga lacag jarista kadib ee ceymiska	Haraaga lacag jarista kadib ee ceymiska ma jiro	Ceymiska wuxuu bixinayaa 80%, adigana waxaad bixineysaa 20% oo ka mid ah Lacagta Ceymiska Ugu Badan.
Xadka lacagta jaabka laga bixiyo	Xadka lacagta jaabka laga bixiyo ee shaqsiyan: \$1,200 Kharashyada jaabka laga bixiyo ee adeegyadan ceymiska leh ee soo socda waxay ka mid yihiin xadka lacagta jaabka laga bixiyo: Dhammaan kharash qeybsiga ee adeegyada ceymiska leh	Xadidaada lacagta jaabka laga bixiyo waxaa lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska Kharashyada jaabka laga bixiyo ee adeegyadan ceymiska leh ee soo socda waxay ka mid yihiin xadka lacagta jaabka laga bixiyo: Dhammaan kharash qeybsiga ee adeegyada ceymiska leh
Muddada sugitaanka xaalad horay u sii jirtay (PEC)	PEC ma jiro	La mid ah bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Qiimaha ugu badan inta aad nooshahay	Aan xadidinayn	La mid ah qiimaha ugu badan bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Adeegyada bukaan socodka (Booqashooyinka xafiiska)	Ma jirto khidmadaha adeega ceymiska assaasiga ah/\$15 khidmadaha adeega ceymiska takhasuslaha	\$15 khidmada adeega ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada isbitaalka	Adeegyada bukaan jiifka: \$100 khidmada adeega ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Qalliinka bukaan socodka: \$50 khidmada adeega ceymiska	Adeegyada bukaan jiifka: \$100 khidmada adeega ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Qalliinka bukaan socodka: \$50 khidmada adeega ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Daawooyinka dhakhtarka uu qoro (daawooyinka qaarkood ee la isku duro waxaa lagu dabari karaa adeegyada Bukaan Socodka)	Daawooyinka lagu qiimeeyo wixtarkooda/Daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo (tier 1)/daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo (tier 2)/shirkadaha aan la doorbideynin (Tier 3) \$4/\$8/\$25/\$50 khidmada adeega ceymiska 30 bari daawo la qaato Insuliin: Daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo (tier 1)/daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo (tier 2)/shirkadaha aan la doorbideynin (Tier 3) \$0/\$0/\$25	Daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo/daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo/aan la doorbideynin \$13/\$30/\$55 khidmada adeega ceymiska daawooyinka 30ka maalmood la qaato Insuliin: Daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo (Tier 1)/daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo (Tier 2) shirkadaha aan la doorbideynin (Tier 3) \$0/\$0/\$25
Ku iibsashada boostada ee daawada dhakhtarka uu qoro	\$5 oo lacag dhimis ah daawoada la qaato 30 bari	Aan ceymis lahayn
Daawaynta jir duridda ah	La dabaro ilaa iyo 20 booqasho halki caafimaad ogaanshaha halki muddo sanadeedba iyada oo aysan jirin oggeysiis horudhac ah; booqashooyin dheeraad ah marka uu ansixiyo qorshaha - \$0 khidmadaha adeega ceymiska	\$15 khidmada adeega ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada ambalaaska	Ceymiska wuxuu bixinayaa 80%, waxaad bixinaysaa 20%	La mid ah bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Balwada maandooriyaha	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeega ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: \$0 khidmada adeega ceymiska	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeega ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeega ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa

