



# Guía de *beneficios*

# 2024-2025

MIEMBROS DEL EQUIPO POR HORA



**Aquí es donde puede buscar:**

Algunas notas sobre la inscripción en los beneficios .....	3
Términos básicos del seguro .....	5
Plan médico .....	6
Recursos de BlueCross BlueShield de Tennessee (BCBST) y programas .....	8
Cobertura de medicamentos con receta .....	9
Telesalud .....	10
Acuerdo de reembolso de gastos médicos (HRA) .....	11
Cuenta de gastos flexibles (FSA) .....	12
Plan odontológico .....	13
Plan oftalmológico .....	14
Seguro de vida temporal grupal y por muerte accidental y desmembramiento (AD&D) .....	15
Seguro de vida voluntario y por muerte accidental y desmembramiento (AD&D) .....	16
Planes de discapacidad a corto y a largo plazo .....	17
Beneficios voluntarios .....	18
Programa de Asistencia al Empleado (EAP) en el trabajo y la vida .....	20
Tarifas bisemanales y semanales .....	21
Contactos .....	22

Monogram Foods agradece su compromiso con nuestro éxito. Del mismo modo, estamos comprometidos a proporcionarle beneficios de salud y bienestar competitivos y asequibles para ayudarle a cuidar de usted y de su familia.

Lea detenidamente esta guía. Contiene un resumen de las opciones de su plan, además de consejos útiles para obtener el máximo provecho de sus planes de beneficios. Entendemos que quizás tenga preguntas sobre la inscripción anual y nos dedicamos a ayudarle a entender las opciones.

Por supuesto, esta guía no es su único recurso. Si tiene preguntas sobre los beneficios o el proceso de inscripción, puede ponerse en contacto con su representante de Recursos Humanos o especialista en beneficios de Monogram. Llame al número de teléfono gratuito al 800-607-1404 o envíe un correo electrónico a [monogrambenefits@lockton.com](mailto:monogrambenefits@lockton.com). Si bien esta guía contiene un resumen de los beneficios, consulte la descripción resumida del plan (SPD) que le brinda Recursos Humanos o a la que puede acceder mediante Paycom para obtener información completa acerca de los planes disponibles para usted.



Escanee el código QR con la cámara de su teléfono inteligente para acceder a sus beneficios en [monogramtotalrewards.com](https://monogramtotalrewards.com).

# Algunas notas sobre la inscripción en los beneficios

Cada año durante la inscripción anual, usted tiene la oportunidad de revisar sus necesidades de beneficios y ajustar la cobertura para el próximo año del plan. La inscripción anual le ofrece la oportunidad de hacer cambios en sus elecciones de beneficios sin tener un evento de vida calificador o un cambio en la situación familiar. Se le permite agregar o cancelar su cobertura o la cobertura de dependientes en este momento. En cualquier otro momento del año del plan, debe tener un evento de vida calificador para poder realizar cambios en los beneficios. **Si se produce un cambio de situación familiar o de evento de vida calificador, tiene 30 días desde la fecha del evento calificador para realizar los cambios necesarios en los beneficios conforme a este evento de vida calificador.**

Los siguientes son algunos ejemplos de eventos de vida calificadores:

- Nacimiento, adopción legal o colocación para la adopción.
- Matrimonio, divorcio o separación legal.
- Un hijo dependiente cumple 26 años de edad.
- El cónyuge o dependiente pierde u obtiene cobertura en otro lugar.
- Fallece su cónyuge o hijo dependiente.
- El cónyuge o dependiente se torna elegible o no elegible para Medicare/Medicaid o el Programa Estatal de Seguro Médico para Niños.
- Cambio de residencia que cambia la elegibilidad para la cobertura.
- Cambio por orden del tribunal.
- La inscripción abierta del cónyuge se lleva a cabo en otro momento diferente del suyo.

Para su comodidad, si no realizará ningún cambio en las elecciones del plan de beneficios, no es necesario que se ponga en contacto con un especialista en inscripción y las elecciones actuales no cambiarán para 2024-2025. Tenga en cuenta que si es la primera vez que se inscribe en una FSA o si ya está inscrito, aún debe inscribirse activamente durante este periodo de inscripción anual. Las personas que están inscritas en este momento en una FSA no se vuelven a inscribir cada año de forma automática. Si hará cambios en su cobertura actual (p. ej., cambios en el nivel de cobertura o de plan médico), debe ponerse en contacto con un especialista en inscripción.

