

¡Es el momento de inscribirse en sus beneficios para 2025!

Inscríbese del 28 de octubre al 15 de noviembre de 2024



¡TOME EN CUENTA LO SIGUIENTE!

Los diseños de los planes médicos están cambiando para 2025—entre otros cambios, aumentan los deducibles, los copagos, el coseguro y los gastos máximos de su bolsillo,—pero los servicios médicos que nuestros planes cubren y nuestras alianzas con Cigna y OptumRx no cambiarán. **Si no hace ningún cambio, se le inscribirá de forma automática en el plan médico más parecido al que tiene actualmente.** Asegúrese de revisar detenidamente su [comparación de los planes médicos y el resumen de costos](#).

ACCEDA EN LÍNEA A LOS MATERIALES DE SUS BENEFICIOS

Visite MyBenefits.USNH.edu para revisar sus beneficios actuales y conozca lo que tiene disponible en 2025.

Acceda a su *Guía de beneficios para 2025, una comparación de los planes médicos, un resumen de costos* y otros materiales de beneficios en línea.

¿NECESITA TRADUCCIONES AL ESPAÑOL?

Escanee el código QR para encontrar nuestra *Guía de beneficios para 2025 y la comparación de los planes médicos y los resúmenes de costos* en español.



Estimada comunidad de USNH:

Todos los años evaluamos nuestros beneficios para asegurarnos de que no solamente le ofrecemos a usted y a su familia los mejores beneficios y apoyos posibles, sino que además nos mantenemos competitivos frente a nuestros pares. Como siempre, nuestra meta es mantener un sólido paquete de beneficios que ofrezca a nuestro diverso personal académico y administrativo la cobertura que necesitan para hacer de su bienestar una prioridad absoluta. He aquí algunos cambios importantes que se producirán en sus beneficios a partir de 2025:



Actualizaciones de los diseños y costos de los planes médicos

Frente a la inflación histórica, los costos de la atención médica han aumentado de forma constante y considerable en los últimos años. En todo el país, el costo promedio de la atención médica por empleado por año ha aumentado casi un 75 % en la última década. Sabemos que esta tendencia no es sostenible, por lo que estamos haciendo cambios en nuestros planes médicos para el personal académico y administrativo no afiliado al sindicato.* Tenga en cuenta que USNH sigue absorbiendo la mayor parte del impacto de esta tendencia con la finalidad de mantener los aumentos de las primas para nuestro personal académico y administrativo lo más bajos posible, al cubrir más del 80 % de los costos anuales.

Aunque seguiremos ofreciendo tres opciones de planes médicos, verá que los deducibles, copagos, coseguros y desembolsos máximos de cada plan son más elevados. Los aumentos exactos variarán según el plan y el servicio, así que, asegúrese de consultar la comparación de planes médicos y el resumen de costos para obtener más detalles.

Aunque las contribuciones por cheque de nómina también aumentarán, estos cambios nos permiten limitar los aumentos a **menos del 4 %**. Si no hubiéramos hecho estos cambios, estos aumentos habrían sido de más del 13 %.

Estos cambios no afectan los procedimientos médicos que cubre nuestro plan ni nuestras alianzas con Cigna y OptumRx. USNH también seguirá ofreciendo todos los programas y recursos que nuestros empleados y sus familias han sabido valorar, entre ellos el reembolso de \$300 para membresías en gimnasios, el crédito de \$150 de MyPath2Wellness, Hinge Health, la atención prediabética de Omada y los servicios de EAP a través de Spring Health.

(Continúa en as páginas interiores)

*Se ofreció a los sindicatos la oportunidad de adoptar estos cambios, sin embargo, ningún grupo representado eligió pasarse a los nuevos planes; los empleados cubiertos por un contrato de negociación colectiva (CBA) estarán sujetos a contribuciones acordes con las tendencias de aumento de costos y la participación en los costos negociada previamente. Los empleados cubiertos por un CBA podrán revisar sus tasas de contribución para 2025 en MyBenefits.USNH.edu.