Dheefaha	Shabakada Ceymiska Dhexdeeda	Ka Baxsan Shabakada Ceymiska
Aalad, qalab iyo saad - Aalad, qalab iyo saad - Qalabka Caafimaadka ee Raaga - Qalabka lafaha iyo murqaha lagu kabo - Naasa-reebka qalliinka naasaha ka gadaal oo ku xadidan labo (2) lix bilood (6) oo kasta - Saadka caloosha lagu dolooliyo - Qalabyada isbeerka jirka	Waxaa la dabbaray 100%. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono.	Waxaa la dabbaray 50%, lacag jarista ayaa la isku sameeyaa
Saadka sonkorowga	Insuliin, cirbado, sirinjeero iyo mindi dalooliso ah-eeg daawooyinka Dhakhtarka uu qoro. Bamka insulin-ta laga qaato ee bannaanka yaalo, mashiinta cabirta sonkorta dhiiga, alaabaha iyo saadka wax lagu baaro-eeg Aaladaha, qalabka iyo saadka. Marka Aaladaha, qalabka iyo saadka ama Daawada dhakhtarku qoro ay ceymis leeyihiin oo ay xadidaada dheefta leeyihiin, saadka sonkorowga xadidaadahan ma qaban karaan.	Insuliin, cirbado, sirinjeero iyo mindi dalooliso ah-eeg daawooyinka Dhakhtarka uu qoro. Bamka insulin-ta laga qaato ee bannaanka yaalo, mashiinta cabirta sonkorta dhiiga, alaabaha iyo saadka wax lagu baaro-eeg Aaladaha, qalabka iyo saadka. Marka Aaladaha, qalabka iyo saadka ama Daawada dhakhtarku qoro ay ceymis leeyihiin oo ay xadidaada dheefta leeyihiin, saadka sonkorowga xadidaadahan ma qaban karaan.
Adeegyada sheybaarka cudur ogaanshaha iyo raajada	Bukaan jiifka: Lagu dabaro oo hoos imaada Adeegyada isbitaalka Bukaan socodka: Waxaa loo dabaraa si dhameystiran Adeegyada raajada ee ugu qaalisan sida CT, MR and PET waa in la go'aamiyo inay u Habboonyihiin Caafimaad ahaan waxayna u baahan yihiin oggeysiis horudhac ah marka laga reebo inay la xiriiraan Daryeelka Gurmadka Degdegga ah ama adeegyada bukaan jiifka.	Bukaan jiifka: Lagu dabaro oo hoos imaada Adeegyada isbitaalka Bukaan socodka: Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Adeegyada raajada ee ugu qaalisan sida CT, MR and PET waa in la go'aamiyo inay u Habboonyihiin Caafimaad ahaan waxayna u baahan yihiin oggeysiis horudhac ah marka laga reebo inay la xiriiraan Daryeelka Gurmadka Degdegga ah ama adeegyada bukaan jiifka.
Adeegyada gargaarka degdegga ah (khidmada adeegga ceymiska waa la iska dhaafayaa haddii la seexiyo)	\$200 khidmada adeegga ceymiska	\$200 khidmada adeegga ceymiska
Baaritaanada maqalka (joogtada ah)	\$0 khidmada adeegga ceymiska	\$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Qalabka maqal-kaaliyaha	Lagu dabaro dheef gaar ah: Ceymiska maqalka EPIC. Ma lahan khidmada adeegga ceymiska, ilaa iyo \$3,000 hashi dhagba 3 sano oo kasta oo laga bixinayo kharashka maqal-kaaliyaha. Wax badan ka baro barta myseiu.be/epic	Lagu dabaro dheef gaar ah: Ceymiska maqalka EPIC. Ma lahan khidmada adeegga ceymiska, ilaa iyo \$3,000 hashi dhagba 3 sano oo kasta oo laga bixinayo kharashka maqal-kaaliyaha. Wax badan ka baro barta myseiu.be/epic
Adeegyada Caafimaadka Guriga	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran. Ma lahan xad booqashada.	Ma lahan xad booqashada Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada daryeelka dadka geerida ku dhaw	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada dhalmo la'aanta	Lagu dabaro dheef gaar ah: Taranka iyo Qoys Dhisida ee Progyny. Dheefta 2+1 Smart Cycles si looga caawiyo xubnaha safarkooda Taranka iyo Qoys Dhisida. Wax badan ka baro myseiu.be/progyny	Aan ceymis lahayn
Daawaynta daliiga loo adeegsado	Ceymis leh ilaa iyo 20 booqosho halki mudda sanadeedba iyada oo uusan jirin Ogaysiis horudhac ah \$0 khidmada adeegga ceymiska	Xadidaadaha lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada duugista	Eeg Adeegyada baxnaaninta	Eeg Adeegyada baxnaaninta
Adeegyada Dhalmada	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: \$0 khidmada adeegga ceymiska. Daryeelka joogtada ah oo aan ku xirnayn khidmada adeegga ceymiska adeegyada bukaan socodka.	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa. Daryeelka joogtada ah oo aan ku xirnayn khidmada adeegga ceymiska adeegyada bukaan socodka.
Caafimaadka Dhimirka	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: \$0 khidmada adeegga ceymiska	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa

Dheefaha	Shabakada Ceymiska Dhexdeeda	Ka Baxsan Shabakada Ceymiska
Daawaynta dabiiciga ah	\$0 khidmada adeegga ceymiska. Booqashooyin aan xadidnayn sanad walba oo aan lahayn oggolaansho horeeya. Waxaa loo dabaraa si dhameystiran.	\$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada Iilmaha Markaa Dhashay	Isbitaal joogista hore: Eeg Adeegyada Isbitaalka: Booqashooyinka xafiiska: Eeg Adeegyada Bukaana Socodka: Daryeelka fayogabka joogtada ah: Eeg Daryeelka kahortagga. Kharash wadaag walba oo ku aadan adeegyada ilmaha markaa dhashay waa ka gaar midka hooyada.	Isbitaal joogista hore: Eeg Adeegyada Isbitaalka: Booqashooyinka xafiiska: Eeg Adeegyada Bukaana Socodka: Daryeelka fayogabka joogtada ah: Eeg Daryeelka kahortagga. Kharash wadaag walba oo ku aadan adeegyada ilmaha markaa dhashay waa ka gaar midka hooyada.
Adeegyada Cayilka Saa'idka ah La Xiriir	Lagu dabaro kharash qeybsi marka shuruudaha caafimaadka la buuxiyo	Lagu dabaro kharash qeybsi marka shuruudaha caafimaadka la buuxiyo
Xubno baddelida	Aan xadidinayn, ma lahan muddo sugitaan Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: \$0 khidmada adeegga ceymiska	Lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Daryeelka kahortaga ah Hubinta fayogabka jireed, tallaalada, baaritaanka kansarka makaanka haweenka, raajada naasaha	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran Adeegyada daryeelka kahortaga ah ee haweenka (oo ay ku jiraan dawooyinka kahortagga uurka iyo aaladaha iyo jeermis-dilista) dhammaamtod waxaa loo dabaraa si dhamaystiran.	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Adeegyada daryeelka kahortaga ah ee haweenka (oo ay ku jiraan dawooyinka kahortagga uurka iyo aaladaha iyo jeermis-dilista) waxay ku xiran yihiin kharash qeybsiga Daryeelka kahortaga ah iyo dheefta ugu badan ee habboon. Raajada naasaha joogtada ah: Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada baxnaaninta Booqashooyinka baxnaaninta waa isku geyn booqashooyin daawayn halki mudda sanadeedba	Bukaan jiifka: 60 maalmood halki mudda sanadeedba. Adeegyada cudur ogaanshaha caafimaadka dhimirka waxaa lagu dabaraa xadidaad la'aan. \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: 60 booqashooyin halki mudda sanadeedba. Adeegyada cudur ogaanshaha caafimaadka dhimirka waxaa lagu dabaraa xadidaad la'aan. Ma jirto khidmadaha adeegga ceymiska assaasiga ah/\$15 khidmadaha adeegga ceymiska takhasuslaha	Bukaan jiifka: Xadidaadaha maalinta ee lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: Xadidaada booqashooyinka ee lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Xarunta dadka lagu xanaaneeyo	Ceymis dhameystiran leh ilaa iyo 60 maalmood halki mudda sanadeedba	Xadidaada maalmaha lala wadaago dheefta bixiyeyaasha shirkada ceymiska ay bixiyaan, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Jeermis Diillida (qalliinka xininyaha, qalliinka xubinta taranka haweenka)	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran.	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Qalliinka dhalma joojinta haweenka joogtada ah waxaa lagu dabaraa iyada oo ku xiran kharash wadaaga Daryeelka Kahortaga ah iyo dheefta ugu badan ee habboon.
Adeegyada Kala Baxa Qanjaha (TMJ)	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba Bukaan socodka: \$0 khidmada adeegga ceymiska	Bukaan jiifka: \$100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Bukaan socodka: \$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
La-talinta barnaamijka joojinta tubaakada	Barnaamijka Quit for Life - waxaa loo dabaraa si dhameystiran	Kharash wadaaga habboon ayaa la iska rabaa
Daryeelka araga ee joogtada ah (1 booqasho 12 bilood oo kasta)	\$0 khidmada adeegga ceymiska	\$15 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Qalabka araga Muraayadaha, oo ay ka mid yihiin dhalooyinka isha la saaro iyo fareemka ookiyaalaha	Xubnayaasha ka yar 19 jir: 1 joog oo fareemyo iyo muraayado ah sanadkiiba ama dhalooyinka isha la saaro oo lagu dabarayo 50% lacagaha haraaga lacag jarista kadib Xubnayaasha 19 jirka ah iyo ka wayn: \$600 12-ki biloodba	Lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska



Dheefaha Taranka iyo Qoys-Dhisida

Ku hel dheefo marxalad kasta oo nolosha ah, laga bilaabo tarmida iyo qoys-dhisida ilaa uur qaadida, dhalmada ka dib iyo xilliga caado joogsiga.

Dheefaha taranka ee la xoojiyay ayaa waxaad hadda ka heli kartaa Progyny.

Progyny waxay bixisaa caymiska daawaynadii ugu dambeeyay, taageero la gaar yeelay, hagd laga helayo U Doodayaal u Heellan Daryeelka Bukaanka (PCAs) iyo marin u helida daryeelka fool-ka-foolka ah iyo midka fogaan-aragga ah oo tayo sare leh.

PCA-yada ayaa ah halka aad ka bilaabayso safarkaaga qoys dhisida. Waxay ku hagi doonaan guud ahaan tarankaaga oo dhan, safarkaaga qoys dhisida ama caada joogsiga iyagoo ku baraya barnaamijyada la heli karo, noocyada daawada, isu-duwida iyo taageero hiil iyo hooba leh.