## Para obtener más información

Eventos de vida calificadores: es su responsabilidad notificar a un especialista en comunicación de beneficios al 800-607-1404 y enviar sus elecciones dentro de los 30 días posteriores al evento de vida calificador. Deberá presentar una prueba del evento, como un certificado de matrimonio, una sentencia de divorcio, un certificado de nacimiento o una carta de pérdida de cobertura. Si no lo hace, es posible que no pueda cambiar las elecciones de beneficios.

¿Tiene preguntas sobre cómo inscribirse?

Comuníquese con Cecilia Chavez u otro especialista en comunicación de beneficios al 800-607-1404 o enviando un correo electrónico al [monogrambenefits@lockton.com](mailto:monogrambenefits@lockton.com).



## ELEGIBILIDAD

La inscripción anual es su oportunidad de elegir la cobertura en el plan de beneficios de Monogram Foods. Todas las elecciones realizadas durante este periodo estarán vigentes desde el 1 de agosto de 2024 hasta el 31 de julio de 2025. Fuera de este periodo de inscripción anual, no tendrá la oportunidad de agregar, cambiar ni eliminar beneficios, a menos que ocurra un evento de vida calificador. Puede buscar una lista de eventos de vida calificadores en la página 3 de esta guía de beneficios.

### Miembros del equipo elegibles

Puede inscribirse en el programa de beneficios si es un miembro del equipo regular de tiempo completo que trabaja activamente durante un mínimo de 30 horas por semana. Como miembro del equipo elegible para obtener beneficios, usted tiene la oportunidad de inscribirse en planes de beneficios como nuevo empleado o durante el periodo de inscripción anual. Si se inscribe como nuevo miembro del equipo, la elegibilidad para obtener beneficios comienza el primero del mes siguiente a los 30 días de empleo.

### Dependientes elegibles

Cuando usted comienza a ser elegible para obtener los beneficios, lo mismo sucede con sus dependientes elegibles según ciertas circunstancias que se describen a continuación. Los dependientes elegibles incluyen a las siguientes personas:

- Su cónyuge legal, siempre que **no** sea elegible para recibir cobertura a través del plan de salud de su empleador. Si su cónyuge es elegible para la cobertura de beneficios de su empleador, entonces **no** es elegible para inscribirse en los planes de beneficios médicos de Monogram Foods.
- Sus hijos si son menores de 26 años. Incluye a sus hijos biológicos y los de su cónyuge, hijos adoptados, hijastros, hijos de acogida o hijos bajo tutela legal designada por un tribunal. Si su hijo tiene una discapacidad física o mental, la cobertura puede continuar después de los 26 años una vez que se presente una prueba de la discapacidad continua y RR. HH. la apruebe.

**NOTA:** Solo los dependientes elegibles como se definen anteriormente pueden acceder al plan médico BlueCross BlueShield de Tennessee de Monogram Foods. Debe presentar documentación durante cualquier proceso de auditoría de un dependiente. Si no puede presentar la documentación necesaria, se cancelará a sus dependientes del plan.

### Consejos útiles

Tenga preparada la información de los dependientes/beneficiarios, como los números de Seguro Social, antes de comenzar el proceso de inscripción. Recuerde agregar los números de Seguro Social de sus dependientes durante la inscripción para evitar un retraso en el proceso de inscripción.

# Términos básicos del seguro

2024-2025

Guía de beneficios de Monogram Foods

**REDUCCIÓN POR EDAD:** la cobertura de seguro por AD&D y de vida temporal básico está sujeta a una reducción en el monto del beneficio a medida que envejece.

**COSEGURO:** el coseguro es la parte que le corresponde a usted de los costos de un servicio de atención médica cubierto, calculado como un porcentaje (por ejemplo, 20 %) del monto permitido para el servicio. Su coseguro comenzará a aplicarse después de que usted haya alcanzado su deducible. Por ejemplo, si el monto permitido del plan de salud por una visita al consultorio es de \$100 y usted ha alcanzado el deducible, el pago de coseguro del 20 % sería de \$20. El plan de salud paga el resto del monto permitido.

**COPAGO:** un copago es un monto fijo en dólares que usted paga por un servicio de atención médica. El monto puede variar según el tipo de servicio. Los copagos no se considerarán para el deducible, pero sí para el máximo de desembolso directo.

**DEDUCIBLE:** el deducible es el monto que usted debe por los servicios de atención médica cubiertos antes de que su plan comience a pagar los beneficios. Por ejemplo, si su deducible es \$3,000, su plan no pagará nada hasta que haya alcanzado su deducible de \$3,000 para los servicios de atención médica cubiertos sujetos a deducibles. La atención preventiva no está sujeta al deducible, ya que está cubierta al 100 % por cualquier opción de plan médico.

