SEIU 775
BENEFITS GROUP

Dora P.
Bixiyaha Daryeelka, Tacoma

2025-2026

Tusaha Caymiska Daryeelka Caafimaad

Hadii aad qabto su'aalo ku saabsan caymiska la xidhiidh Waaxda Shaqaalaha.

2 Caymiska Daryeelka Caafimaadka

3 Gunooyinka Caafimaadka & Dawooyinka La Qoray

4 Dheefaha Caafimaadka Dhimirka

4 Dheefaha Aragga iyo Maqalka

5 Soo Koobida Dheefaha

10 Noocyada Caymiska Ilkaha

11 Delta Dental

12 Willamette Dental

13 Kheyraad & Lambarada Lala Xidhiidho

Qoddobada Kooban Ee Ceymiska Caafimaadka

Becky F.
Daryeel Bixiye, Lacey

Qorshayaasha caymiska ee aad heli karto waxay bixiyaan qaabab badan oo lagu taageero caafimaadkaaga iyo fayo-qabkaaga. Ceymiska waxaa ku jira dheefahan soo socda:

- ✓ Caafimaad
- ✓ Daryeelka Kahortaga ah
- ✓ Ilkaha & Ilko Hagaajinta
- ✓ Daawada Dhakhtarku Qoro
- ✓ Caafimaadka Dhimirka
- ✓ Aragga
- ✓ Maqalka
- ✓ Qoys-dhisida & Faa'idooyinka Caafimaadka Taranka
- ✓ Daryeel Ku Habboon Jinsiga uu Qofka Doorto
- ✓ Duugis & Chiropractic
- ✓ Daaweynta Jirka

Horumarinta Dheefta 2025

Gunooyinka Korsashada ee Progyny: U hel illaa $15,000 kharashaadka la xiriira korsashada (faa'idada nolosha[1]).

[1]Xaddiga ugu badan ee daboolaya kharashaadka la xiriira korsashada inta aad ku jirto qorshaha.

Kharashka la Dhimay ee Daawooyinka la Qoro: Kharashka la dhimay ee daawoyinka neef-qaadayaasha ee aan la door bidin, EpiPens iyo daawooyinka ka dib qaadista HIV-ga iyo daawaynta.

Gunooyinka Daryeelka Xaqiijinta Jinsiga:
Dhamaan qorshayaasha ayaa hadda daboolaya habab iyo daaweyno kala duwan.

Ka hel faa'iidada ugu badan caymiskaaga caafimaadka.

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

Raadi adeeg bixiyaha daryeelka assaasiga ah. Waxaad ula kulmi kartaa iyaga booqashooyinka fayo-qabka, haddii aad xanuunsato ama haddii aad u baahan tahay in laguu gudbiyo khabiir.

- **Kaiser Permanente of Washington (KPWA):** myseiu.be/kp-login
- **Aetna:** myseiu.be/aetna-login

Marki lagu diiwaangeliyo, adeeg bixiyehaaga ayaa boostada kuugu soo diri doona kaarka Aqoonsiga Xubinta. Kaararkaaga Aqoonsiga xubinta, waxaad ku samaysan kartaa akoon sugan, waxaad ku maarayn kartaa caafimaadkaaga waxaadna ku heli kartaa adeeg bixiyaha daryeelka assaasiga ah.

* Haddii aadan kaarkaaga ku helin 10 maalmood oo shaqo gudahooda laga bilaabo taariikhda bilowga ee caymiska, wac adeeg caymiskaaga

KAISER PERMANENTE®

Booqoshooyinka Daryeelka Assaasiga ah ee Bilaashka 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 fayoqabka iyo markaad xanuunsato. Kaiser Permanente waxa kale oo ay bixisaa xulashooyinka daryeel ku bixinta xaalado badan sida figaan arag ah si aad daryeel ugu hesho adigoo gurigaaga ku raaxeysanayo.

Haddii aadan ballan isla maalintaas ah ka heli karin dhakhtarkaaga 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.

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 hel daawooyinkaaga dhakhtarka uu qoro onleenka, wicitaanka taleefonka ama adiga oo isticmaalaya app-ka taleefonka casriga ah ee Kaiser Permanente.

aetna®

Booqoshooyinka Daryeelka Assaasiga ah ee Bilaashka ah*

Caymiskaaga Aetna, 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 fayoqabka iyo markaad xanuunsato. Aetna waxay sidoo kale bixisaa noocyada daryeelka fogaan-aragga ah si aad daryeel u hesho adiga oo gurigaaga raaxaysanaya.