Marki laga soo tago taageerada PCA-ga, waxaad awood u leedahay inaad isticmaasho bogga internetka ee xubinta iyo app-ka, halkaas oo aad ka eegi karto faahfaahinta caymiska, aad dib uga eegi karto ballamaha soo socda, aad si toos ah uga xidhiidhi karto PCA-gaaga oo aad ka heli karto waxbarashada taranka iyo qoys dhisida.

Uurqaadista Kahore iyo Taageerada

Bilaabidda inaad ka fikirto dhisida qoysku waxay noqon kartaa mid culays badan. Adigoo isticmaalaya Progyny, waxaad heli kartaa barnaamij 12 bilood ah oo loogu talagalay taageerada shakhsi ahaaneed, waxbarashada iyo agabka uurka caafimaadka leh iyo ilmaha faraxsan.

Taranka iyo Qoys-Dhisida

Haddii aad rabto inaad wax badan ka ogaato dhawrida taranka, aad iskudayayso inaad uur yeelato ama aad raadinayso daawaynta taranka, Progyny ayaa kugu taageeri karta talaabo kasta oo aad qaado:

- Inaad awood u yeelato shabakad khabiirada taranka ah oo habboon.
- Tageero caafimaad iyo mid shucuureed aan xad lahayn oo aad ka helayso PCA kuu heellan.
- Dhammaan adeegyada shakhsi ahaaneed, baaritaanada iyo daawooyinka laga yaabo inaad u baahato.

Caada Joogsiga iyo Daryeelka Da'aada Dhexe

U hel daryeelka fogaan-aragga ah dhammaan heerarka caada joogsiga adigoo isticmaalaya shabakada dhakhaatiirta la aqoonsan yahay, dhakhaatiirta cuntada iyo kalkaaliyayaasha ee Progyny. Kadib qiimaynta kowaad, waxaad heli doontaa qorshaha daryeelka ee gaarka ah oo adeegsanaya isku gaynta:

- Nafaqa-kaabayaasha aan hormoonnada ahayn iyo daawooyinka hoormoonka ah.
- Taageerida qaab nololeedka ee nafaqada, miisaanka, hurdada iyo caafimaadka shucuurta.
- Baaritaanada khataraha caafimaadka ee da'da la xidhiidha. Waxaad sii wadi kartaa inaad hesho dib u buuxinta daawada iyo taageero markaad u baahato ilaa iyo inta aad u baahan tahay.

Wareejinta Daryeelka

Haddii aad wakhti xaadirkan daawaynta taranka ku hesho qorshahaaga caymiska oo daawayntaadu aysan dhamaan doonin dhamaadka sanadka qorshaha caymiska (Luuliyo 31, 2024), Progyny ayaa bixiso isku-duwida wareejinta daryeelka si ay kuu siiyaan taageero joogta ah oo ku aadan safarkaada taranka iyo qoys dhisida.

Wac **1-833-233-0517** si aad ula hadasho PCA kaasoo awoodi doonaa inuu kaa caawiyo geedi-socodkaaga wareejinta daryeelka oo uu xaqiijiyo inuusan hakad kaa galin daryeelka.

Wax badan ogoow ama bilow inaad isticmaasho dheeftaada adigoo wacaya 1-833-233-0517

Daryeel bixiyayaasha ka diiwaangashan caymiska daryeelka caafimaadka ayaa heli kara dheftan laga bilaabo Agoosto 1, 2024.



Sandra C.
Daryeel bixiye, Kennewick

Dukumeentiga Soo Koobida Dheefaha iyo Ceymiska (SBC) ayaa kaa caawin doonta inaad doorato qorshe caymis. Dukumeentiga SBC waxay ku tusinaysaa sida adiga iyo qorshaha caymiska aad u wadaagi doontaan kharashka adeegyada daryeelka caafimaadka ee caymiska leh. Kani waa soo koobitaan kaliya. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan caymiskaaga, fadlan kala xidhiidh U Doodahaaga Daryeelka Bukaanka (PCA) ee Progyny ee kuu heellan lambarka (833) 233-0517.