Mejoras para 2025

Aunque sabemos que quizá tenga algunas dudas sobre lo que significan para usted los cambios en los planes médicos, hemos realizado varias actualizaciones de nuestros beneficios que reflejan nuestro compromiso con su bienestar y para asegurarnos de que tiene lo que necesita para prosperar en el próximo año:

- Mejoras en la cobertura dental y cambios en el plan
 - Hemos actualizado nuestras dos opciones de planes dentales para darle más poder de decisión en 2025:
 - Si elige el **Plan High**, tendrá un *máximo anual mayor*, un *mayor beneficio de ortodoncia*, y *mejor cobertura de servicios mayores*. Las tasas de contribución para el Plan High aumentarán aproximadamente de \$3 – \$10 por período de nómina, en función de los dependientes que elija cubrir.
 - Hemos actualizado también nuestra **Opción Básica** para ofrecerle *mayor cobertura estándar a menores costos que el año pasado*. Sin embargo, ya no cubre la ortodoncia, de manera que, **si tiene necesidades continuas de ortodoncia, debe elegir el Plan High para la cobertura en 2025**.
- Estamos presentando Lantern, una solución para ayudar a los empleados y sus familias a obtener la atención especializada que necesitan recibiendo voluntariamente atención a menor costo, por parte de proveedores de alta calidad. Nuestro programa Lantern incluirá:
 - **Procedimientos quirúrgicos**
 - **Atención y apoyo oncológicos**

El acceso a Lantern estará disponible **sin costo alguno** para todos los empleados y dependientes inscritos en un plan médico de Cigna patrocinado por USNH, a partir del 1 de enero de 2025.

- Los nuevos planes médicos cubrirán ahora los costos de las clases de preparación para el parto a través de Cigna.
- Si se inscribe en la Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA) de Open Access Plus para 2025, recibirá una mayor contribución a la HSA por parte de USNH: \$850 para cobertura individual o \$1,600 para todos los demás niveles de cobertura.**
- Por último, estamos muy entusiasmados con la introducción de un descuento en el seguro para mascotas disponible a través de MetLife, de manera que usted también pueda obtener la atención que necesita para los miembros de su familia con cuatro patas.

ASISTA A LA PRÓXIMA FERIA DE BENEFICIOS

Conozca mejor nuestros beneficios y obtenga respuestas a sus preguntas. Todos los empleados son bienvenidos en cualquier feria, independientemente de su ubicación laboral:

UNH:

Martes, 22 de octubre
(Memorial Union
Building, Granite
State Room)

PSU:

Miércoles, 23 de octubre
(Heritage Commons)

KSC:

Jueves, 24 de octubre
(Norma Walker Room)

**Los empleados cubiertos por un contrato de negociación colectiva pueden recibir una contribución diferente a la HSA. Visite mybenefits.usnh.edu para conocer más detalles.

¿TIENE QUE HACER ALGO? ¡SÍ!



Elegir activamente su plan médico

Si estaba inscrito en un plan médico para 2024 y no elige activamente un plan médico para 2025, se le inscribirá de forma automática en el plan más parecido al que tiene actualmente.



Hacer nuevas elecciones para las cuentas de gastos

Si participa en las cuentas HSA, FSA para el Cuidado de la Salud o FSA para el Cuidado de Dependientes y desea participar en el 2025, debe entrar al sitio y hacer selecciones nuevas para estas cuentas. Si no desea hacer alguna selección en las cuentas HSA o FSA, durante la Inscripción Abierta de este año, no tiene por qué ingresar y hacer algo. La mayor parte de su cobertura de 2024 se trasladará automáticamente.



¡Completar la evaluación de riesgos de salud antes del 30 de noviembre

Si está inscrito en un plan Cigna y completa la Evaluación de riesgos de salud de Cigna antes del 30 de noviembre de 2024, es elegible para recibir un crédito anual de hasta \$150 para sus primas médicas.

¡Visite mycigna.com para completar su evaluación hoy mismo!