Haddii aanad ka heli karin ballan-qabsiga isla maalinta ah dhakhtarkaaga ama aad leedahay baahi caafimaad oo degdeg ah, xarunta daryeelka degdegga ah ee Aetna ee kuugu dhow ayaa kuu ah xal aad kharash ahaan awoodi karto.

Qorshahaaga caymiska waxaa sidoo kale ku jira daryeel lagu helo CVS Health® taas oo awood kuu siinaysa inaad ku hesho qaab fogaan-arag ah caafimaadka dhimirka iyo daryeelka assaasiga ah markaad u baahato adigoo ikhtiyaar u leh inaad qof ahaan u xaadirto.

Dheefaha Daawada Dhakhtarka Uu Qoro

Aaetna waxay u isticmaashaa Shabakada Farmasiyada Tafaariiqda ee Sav-Rx dheefaha daawada dhakhtarka uu qoro, taas oo ku jiraan 75,000 farmashiye oo dalka oo dhan ah. Waxaa muhiim ah inaad la tagto farmasiga Kaarkaaga Aqoonsiga ee Sax-Rx.

Waxaad boostada ku heli doontaa kaarka Sav-Rx oo gaar ah. Markaad hesho kaarkaaga, booqo savrx.com si aad u furato akoon oo aad u hesho dheefahaaga daawada dhakhtarka uu qoro. Wixii su'aalo ah, kala xidhiidh Sav-Rx lambarka 1-800-228-3108.

Booqashooyinka Caafimaadka	KPWA	Aetna
Adeeg Bixiyaha Daryeelka Aasaasiga ah/ Booqashooyinka Onleen ah	$0 Khidmada Adeegga Ceymiska	$0 Khidmada Adeegga Ceymiska
Booqashooyinka Daryeelka Degdegga ah	$0 Khidmada Adeegga Ceymiska	$25 Khidmada Adeegga Ceymiska
Booqashooyinka Qolka Gurmadka Degdegga ah	$200 Khidmada Adeegga Ceymiska	$200 Khidmada Adeegga Ceymiska

Khidmadaha adeega ceymiska ee Rx	KPWA		Aetna	
	Farmashiga Tafaariiqlaha daawo 30 maalmood la qaato	Ku libsashada Boostada daawo 30 maalmood la qaato	Farmashiga Tafaariiqlaha daawo 30 maalmood la qaato	Ku libsashada Boostada ilaa iyo 90 maalmood daawo la qaato
Daawooyinka Ka Hortagga Uurka ee Baddelka u ah Kuwa Kale**	$0	$0	$0	$0
Daawooyinka Lagu Qiimeeyo Waxtarkooda***	$4	$0	$4	$8
Daawooyinka Baddelka u ah Kuwa Kale ee La Doorbidayo	$8	$3	$8	$16
Daawooyinka Shirkadaha Gaarka ah ee La Doorbidayo	$25	$20	$25	$50
Dawooyinka Aan Wadan Astaan Shirkadeed	-	-	$50	$100

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

Dheefaha Caafimaadka Dhimirka

Caymiska Kaiser Permanente waxaa ku jira taagero xirfadle, daawooyin, daaweynta koox ahaaned iyo daryeelka baddelka u noqda kuwa kale. Waxaad qabsan kartaa ballanta qiimaynta fogaanaraga ah iyo booqashooyinka elektaroonigga ah si dib loogu eego calaamadahaaga oo aad u hesho xulashooyinka kugu habboon. Sidoo kale waxaad awood u leedahay inaad hesho:

App-yada bilaashka ah sida Calm, oo loogu talagalay maan ku fikirka, iyo Headspace Care, oo logu talagalay gacan qabashada shucuureed ee fool-ka-foolka ah.

- Mental Health Care Chat, halkaas oo aad si fudud ugu diyaarsan karto daryeelka caafimaadka dhimirka onlaynka.

Wax badan ka baro barta **myseiu.be/kaiser-bh**.

Dheefaha Aragga

Kaiser Permanente waxay bixisaa daryeelka indhaha oo dhamaystiran. Tani waxaa ku jira 1 baaritaan oo isha ah 12 bilood kasta, iyo $300 12 bilood kasta oo loogu talagalay qalabka aragga. 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 ayaa lagu bixiyaa.