Su'aalo Muhiim ah	Jawaabaha	Sababta ay Tani Muhiim u Tahay:
Waa maxay lacag jarista guud?	Shakhsiga \$0 / Qoyska \$0	Wax lacag jaris ah ma lahan qorshahaaga caymiska Progyny.
Miyaa la iiga baahan yahay lacagta go'an ee caymiska?	Maya	Wax lacagta go'an ee caymiska ah ma lahan qorshahaaga caymiska Progyny.
Miyaa la iiga baahan yahay lacagaha haraaga lacag jarista kadib?	Maya	Wax lacagta go'an ee caymiska ah ma lahan qorshahaaga caymiska Progyny.
Ma jiraan adeegyo la dabaro kahor inta aadan buuxinin lacagta lagaa jarayo?	Maya	Waxaad ka bixin doontaa jeebkaaga adeegyada taranka ee aad xaq u leedahay ilaa aad ka gaadho lacagta la jaro ee sanadlaha ah ee dhan \$0.
Ma jiraan lacago kale oo loo jaro adeegyo gaar ah?	Maya	Waxaa jirta oo kaliya lacag jarista looga baahan yahay qorshaha caymiska HRA ee Progyny.
Waa maxay xadka lacagta jaabka laga bixiyo ee qorshahan caymiska?	Shakhsiga \$0 / Qoyska \$0	Ma lahan wax xadka lacagta jaabka laga bixiyo ah qorshahaaga caymiska ee Progyny.
Miyuu qofka bixinaya lacag yar haddii uu isticmaalo adeeg bixiye shabakada ka tirsan?	Ma khuseyso.	Adeeg bixiyayaasha Shabakada Xarunta Heerka Sare ee Progyny ayaa dhammaantood ku jira qorshaha caymiskan. Waxaa qasab ah inaad isticmaasho adeeg bixiye shabakada ka tirsan.

Adeegyada Ka Baxsan & Adeegyada Kale ee Ceymiska Leh:

Waxyaabaha reeban waxaa ku jira qalab lagula socdo ugxan siideynta ee guriga lagu isticmaalo, adeegyada iyo saadka uu bixiyay adeeg bixiye shabakada ka baxsan, iyo daawaynta ay tijaabada u tixgeliso American Society of Reproductive Medicine. Dhammaan kharashyada la xidhiidha adeegyada haweenka uurka u sida qof kale, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xaddidnayn khidmadaha shaybaadhka, lama dabaro. Haddii dhakhtarkaagu uu codsado adeegyo aan ku qornayn hagahan, fadlan ka hubi PCA-gaaga si aad u xaqiijiso caymiska. Waxaa jira adeegyo qaarkood oo aan hoos iman caymiska Progyny; si kastaba ha ahaatee, waxaa laga yaabaa in lagu bixiyo qorshahaaga caymiska caafimaad.

Xuquuqaha Aad u Leedahay Inaad Sii Wadato Caymiska:

Waxaa jira hay'ado ku caawin kara haddii aad rabto inaad sii wadato caymiskaaga ka dib markuu dhamaado. Meelaha lagala xidhiidhi karo hay'adahan waa: [Healthcare.gov](https://www.healthcare.gov): [www.HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov) ama 1-800-318-2596 ama goob-suuqeedka caymiska caafimaadka ee federaalka ama SHOP. Noocyo kale oo caymis ah ayaa laga yaabaa inaad hesho, sidoo kale, oo ay ku jiraan iibsashada caymiska shakhsi ahaaneed ee laga helo Goob-Suuqeedka Caymiska Caafimaadka. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Goob-suuqeedka caymiska, booqo [www.HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov) ama wac 1-800-318- 2596.

Xuquuqahaaga Dacwada iyo Racfaanada:

Waxaa jira hay'ado ku caawin kara haddii aad cabasho ka qabto qorshahaaga caymiska codsi lacag lagu diiday aawadeed. Cabashadan waxa loo yaqaan dacwo ama rafcaan. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqahaaga, eeg dukumiintigaaga sharaxaadaha dheefaha ee aad u heli doonto sheegashadaas caafimaadka. Dukumeentiyada qorshahaaga caymiska ayaa sidoo kale ku siinaya macluumaad dhamaystiran oo ku saabsan sida loo gudbiyo sheegasho, racfaan, ama dacwo sabab kasta oo qorshahaaga ah. Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xuquuqahaaga, ogaysiiskan, ama caawin, tag www.dol.gov/ebsa/healthreform and [http://www.cms.gov/CCIIO/Resources/Consumer-Assistance-Grants](https://www.cms.gov/CCIIO/Resources/Consumer-Assistance-Grants).

Qorshahan caymiska miyuu bixiyaa Caymis Buuxinaya Affordable Care Act (Sharciga Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo)? Ma Khuseyso.

Caymiska Buuxinaya Affordable Care Act (Sharciga Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo) si guud waxaa kamid ah qorshayaasha caymiska, caymiska caafimaadka ee laga helo Goob-suuqeedka caymiska ama caymisyada shakhsi ahaaneed, Medicare, Medicaid, CHIP, TRICARE, iyo caymisyo kale oo gaar ah. Haddii aad xaq u leedahay noocyo kamid ah Caymiska Buuxinaya Affordable Care Act (Sharciga Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo), waxaa laga yaabaa inaad xaq u yeelanin canshuur dhimista khidmadaha caymiska bil'laha ah.