SIGA ESTOS PASOS PARA REVISAR SUS BENEFICIOS

▶ PASO 1 – Ingresar

Pueden usar un inicio único de sesión (SSO) para acceder a MyBenefits. Si ya inició la sesión en cualquier aplicación de USNH, ingresará automáticamente a la página de inicio de sus beneficios en MyBenefits.USNH.edu.

Si lo prefiere, todavía puede usar el nombre de usuario y la contraseña con los que ingresaba en años anteriores; siga las instrucciones que encontrará a la derecha.

Visite MyBenefits.USNH.edu o descargue la aplicación para dispositivos móviles Benefitexpressway™ en la App Store o Google Play, y siga las **instrucciones para iniciar una sesión**.



Tenga en cuenta lo siguiente: Su nombre de usuario y contraseña para MyBenefits.USNH.edu son diferentes al nombre de usuario y contraseña que usa para tener acceso a otras aplicaciones de USNH.

Nombre de usuario: “USNH”, más el mes y año de su nacimiento (MMAA), más los últimos cuatro dígitos de su número de Seguro Social (SSN).

▶ PASO 2 – Cómo llegar a la “Inscripción”

Una vez que ingrese, se le llevará a la página de inicio, en donde puede hacer clic en el botón anaranjado **Enroll Now** (Inscríbese ahora) cerca de la parte superior de la página. Ahora puede revisar su cobertura del año pasado y elegir nueva cobertura, si fuera necesario.

Enroll Now

▶ PASO 3 – Inscripción: Cómo empezar y actualizar a los dependientes

1. GETTING STARTED

2. CHOICES

3. CONFIRMATION

Antes de confirmar sus selecciones de beneficios o hacer cambios, se le requerirá **contestar/responder** algunas preguntas.

AGREGAR/REVISAR A SUS DEPENDIENTES: También podrá **agregar nuevos dependientes** o **actualizar información de los dependientes**. Si agrega por primera vez a un dependiente nuevo, se requieren documentos para certificar la elegibilidad, los cuales se pueden subir durante el proceso de inscripción.

Una vez que responda las preguntas, tendrá la oportunidad de completar una Inscripción Rápida o inscribirse en los planes de uno en uno. La Inscripción Rápida brinda una manera rápida y fácil de revisar sus beneficios actuales de manera resumida y actuar sobre los detalles requeridos.

▶ PASO 4 – Inscripción: Cómo hacer sus selecciones y actualizar a los beneficiarios



SI USA LA INSCRIPCIÓN RÁPIDA:

Revise cada una de las tres categorías:

1. **Acciones por parte del empleado:** Confirme o actualice sus selecciones de la Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA) (si corresponde) y de la Cuenta de Gastos Flexibles (FSA) para 2025.
2. **Sus beneficios:** Vea los beneficios en los que se inscribió en 2024 y haga cualquier cambio que necesite para 2025.
3. **Beneficios disponibles:** Vea los beneficios a los que eligió renunciar durante 2024 y considere si debería inscribirse en ellos en 2025.

El costo total para todas las elecciones aparecerá en la parte inferior de la página de Inscripción Rápida, como referencia rápida. Complete la inscripción y haga clic en “**Save and Continue**” (Guardar y continuar) en la parte inferior de la página. Los dependientes pendientes, una vez confirmados, pueden cambiar el costo total si se cambia el nivel de la cobertura.

Tenga en cuenta lo siguiente: Si estaba inscrito en un plan médico en 2024 y no elige activamente un plan médico para 2025, se le inscribirá de forma automática en el plan más parecido al que tiene actualmente.†

AGREGAR/REVISAR BENEFICIARIOS: Puede **agregar nuevos beneficiarios, actualizar la información de los beneficiarios y asignar porcentajes a los beneficiarios.** En esta página se incluirá a cualquier plan que requiera una designación de beneficiarios.

† Los empleados cubiertos por un contrato de negociación colectiva no serán asignados a nuevos planes médicos.