Ku tiirsanayaasha ka yar da'da 19 ayaa helaya 1 joog oo fareemyo iyo muraayado ah sanadkiiba, ama dhalooyinka isha la saaro oo lagu dabarayo 50% lacagaha haraaga lacag jarista kadib.

Dheefaha Caafimaadka Dhimirka

Caafimaadka shucuurtaada wuxuu muhiim u yahay si la mid ah caafimaadkaaga jidhka. Caymiskaaga waxaa ku jira taageero xirfadle oo 24/7 ah, xulashooyinka daryeelka la xaadiro iyo ka fogaan-aragga ah, iyo dhigaalo kale oo onleen ah oo waxtar leh.

Caymiskaaga waxaa sidoo kale ku jira barnaamijyada sida Alma iyo Headway—kuwaas oo bixiya la-talin da' kasta ah, iyadoo dhakhaatiirta lagu heli karo qof ahaan ama fogaan-arag. Labaduba waxay fududeeyaan in la helo adeeg bixiye ku beegan baahiyahaaga gaarka ah**.** Waxaad sidoo kale awood u leedahay inaad isticmaasho Brightline, taas oo siisa gacan-qabasho onleen ah iyo daawayn carruurta iyo dhallaanka.

Wax badan ka baro barta **aetna.com**.

Dheefaha Aragga

Aetna waxay bixisaa daryeelka indhaha oo dhamaystiran. Tani waxaa ku jira 1 baaritaan oo isha ah 12 bilood kasta oo dhan F $25 oo wada bixin ah iyo $300 12 bilood kasta oo loogu talagalay qalabka aragga (sida muraaydaha indhaha, fareemyada iyo dhalada isha la dul saaro).

Dhammaan qorshayaasha caymiska waxaa ku jira dheefaha maqalka ee EPIC.

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**.

Dhamaan caymisyada waxaa kamid ah Dhismaha Qoyska iyo Gunooyinka Caafimaadka Taranka ee Progyny.

Ku hel dheefo marxalad kasta oo nolosha ah, laga bilaabo tarmida iyo qoys-dhisida ilaa uur qaadida, dhalmada ka dib iyo xilliga caado joogsiga. U hel caymis daaweynti ugu dambeeyse, taageero shakhsiyadeed oo ka timid u-doodayaasha Daryeelka Bukaanka ee loogu talagalay (PCAs) iyo qof ahaan ama daryeelka fogaan aragga. Haddana waxaad heli kartaa illaa $15,000 kharashaadka la xiriira korsashada. Wax badan ka baro **myseiu.be/progyny**.

*Gunooyinka nolosha oo dhan

KAISER PERMANENTE®

Soo Koobida Qorshaha Ceymiska ee KPWA Elect HMO

Taariikhda Dhaqangalka 8/1/2025

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. Sida waafaqsan Patient Protection and Affordable Care Act of 2010 (Sharciga Ilaalinta Bukaanka iyo Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo ee 2010): Carruurta kugu tiirsan ayaa xaq u leh in laga diiwaangeliyo caymiskan ilaa dhalashadooda 26aad.