Miyuu caymiskan buuxiyaa Heerarka Qiimaha Ugu Yar? Ma Khuseyso.

Haddii qorshahaaga caymiska uusan buuxinin Heerarka Qiimaha Ugu Yar, waxaad xaq u yeelan kartaa canshuur dhimista khidmadaha caymiska bil'laha ah si ay kaaga caawiso inaad bixiso qorshe caymis oo laga helo Goob-suuqeedka.

Noocyada Qorshaha Ceymiska Ilkaha

Isla barbardhig qorshayaasha caymiska ilkaha oo dooro midka adiga kuu fiican.



Amy L.
Daryeel bixiye, Seattle

Ceymiska ilkaha wuxuu ka mid yahay lacagta \$25 ee qaybta lacag-wadaaga khidmada ceymiska billaha ah ee lagaa jaro.

Isticmaal shaxda hoose oo dib u eeg soo koobida dheefaha qorshaha ceymiska si ay kaaga caawiyaan inaad isla barbardhigto qorshayaasha caymiska oo aad u fahanto kharashyada aad jaabka ka bixinayso ee suurtogalka ah. Haddii aad horay ugu diiwaangashanayd caymis oo aad rabto inaad baddelato qorshahaaga caymiska ilkaha, soo gudbi codsigaaga marki la gaadho ama ka hore Luulyo 20.

		
Dheefta Ugu Badan Sanadka	\$5,000	Waxbo
Lacagta la jaro	\$0	\$0
Baaritaanada Joogtada ah	Waxaa Loo Dabaraa Si Dhameystiran	Waxaa Loo Dabaraa Si Dhameystiran
Dheefaha Toosinta Ilkaha	Haa	Haa
Shabakada Adeeg Bixiyayaasha	Delta Dental waxay leedahay shabakad adeeg bixiyeyaal oo aad u balaaran, oo ay ku jiraan kuwa miyiga. Waxaad u baahan doontaa inaad hesho Dhakhtarka Ilkaha ee Delta Dental PPO si aad faa'iidada ugu badan uga hesho dheeftaada.	Willamette Dental waxay goobo badan oo haboon ku leedahay galbeedka Washington, taasoo kuu sahlaya inaad hesho dhakhtarka ilkaha ee Willamette haddii aad ku nooshahay hareeraha wadada I-5 corridor.
Hel Dhakhtarka Ilkaha ee Kuu Dhaw	Booqo deltadentalwa.com/fad/search oo guji 'Delta Dental PPO' si aad u kala shaandeesid natiijooyinka kaaga soo baxaya raadinta.	Booqo locations.willamettedental.com oo geli ZIP koodhkaaga qeyba wax raadinta.
Wixii Su'aalo ama Macluumaad Dheeraad ah	1-800-554-1907 DeltaDentalWA.com	1-855-433-6825 myseiu.be/oe-willamette

Tani waa guudmar kooban oo ku saabsan dheefaha la heli karo si la iskula barbardhigo oo kaliya oo kama dhigna heshiis. Marka lagaa diiwaangeliyo qorshe ceymis waxaad awood u yeelan doontaa inaad isticmaasho buug-yarahaaga dheefaha kaas oo faahfaahin dheeraad ah ka bixin doona Qorshahaaga Ceymiska Delta Dental PPO. Ka wac waaxda Adeegga Macaamiisha ee Delta Dental lambarka **1-800-554-1907** ama booqo **DeltaDentalWA.com** haddii aad qabto wax su'aalo ah.

Muddada Dheefta:

1/1/2025-12/31/2025

Qiimaha Ugu Badan ee

Muddada Dheefta*

(halki qofba; ma khuseyso Class I):
\$5,000

Toosinta Ilkaha—Dadka wawayn

iyo Carruurta:

50% oo leh qiimaha ugu badan
inta aad nooshahay oo ah
\$5,000 qofkiiba

*Daryeelka ilkaha ee laga helo dhakhtarka ilkaha ee PDA ayaa si buuxdo loo dabari doonaa ilaa iyo \$2,000 ugu badnaan, iyada oo lacagaha haraaga lacag jarista kadib laga dhaafay Class III - Adeegyada Wawayn.

Delta Dental Network

Dheefahaaga waxay ugu dheeryihiin marka aad isticmaasho shabakada Delta Dental PPO. Waxaad sidoo kale awood u yeelanaysaa inaad adeegsato shabakada Delta Dental Premier®, taasoo kaa caawinaysa inaad balaadhiso fursadahaaga.