**DEDUCIBLE INCORPORADO:** si usted está inscrito en un plan médico familiar con un deducible incorporado, su plan contiene dos componentes: un deducible individual y un deducible familiar. Tener dos componentes del deducible permite que la póliza de seguro le cubra a cada miembro de su familia las facturas médicas antes de que se alcance el monto total del deducible familiar. El deducible individual se incorpora en el deducible familiar.

**EXPLICACIÓN DE BENEFICIOS (EOB):** una EOB es un estado de cuenta de la compañía de seguros que muestra cómo se procesaron los reclamos. La EOB le indica qué parte del reclamo se pagó al proveedor de atención médica y qué parte del pago le corresponde abonar a usted, si la hubiera.

**INGRESOS IMPUTADOS:** las regulaciones federales exigen el pago de impuestos sobre los ingresos y el Seguro Social sobre el valor de las primas del seguro de vida que superen los \$50,000 cuando lo pague su empleador. El valor de la cobertura del beneficio de vida para dependientes pagada por su empleador también es imponible. Estos valores se conocen como ingresos imputados. Comuníquese con el profesional de impuestos para obtener información sobre estas consecuencias tributarias si tiene preguntas o inquietudes.

**MANDATO INDIVIDUAL:** la reforma federal de salud exige que la mayoría de los ciudadanos de los EE. UU. tengan un seguro médico para ellos y sus dependientes. Monogram Foods le ayuda a mantener el seguro ofreciendo atención médica asequible a todos los miembros del equipo que trabajan al menos 30 horas por semana.

**DENTRO DE LA RED Y FUERA DE LA RED:** una red está compuesta por todos los proveedores contratados. Las redes solicitan a los proveedores que participen en su red y, a cambio, los proveedores aceptan ofrecer servicios con descuento a sus pacientes. Si elige un proveedor fuera de la red, sus reclamos tendrán un mayor costo porque no recibirá los descuentos que ofrecen los proveedores dentro de la red.

**MÁXIMO DE DESEMBOLSO DIRECTO:** el máximo de desembolso directo está diseñado para protegerlo en caso de una enfermedad o lesión catastrófica. Su máximo de desembolso directo incluye el deducible, el coseguro y los copagos que usted paga de su bolsillo. Después de que usted haya pagado el monto de desembolso directo especificado durante un año de la póliza, el plan paga el resto de los servicios cubiertos al 100 %.

**PORTABILIDAD Y CONVERSIÓN:** la portabilidad y la conversión están disponibles para las políticas de seguro de vida temporal si su empleo en Monogram Foods termina. La portabilidad le permite continuar la cobertura del seguro de vida temporal, mientras que la opción de conversión le permite convertir su póliza de seguro de vida temporal a una póliza de seguro de vida permanente individual.

**ATENCIÓN PREVENTIVA:** los servicios de atención médica de rutina pueden minimizar el riesgo de ciertas enfermedades o afecciones crónicas. Los ejemplos de servicios de atención preventiva incluyen, entre otros, exámenes físicos, mamografías, vacunas contra la gripe, exámenes de próstata y ayuda para dejar de fumar. Puede encontrar una lista completa en [uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation-topics/uspstf-a-and-b-recommendations](https://uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation-topics/uspstf-a-and-b-recommendations).

**RAZONABLE Y HABITUAL:** el monto de dinero determinado por el plan de salud como un rango de cargos normal o aceptable para un servicio relacionado con la salud o un procedimiento médico específico. Si su proveedor de atención médica envía cargos más altos de los que su plan de salud considera normales o aceptables, es posible que usted deba pagar la diferencia.