Dheefaha	Shabakada Ceymiska Dhexdeeda
Lacag jarista ceymiska	**Shaqsi:** $1,500 halki mudda sanadeedba **Qoyska:** $3,000 halki mudda sanadeedba
Lacag jarista shaqsi ahaaneed ee la wareejinayo	Lacag wareejinta rubuc 4-afaraadka ma quseeyso
Haraaga lacag jarista kadib ee ceymiska	Ceymiska wuxuu bixinayaa 80%, waxaad bixinaysaa 20%
Xadka lacagta jaabka laga bixiyo	Xadka lacagta jaabka laga bixiyo ee shaqsiyan: $6,250 Xadka lacagta jaabka laga bixiyo ee qoyska: $12,500
Muddada sugitaanka xaalad horay u sii jirtay (PEC)	Ma jirto muddada sugitaanka ee PEC
Qiimaha ugu badan inta aad nooshahay	Aan xadidinayn
Adeegyada bukaan socodka (Booqashooyinka xafiiska)	Ma jirto khidmadaha adeega ceymiska assaasiga ah/$25 khidmadaha adeega ceymiska takhasuslaha, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
Daryeelka Degdegga ah	Ma jirto khidmadaha adeega ceymiska assaasiga ah/$25 khidmadaha adeega ceymiska takhasuslaha, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
Adeegyada isbitaalka	**Adeegyada bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono. **Qalliinka bukaan socodka:** $50, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Daawada dhakhtarku qoro (daawooyinka qaarkood ee la isku duro waxaa lagu dabari karaa adeegyada Bukaan Socodka)	Daawooyinka lagu qiimeeyo waxtarkooda/daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo (tier 1)/daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo (tier 2) $4/$8/$25 khidmada adeegga 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) $0/$0 Khidmada Adeegga Ceymiska Booriyaasha neefsiga iyo cirbadda EPI Daawooyinka baddelka u ah kuwa kale ee la doorbidayo (Tier 1)/Daawooyinka shirkadaha gaarka ah ee la doorbidayo (Tier 2) $8/$25 khidmada adeegga ceymiska
Ku iibsashada boostada ee daawada dhakhtarku qoro (siinta ilaa iyo 90-ka maalmood ah)	Daawooyinka qaarkood waxay xaq u leeyihiin qiimo dhimis marka lagu dalbado adeegyada daawada dhakhtarka uu qoro ee lagu iibsado boostada
Daawaynta jir duridda ah	$0 khidmada adeegga ceymiska La dabaro ilaa iyo 20 booqasho halki caafimaad ogaanshaba halki muddo sanadeedba iyada oo aysan jirin oggeysiis horudhac ah; booqoshooyin dheeraad ah marka uu ansixiyo qorshaha - oo si buuxda loo dabaro.
Adeegyada ambalaaska	Ceymiska wuxuu bixinayaa 80%, waxaad bixinaysaa 20%
Ku tiirsanaanta kiimiko	**Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba, ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono. **Bukaan socodka:** $0 khidmada adeegga ceymiska
Aalad, qalab iyo saad	Waxaa la dabbaray 100%. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono. • 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
Saadka sonkorowga	Insuliin, cirbado, sirinjeero iyo mindi dalooliso ah-eeg daawooyinka Dhakhtarka uu qoro. Bamka insulin laga qaato ee bannaanka yaalo, mashiinta cabirta tamar dhaliyaha 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:** Loo dabaro si dhameystiran, MRI/PET/CT $50 khidmadaha adeega ceymiska 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.

Xaaladaha deg-degga ah (khidmada adeegga ceymiska waa la iska dhaafayaa haddii la seexiyo)	$200 khidmada adeegga ceymiska ee xarun cayiman $200 khidmada adeegga ceymiska ee xarun aan cayimnayn
Baaritaanada maqalka (1 baaritaan oo joogta ah 12-ka biloodba)	$0 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
Qalabka maqal-kaaliyaha	Lagu dabaro dheef gaar ah: Ceymiska maqalka EPIC. Ma lahan khidmada adeega 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. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono.
Adeegyada daryeelka dadka geerida ku dhaw	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono.
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
Daawaynta daliiga loo adeegsado	Ceymis leh ilaa iyo 20 booqosho halki mudda sanadeedba iyada oo uusan jirin oggeysiis horudhac ah - $0 khidmada adeegga ceymiska.
Adeegyada duugista	Eeg Adeegyada dhaqancelinta
Adeegyada Dhalmada	**Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba **Bukaan socodka:** $0 khidmada adeegga ceymiska. Jadwalka daryeelka 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. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono. **Bukaan socodka:** $0 khidmada adeegga ceymiska
Daawaynta dabiiciga ah	$0 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado. Booqashooyin aan xadidnayn sanad walba oo aan lahayn oggolaansho horeeya. Waxaa loo dabaraa si dhameystiran.
Adeegyada Ilmaha Markaa Dhashay	**Isbitaal joogista hore:** Eeg Adeegyada Isbitaalka: Booqashooyinka xafiiska: Eeg Adeegyada Bukaan Socodka: Jadwalka Daryeelka fayo-qabaanta: Eeg Daryeelka kahortagga. Kharash wadaag walba oo ku aadan adeegyada ilmaha markaa dhashay waa ka gaar midka hooyada.
Adeegyada Cayilka Saa'idka ah La Xiriiro	Lagu dabaro kharash qeybsi marka shuruudaha caafimaadka la buuxiyo
Xubin baddelida	Aan xadidinayn, ma lahan muddo sugitaan **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:** $0 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
Daryeelka kahortaga ah: Hubinta fayo-qabka jireed, tallaalada, baaritaanka kansarka makaanka haweenka, raajada naasaha	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran Dawooyinka iyo aaladaha kahortagga uurka ayaa si dhamaystiran loo dabaraa.
Adeegyada dhaqancelinta: 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. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono. **Bukaan socodka:** 60 booqashooyin halki mudda sanadeedba. Adeegyada cudur ogaanshaha caafimaadka dhimirka waxaa lagu dabaraa xadidaad la'aan. Ma jirto khidmadaha adeega ceymiska assaasiga ah/$25 khidmadaha adeega ceymiska takhasuslaha, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
Xarunta dadka lagu xanaaneeyo	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa. Ceymis leh ilaa iyo 60 maalmood halki mudda sanadeedba. Oggolaanshaha hore ayaa loo baahan yahay ama ceymis ma lahaan doono.
Jeermis Diillida ((qalliinka xininyaha, qalliinka xubinta taranka haweenka))	Waxaa loo dabaraa si dhameystiran.
Adeegyada Kala Goyska Qanjaha (TMJ)	**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:** $0 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
La-talinta barnaamijka joojinta tubaakada	Barnaamijka Quit for Life - waxaa loo dabaraa si dhameystiran
Jadwalka daryeelka araga (1 booqasho 12 bilood oo kasta)	$0 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib la iskama qaado
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:** $300 12-ki biloodba