▶ PASO 5 – Inscripción: Confirmación



CONFIRME SUS SELECCIONES: La última página/sección de la “Inscripción” es su declaración de confirmación. Después de que confirme que todas sus selecciones son correctas, haga clic en **Finish Enrollment** (Terminar inscripción) al pie de la página. Aparecerá un mensaje emergente que le confirmará que se han enviado sus selecciones. Si necesita cambiar alguna de las selecciones del plan que haya hecho, tiene hasta el 15 de noviembre de 2024 para volver a “Enrollment” (Inscripción) y hacer los cambios adicionales.

CAMBIOS EN LOS SUCESOS DE VIDA

¡IMPORTANTE! Usted puede hacer cambios a los beneficios fuera de la Inscripción Abierta si experimenta un suceso de vida, como casarse, divorciarse o si le nace/adopta un hijo. Visite MyBenefits.USNH.edu para indicar su suceso de vida y hacer el cambio respectivo en los beneficios.

Le presentamos sus nuevos programas de apoyo médico

Ante el aumento de los costos de la atención médica, estamos presentando programas de apoyo para ayudarle a ahorrar dinero y encontrar la mejor atención posible. Busque más detalles en su Guía de Beneficios y esté atento a su correo electrónico en enero para obtener más información.

Estamos muy entusiasmados con la introducción de dos nuevos programas a través de Lantern: Atención oncológica y Atención quirúrgica. Si usted tiene necesidades médicas mayores, estos programas le ayudarán a:

- Encontrar la mejor atención posible para su situación específica
- Entender su diagnóstico y los pasos a seguir
- Cubrir los costos más elevados si necesita cirugía

¡Nos hemos asociado con Lantern para ayudarle a obtener los mejores resultados de salud posibles al costo más asequible!



¡EXAMINE SUS METAS DE JUBILACIÓN!

La Inscripción Abierta es un momento excelente para que revise sus contribuciones 403(b) para la jubilación en netbenefits.com/usnh o en tiaa.org/usnh. También puede programar tiempo con un profesional financiero para recibir ayuda con sus metas de jubilación a través de CAPTRUST. Programe su cita gratuita en captrustadvice.com o llámeles directamente al 800-967-9948.

¡Elija los beneficios más adecuados!

Cambie o confirme sus elecciones visitando MyBenefits.USNH.edu.

Acciones por parte del empleado

Beneficio	Seguro médico	Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA)	Cuentas de Gastos Flexibles (FSA)	Todos los demás beneficios (Coberturas dental, de la vista, de vida/AD&D, de discapacidad a largo plazo, de discapacidad voluntaria)
Acción	Revise su cobertura en 2024 y elija su nueva opción de plan médico	Si está inscrito en el plan médico Open Access Plus con HSA, designe la contribución del sueldo a la HSA del empleado para 2025	Si le gustaría contribuir a una cuenta FSA, inscríbese y designe la cantidad de contribución para 2025	Revise su cobertura en 2024
De otra manera	Se le asignará al nuevo plan médico que sea más similar a la cobertura que usted tenía en 2024.**	Su saldo existente se va a transferir, pero usted no contribuirá en 2025 a menos que haga una elección de HSA	Usted no contribuirá en 2025	Su cobertura actual se transferirá automáticamente a 2025

**Los empleados cubiertos por un contrato de negociación colectiva no serán asignados a nuevos planes médicos.



¡Información adjunta sobre la Inscripción Abierta en 2025!



¡Anote la fecha!

Inscripción Abierta para los Beneficios en 2025: del 28 de octubre al 15 de noviembre de 2024

La Inscripción Abierta es la oportunidad que tiene una vez al año de hacer cambios en sus beneficios. Tomarse el tiempo para revisar sus opciones de beneficios durante la Inscripción Abierta le permitirá asegurarse de que sus opciones del año pasado siguen satisfaciendo sus necesidades.

¡Visite MyBenefits.USNH.edu para obtener más información y cambiar o confirmar sus elecciones para 2025 durante la Inscripción Abierta!