Hel Burushka Ilkaha Sonicare oo Bilaash Ah



Xubnaha Delta Dental ee booqda adeeg bixiyaha Pacific Dental Alliance (PDA) bukaan cusub ahaan, waxay heli karaan burushka ilkaha ee Sonicare oo bilaash ah.

Eeg liiska adeeg bixiyaha PDA oo dhamaystiran: myseiu.be/oe-pda.

	Delta Dental PPO	Delta Dental Premier	Bixiyaha Aan U Shaqeynin Shirkada Ceymiska
Lacag Jarista Muddada Dheefta			
Ma Khuseyso Class I & Toosinta Ilkaha Aan U Shaqeynin Shirkada (\$50 Halki Qofba)	\$0	\$50	\$50
Class 1- Cudur Ogaansho iyo Kahortag			
Baaritaanada Nadiifinta Foloraydh Raaajooyinka Bacda la saaro ilkaha	100%	80%	80%
Class II - Ilka Soo Celinta			
Soo celinta ilkaha Buuxinta cadeynta ee ilakaha danbe Cilmiga cudurada iyo daaweynta iliga gudihiisa (Xidid Diliidda) Cilmiga cudurada iliga waxa ku wareegsan Qalliinka Afka	100%	60%	60%
Class III - Adeegyada Wawayn			
Ilkaha Macmalka ah Ilkaha Qeybta Ahaan Macmalka ah Bir Gelinta Iliga Lafaha Ilkaha Xiriiriya Lafaha Iliga Laga Dul Galiyo	80%	40%	40%

Sifooyinka			
Kharashyada jeebka laga bixiyo ee ugu yar	○		
Wuxuu kuu dirayaa foomyaasha xaqsheegashada	○	○	
Maarayn tayo leh iyo ilaalinta kharashka	○	○	

Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah: Adeeg Bixiyayaasha Shirkada La Shaqeeya waxay bixin doonaan daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah inta lagu jiro saacaha shaqada. Shirkada ayaa bixin doonta dheefaha Adeegyada La Dabaro ee ay ku bixiyaan Adeeg Bixiyayaasha Shirkada La Shaqeeya daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah. Qofka Diwaangashan ayaa raadsan kara daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah ee laga helo Adeeg Bixiye Aan La Shaqaynin Shirkada haddii Qofka Diwaangashan uu 50 mayl ka badan u jiro Xafiiska Adeeg Bixiyaha Shirkada La Shaqeeya.

Iyada oo ay damaanad qaadeyso Willamette Dental of Washington, Inc. Qorshahan ceymiska wuxuu bixiyaa ceymiska adeegyo oo balaaran. Liiska hoose wuxuu macluumaad kaa siinayaa qaar ka mid ah habraacyada ugu badan ee lagu dabaro qorshahaaga. Wac [1-855-433-6825](tel:1-855-433-6825) ama booqo myseiu.be/oe-willamette si aad u hesho macluumaad dheeraad ah. Si aad u hesho liiska xadidaadaha iyo waxyaabaha reeban, booqo myseiu.be/willamette-exclusions.

Dheefaha	Khidmadaha adeegga ceymiska
Qiimaha Ugu Badan Sanadka	Ma Lahan Qiimaha Ugu Badan Sanadka*
Lacagta la jaro	Ma lahan Lacagta la jaro
Booqashada Xafiiska ee Guud iyo Ilka Simmida	Ma Lahan Khidmadaha Adeegga Ceymiska booqashadiiba
Adeegyada Cudur Ogaanshaha iyo Kahortagga	
Baaritaanada Joogtada ah iyo kuwa Gurmada Dededegga ah, Raajooyinka, Ilka naadiifinta, Daaweynta Foloraydh, Bacda La Saaro Ilkaha (Halki iligba), Baaritaanka Kansarka ee Madaxa iyo Luqunta, Tilmaamta Nadaafada Afka, Cabirka Ciirdka iyo Iliga u Dhaxeeya, Qiimeynta Caafimaadka Ciirdka iyo Ilkaha	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha Adeegga ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Daawaynta Ilkaha ee Ilka Soo Celinta	
Ilka buuxinta (Amalgam)	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha Adeegga ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Birta Dhoobka Leh ee La Geliyo Ilkaha	Waxaad bixineysaa \$250 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Cilmiga Buuxinta Ilkaha Macmalka ah	
Ilkaha Hoose ama Kore oo Dhameystiran	Waxaad bixineysaa \$400 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Lafaha Ilkaha Xiriiriyaya (halki iligba)	Waxaad bixineysaa \$250 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Cilmiga Cudurada iyo Daaweynta Iliga Gudhiisa & Cilmiga Cudurada Iliga Waxa Ku Wareegsan	
Daweynta Xidid Dilidda – Ilkaha hore	Waxaad bixineysaa \$85 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daweynta Xidid Dilidda – Ilkaha dhexe	Waxaad bixineysaa \$105 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daweynta Xidid Dilidda – Goosaha dambe	Waxaad bixineysaa \$130 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Qalliinka Lafta Ciirdka (Ilkaha halki Geesba)	Waxaad bixineysaa \$150 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Ilka Sifeynta (Ilkaha halki Geesba)	Waxaad bixineysaa \$75 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Qalliinka Afka	
Ilig Bixin (Hal Ilig)	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha Adeegga ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Qalliinka Ilig Bixinta	Waxaad bixineysaa \$100 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daaweynta Toosinta Ilkaha	
Daaweynta Ka Hor Toosinta Ilkaha	Waxaad bixineysaa \$150 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska**
Daaweynta Toosinta Ilkaha ee Dhameystiran	Waxaad bixineysaa \$1,500 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Bir Gelinta Iliga	
Qalliinka Bir Gelinta Iliga	Dheefta bir gelinta iliga ee ugu badan oo ah \$1,500 halki Mudda sanadeedba
Waxyaabo kala duwan	
Kawaawiso	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha Adeegga ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Lacagaha Shaybaarka Ilkaha	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha Adeegga ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Nitrous Oxide	Waxaad bixineysaa \$40 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Booqashada Xafiiska Takhasuslaha	Waxaad bixineysaa \$30 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska halki Booqashaba
Madhawga Daryeelka Gurmada Degdegga ah ee Goobta Ka Baxsan	Waxaad bixineysaa khidmado ka badan \$250