aetna®

Soo Koobida Qorshaha Ceymiska ee Aetna PPO Elect

Taariikhda Dhaqangalka 8/1/2025

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. Sida waafaqsan Patient Protection and Affordable Care Act of 2010 (Sharciga Ilaalinta Bukaanka iyo Daryeelka Caafimaad ee La Awoodi Karo ee 2010): Carruurta kugu tiirsan ayaa xaq u leh in laga diiwaangeliyo caymiskan ilaa dhalashadooda 26aad.

Dheefaha	U Shaqeeya Shirkada Ceymiska	Bixiyaha Aan U Shaqeynin Shirkada Ceymiska
Lacag jarista ceymiska	**Lacag jarista shaqsi ahaaneed:** $1,500 halki mudda sanadeedba **Lacag jarista qoyska:** $3,000 halki mudda sanadeedba	**Lacag jarista shaqsi ahaaneed:** $3,000 halki mudda sanadeedba **Lacag jarista qoyska:** $6,000 halki mudda sanadeedba
Haraaga lacag jarista kadib ee ceymiska	Ceymiska wuxuu bixinayaa 80%, waxaad bixinaysaa 20%	Ceymiska wuxuu bixinayaa 50%, waxaad bixinaysaa 50%
Xadka lacagta jaabka laga bixiyo	**Adeegyada caafimaad:** **Shaqsi:** $5,250 **Qoys:** $10,500 **Daawada dhakhtarku qoro:** **Shaqsi:** $1,000 **Qoys:** $2,000	**Adeegyada Caafimaad:** Waxbo **Daawada dhakhtarku qoro:** Waxbo
Muddada sugitaanka xaalad horay u sii jirtay (PEC)	Ma jirto muddada sugitaanka ee PEC	La mid ah bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Qiimaha ugu badan inta aad nooshahay	Aan xadidinayn	La mid ah bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Adeegyada bukaan socodka (Booqashooyinka Xafiiska)	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaroayaa laga dhaafay. Dhammaan booqashinka aad la leedahay adeeg bixiyahaaga daryeelka aasaasiga ah (PCP) waxay lahaan doonaan $0 khidmada adeegga ceymiska.	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa. Lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay.
Daryeelka Degdegga ah	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay.	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa.
Adeegyada isbitaalka	**Adeegyada bukaan jiifka:** Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa **Qallinka Bukaan socodka:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa. Lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	**Adeegyada bukaan jiifka:** Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa **Qallinka Bukaan socodka:** $25 khidmada adeegga 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 Waxtarkooda/ Daawooyinka Baddelka U Ah Kuwa Kale Ee La Doorbidayo (Tier 1)/Daawooyinka Shirkadaha Gaarka Ah Ee La Doorbidayo(Tier 2)/Shirkadaha AanLa Doorbideynin (Tier 3) $4/$8/$25/$50 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 khidmada adeegga ceymiska Booriyaasha neefsiga iyo cirbadda EPI 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) $8/$25/$35	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) $13/$30/$55 khidmada adeegga ceymiska 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) $13/$30/$35 khidmada adeegga ceymiska Booriyaasha neefsiga iyo cirbadda EPI 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) $13/$30/$35 khidmada adeegga ceymiska
Ku iibsashada boostada ee daawada dhakhtarka uu qoro	2 x kharash qeybsiga daawo qoraalka dhakhtarka ee daawada 90-ka maalmood la qaato	Aan ceymis lahayn
Daawaynta jir duridda ah	20 booqosho halki mudda sanadeedba $0 khidmada adeegga ceymiska	Lala wadaago xadka booqashada bixiyeyaasha shirkada ceymiska $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa

Adeegyada ambalaaska	$200 khidmada adeegga ceymiska, lacag jarista ayaa la isku sameeyaa	La mid ah dheefta bixiyeyaasha shirkada ceymiska ee la doorbidayo
Ku tiirsanaanta kiimiko	**Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay. **Bukaan socodka:** Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	**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:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Aalad, qalab iyo saad • Qalabka Caafimaadka ee Raaga • Qalabka lafaha iyo murqaha lagu kabo • Naasa-reebka qalliinka naasaha ka gadaal ooku xadidan labo (2) lix bilood (6) oo kasta • Saadka caloosha lagu dolooliyo • Qalabyada isbeerka jirka	Waxaa lagu dabbaray 100%, lacag jarista ayaa la isku sameeyaa	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Saadka sonkorowga	Fiiri: Daawada Dhakhtarku Qoro	Fiiri: Daawada Dhakhtarku Qoro
Adeegyada sheybaarka cudur ogaanshaha iyo raajada	**Bukaan jiifka:** Lagu dabaro oo hoos imaada adeegyada isbitaalka **Bukaan socodka:** Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa	**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 gargaarka degdegga ah (khidmada adeegga ceymiska waa la iska dhaafayaa haddii la seexiyo)	$200 khidmada adeegga ceymiska. Lacagaha haraaga lacag jarista kadib iyo lacagaha la jaro ayaa la iska qaadayaa	La mid ah bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Baaritaanada maqalka (joogtada ah)	Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	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 adeega 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 adeega 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	Loo dabaro si dhameystiran, ilaa iyo 130 booqasho guud ahaan halki mudda sanadeedba. Lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	Lala wadaago xadka booqashada bixiyeyaasha shirkada ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa.
Adeegyada daryeelka dadka geerida ku dhaw	Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	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 oggeysiis horudhac ah $0 khidmada adeegga ceymiska	Xadidaadaha lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada duugista	$25 khidmada adeegga ceymiska (20 booqasho halki mudda sanadeedba)	Lala wadaago xadka booqashada bixiyeyaasha shirkada ceymiska $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada Dhalmada	**Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay **Bukaan socodka:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay. Jadwalka daryeelka 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. **Bukaan socodka:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa.

Caafimaadka Dhimirka	**Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba, ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay **Bukaan socodka:** Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	**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:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Daawaynta dabiiciga ah	Booqashooyin aan xadidnayn sanad walba oo aan lahayn oggolaansho horeeya. $0 Khidmada Adeegga Ceymiska	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada Ilmaha Markaa Dhashay	**Isbitaal joogista hore:** Eeg Adeegyada Isbitaalka: Booqashooyinka xafiiska: Eeg Adeegyada Bukaan Socodka: Jadwalka daryeelka fayo-qabka: 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 Bukaan Socodka: Jadwalka daryeelka fayo-qabka: Eeg Daryeelka kahortagga. Kharash wadaag walba oo ku aadan adeegyada ilmaha markaa dhashay waa ka gaar midka hooyada.
Qalliinka cayilka saa'idka ah la xiriiro (cilmi seyniska cayilka)	Lagu dabaro kharash qeybsi marka shuruudaha caafimaadka la buuxiyo	Aan ceymis lahayn
Xubin baddelida	Aan xadidinayn, ma lahan muddo sugitaan **Bukaan jiifka:** $100 khidmada adeegga ceymiska, maalintiiba ilaa iyo 5 maalmood halki isbitaal dhigisba. Lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa **Bukaan socodka:** $25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	Aan ceymis lahayn Caymiska Aan La Doorbidin ayaa lagu bixinayaa xarumaha aaan ahayn IOE.
Daryeelka kahortaga ah (Hubinta fayo-qabka jireed, tallaalada, baaritaanka kansarka makaanka haweenka, raajada naasaha)	Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay Adeegyada daryeelka kahortaga ah ee haweenka (oo ay ku jiraan dawooyinka kahortagga uurka iyo aaladaha iyo jeermis-dilida) dhammaamtood waxaa loo dabaraa si dhamaystiran.	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa
Adeegyada dhaqancelinta (Booqashooyinka baxnaaninta waa isku geyn booqashooyin daawayn halki mudda sanadeedba)	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay Ceymis leh ilaa iyo 60 booqosho halki sanaba	$25 khidmada adeegga ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Xadidaada lala wadaagay bixiyaha u shaqeeya shirkada ceymiska
Xarunta dadka lagu xanaaneeyo	Lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa Ceymis leh ilaa iyo 60 maalmood halki mudda sanadeedba	Xadidaada maalmaha ee lala wadaago bixiyeyaasha u shaqeeya shirkada ceymiska, lacagaha la jaro iyo lacagaha haraaga lacag jarista kadib ayaa la iska qaadayaa.
Jeermis Nadiifinta (qalliinka xininyaha, qalliinka xubinta taranka haweenka)	**Qalliinka xininyaha:** Kharash wadaagaaga wuxuu ku xiran yahay nooca adeegga iyo meesha lagu qabtay **Qalliinka xubinta taranka haweenka:** Loo dabaro si dhameystiran, lacagaha la jaro ayaa laga dhaafay	**Qalliinka xininyaha:** Kharash wadaagaaga wuxuu ku xiran yahay nooca adeegga iyo meesha lagu qabtay **Qalliinka xubinta taranka haweenka:** Aan ceymis lahayn
Kala Baxa Qanjaha Adeegyada (TMJ)	Aan ceymis lahayn	Aan ceymis lahayn
La-talinta barnaamijka joojinta tubaakada	Barnaamijka Quit for Life - waxaa loo dabaraa si dhameystiran	Kharash wadaaga habboon ayaa la iska rabaa
Jadwalka daryeelka araga (1 booqasho 12 bilood oo kasta)	$25 khidmada adeegga ceymiska	$25 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)	**Dhammaan Xubnaha:** $300 12-ki biloodba	Lala wadaagayo dheefta bixiyeyaasha shirkada ceymiska ee la doorbidayo

Noocyada Qorshaha Ceymiska Ilkaha

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

Amy L.
Daryeel bixiye, Seattle

Qorshaha ceymiskaaga ilkaha wuxuu ka mid yahay caymiskaaga.

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.

	DELTA DENTAL	Willamette Dental
Dheefta Ugu Badan Sanadka	**$1,000**	**Waxbo**
Lacagta la jaro	**$0**	**$0**
Baaritaanada Joogtada ah	**Waxaa Loo Dabaraa Si Dhameystiran**	**Waxaa Loo Dabaraa Si Dhameystiran**
Dheefaha Qurxinta Ilkaha	**Haa**	**Haa**
Bixiyeyaasha ah Shirkada Ceymiska	Delta Dental waxa ay leedahay shabakad ceymis oo balaadhan oo bixiyayaal ah, oo ay ku jiraan goobaha miyiga ah. 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 sahlaysa 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 shaandeysid 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**

Qorshaha Ceymiska PPO

Taariikhda Dhaqangalka 8/1/2025

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 kabixin 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: 1/1/2025-12/31/2026

Qiimaha Ugu Badan ee Muddada Dheefta:* (halki qofba; ma khuseyso Class I): $1,000

Toosinta Ilkaha—Dadka wawayn iyo Carruurta: 50% oo leh qiimaha ugu badan inta aad nooshahay oo ah $1,000 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.

Dalada Delta Dental

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)	Waxbo	$50	$50
Class 1- Cudur Ogaansho iyo Kahortag			
Baaritaano Nadiifinta Foloraydh Raaajooyinka Bacda la saaro ilkaha	100%	80%	80%
Class II - Ilka Soo Celinta			
Soo ceelinta ilkaha Buuxinta cadeynta ee ilakaha danbe Cilmiga cudurada iyo daaweynta iliga gudihiisa (Xidid Dilidda) Cilmiga cudurada iliga waxa ku wareegsan Qalliinka Afka	100%	60%	60%
Class III - Adeegyada Wawayn			
Ilkaha la gashto Ilkaha Qeybta Ahaan la gashto Bir Geliinada 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 Bixiyeyaasha 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 Bixiyeyaasha 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.