*TMJ waxay leedahay \$1000 oo ah qiimaha ugu badan sanadka/ \$5000 oo ah qiimaha ugu badan inta aad nooshahay **Khidmada adeegga ceymiska waxaa lagu shubayaa khidmada Daaweynta Toosinta Ilkaha ee Dhameystiran haddii macmiilka uu aqbalo qorshaha ceymiska ee daaweynta. **Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah:** Adeeg Bixiyayaasha Shirkada La Shaqeeya waxay bixin doonaan daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah inta lagu jiro saacaha shaqada. Shirkada ayaa bixin doonta dheefaha Adeegyada La Dabaro ee ay ku bixiyaan Adeeg Bixiyayaasha Shirkada La Shaqeeya daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah. Qofka Diiwaangashan ayaa raadsan kara daawaynta Xaalada Ilkaha ee Gargaarka Degdegga Ah ee laga helo Adeeg Bixiye Aan La Shaqaynin Shirkada haddii Qofka Diiwaangashan uu 50 mayl ka badan u jiro Xafiiska Adeeg Bixiyaha Shirkada La Shaqeeya.

Khayraadka iyo Taageerada



Adegga Macaamiisha

Caawin u hel kala wareejisashada qorshayaasha caymiska, su'aalaha ku saabsan caymiska, COBRA iyo wax kale oo badan.

1-877-606-6705

SEIU775BG-caregiver@magnacare.com

(8 a.m. ilaa 6 p.m., Isniin-Jimce)

Akoonka Onleenka ah ee Dheefaha Caafimaadka myseiu.be/oe-online

Gal ama akoon sameyso si aad wax ka baddel u sameyso oo aad u hesho macluumaadka qorshaha caymiska.

Erayada Guud ee Ceymiska Caafimaadka myseiu.be/oe-terms

Baro qeexitaanada erayada guud si aad si wanaagsan ugu fahamto caymiskaaga daryeelka caafimaad.

Kaiser Permanente of Washington

Adeegyada Xubnaha	1-888-901-4636	myseiu.be/kp-member
Adeegyada Xubinta Cusub	1-888-844-4607	myseiu.be/kp-new-member
Adeegyada Caafimaadka Dhimirka	1-888-287-2680	myseiu.be/kaiser-bh
Khadka Caawinta Kalkaaliyaha	1-800-297-6877	myseiu.be/kp-nurse
Caawimaadda Luuqadda ee Xubinta	1-888-901-4636	myseiu.be/kp-language

Ilkaha

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

Dheefaha Kale

Ceymiska Maqalka EPIC	1-866-956-5400	myseiu.be/epic
Progyny (Taranka iyo Qoys Dhisida)	1-833-233-0517	myseiu.be/progyny

Ku Hel Taageero Luuqadaada

Ka wac Adeegga Macaamiisha lambarka 1-877-606-6705 ama iimayl u dir SEIU775BG-caregiver@magnacare.com. Waxaa laguugu xidhi doonaa wakiil luuqadaada ku hadla oo kaa caawin kara su'aalaha ku saabsan codsashada iyo maareynta dheefahaaga.

Marka lagaa diiwaangeliyo caymiska daryeelka caafimaadka, taageerada luuqadda ayaad ka heli doontaa qorshahaaga caymiska caafimaadka.