Willamette Dental

Qorshaha Ceymiska Ilkaha

Taariikhda Dhaqangalka 8/1/2025

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** 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 adeega 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	Waxaad bixineysaa $20 halki Booqashaba
Adeegyada Cudur Ogaanshaha iyo Kahortagga	
Jadwalka Baaritaanada iyo kuwa Gurmadka Dededegga ah, Raajooyinka, Ilka naadiifinta, Daaweynta Foloraydh, Bacda La Saaro Ilkaha (Halki iligba), Baaritaanka Kansarka ee Madaxa iyo Luqunta, Tilmaamta Nadaafadda Afka, Cabirka Ciirdka iyo Iliga u Dhaxeeya, Qiimeynta Caafimaadka Ciirdka iyo Ilkaha	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha adeega ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Daawaynta Ilkaha ee Ilka Soo Celinta	
Ilka buuxinta (Amalgam)	Waxaad bixineysaa $35 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Birta Dhoobka Leh ee La Geliyo Ilkaha	Waxaad bixineysaa $350 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska**
Cilmiga Buuxinta Ilkaha Macmalka ah	
Ilkaha Hoose ama Kore oo Dhameystiran	Waxaad bixineysaa $500 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Lafaha Ilkaha Xiriiriya (halki Iligba)	Waxaad bixineysaa $350 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Cilmiga Cudurada iyo Daaweynta Iliga Gudihiisa & Cilmiga Cudurada Iliga Waxa Ku Wareegsan	
Daweeynta Xidid Dilidda – Ilkaha hore	Waxaad bixineysaa $150 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daweeynta Xidid Dilidda – Ilkaha dhexe	Waxaad bixineysaa $250 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daweeynta Xidid Dilidda – Goosaha dambe	Waxaad bixineysaa $275 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Qalliinka Lafta Ciridka (Ilkaha halki Geesba)	Waxaad bixineysaa $250 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Ilka Sifeynta (Ilkaha halki Geesba)	Waxaad bixineysaa $115 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Qalliinka Afka	
Jadwalka Ilig Bixinta (Hal Ilig)	Waxaad bixineysaa $40 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Qalliinka Ilig Bixinta	Waxaad bixineysaa $175 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska
Daaweynta Toosinta Ilkaha	
Daaweynta Ka Hor Toosinta Ilkaha	AAN CEYMIS LAHAYN
Daaweynta Toosinta Ilkaha ee Dhameystiran	AAN CEYMIS LAHAYN
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 adeega ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Lacagaha Shaybaarka Ilkaha	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha adeega ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Nitrous Oxide	Waxaa lagu Dabaraa Khidmadaha adeega ceymiska ee Booqashada Xafiiska
Booqashada Xafiiska Takhasuslaha	Waxaad bixineysaa $30 oo ah Khidmada Adeegga Ceymiska halki Booqashaba
Madhawga Daryeelka Gurmadka Degdegga ah ee Goobta Ka Baxsan	Waxaad bixineysaa khidmado ka badan $250

*Dheefaha TMJ, qalliinka bir gelinta iliga, iyo qalliinka qalka waxay leeyihiin inta ugu badan dheefta, haddii la dabaro.

**Bir gelinta iliga-lafaha iliga laga dul galiyo ee taageera (lafaha iliga laga dul galiyo, lafaha ilkaha xiriiriya, ilkaha macmalka ah) ma ahan dheef caymis leh.

Khayraadka iyo Taageerada

Kala xidhiidh maamulahaaga HR wixii su'aalo ah ee ku saabsan caymiska ama codsashada.

Kaiser Permanente of Washington		
Member Services	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

Aetna		
Member Services	1-855-736-9469	aetna.com
Caafimaadka Dabeecadda	1-800-424-4047	aetna.com
Khadka Kalkaaliyaha 24-saac	1-800-556-1555	aetna.com
Hel PCP-ga Saxda ah	1-888-982-3862	aetna.com

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

Dheefaha Kale		
Ceymiska Maqalka EPIC	1-877-363-5638	myseiu.be/epic
Progyny (Taranka iyo Qoys Dhisida)	1-833-233-0517	myseiu.be/progyny

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 kuwa lumiyay caymiska daryeelka caafimaad. Adiga oo u maraya COBRA, markaad lumiso caymiskaaga 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 ee Ameriflex: **1-877-606-6705**.

Xulashooyinka Kale ee Ceymiska Daryeelka Caafimaad: Haddii 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 caafimaad.