# Plan médico

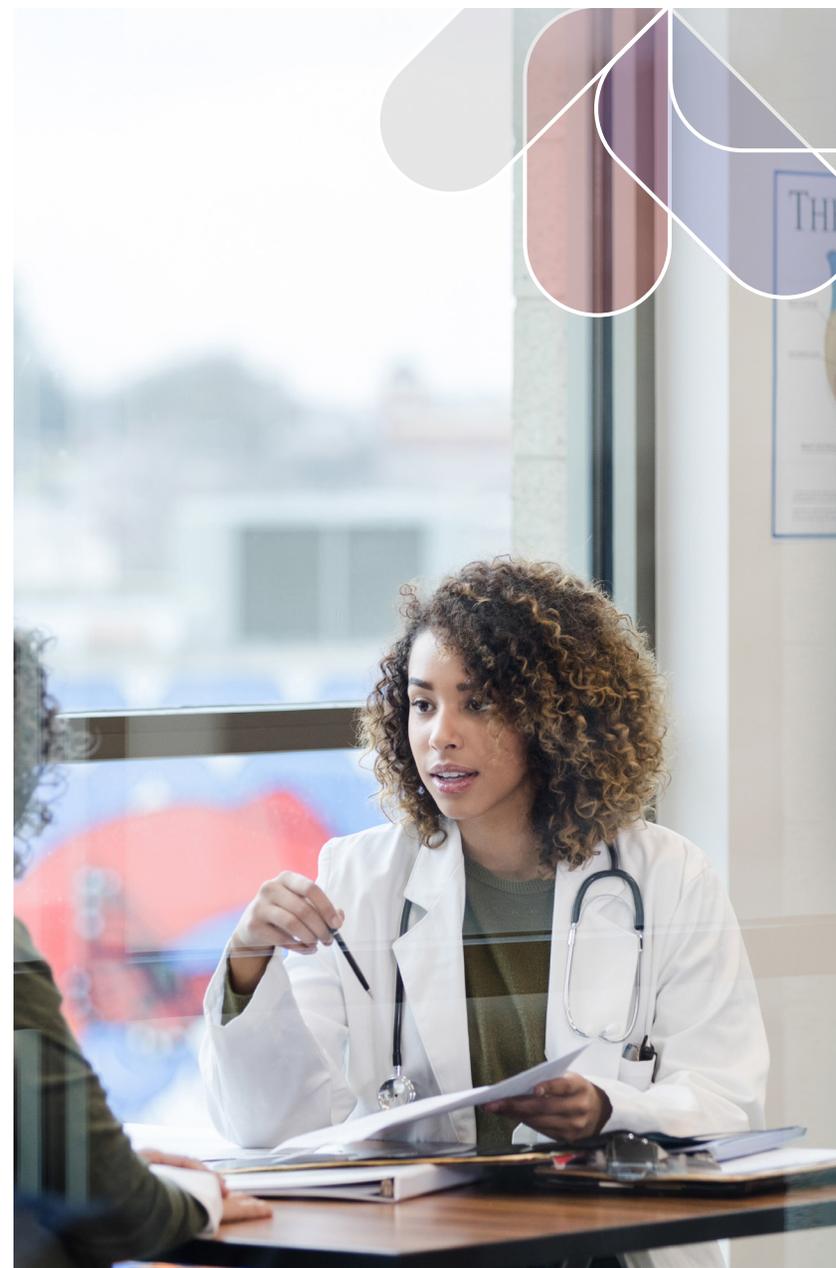
BlueCross BlueShield de Tennessee | [bcbst.com](http://bcbst.com) | 800-565-9140

Monogram Foods se compromete a ayudarles a usted y a sus dependientes a mantener la salud y el bienestar, facilitando el acceso a los más altos niveles de atención. Le ofrecemos tres opciones de planes médicos para elegir el año del plan 2024-2025:

- **Plan de una organización de proveedores preferidos (PPO):** Usted paga copagos por muchos de los servicios que utiliza. Debe cumplir con un deducible del año del plan antes de que el plan pague el 80 % del costo de sus gastos elegibles. Si alcanza el máximo de desembolso directo del año del plan, cubrirá todos los gastos restantes al 100 %.
- **Plan de salud con deducible alto (HDHP):** Es ideal para los miembros del equipo con un estilo de vida saludable o para aquellos que desean tener más control sobre sus gastos de atención médica. Con un HDHP, usted paga el 100 % de los gastos médicos hasta que alcance el deducible. Luego, el plan paga el 80 % del costo de sus gastos elegibles hasta que alcance el máximo de desembolso directo. El plan pagará entonces el 100 % del costo de los servicios durante el resto del año del plan.
- **Plan Bronze (plan PPO):** Es un plan médico de costo bajo con cobertura mínima. Este plan se creó como una opción para satisfacer la Ley de Protección al Paciente y de Cuidado de Salud Asequible (PPACA).

## Consejos de los proveedores de la red

Todos los planes le permiten utilizar médicos fuera de la red. Sin embargo, tenga en cuenta que es sustancialmente más caro (tanto para usted como para Monogram Foods) si utiliza un médico, un centro o una farmacia fuera de la red. Para buscar proveedores de la red visite [bcbst.com](http://bcbst.com) y seleccione «Find a Doctor» (Buscar un médico).



RESUMEN DEL PLAN MÉDICO Y DE MEDICAMENTOS CON RECETA

Guía de beneficios de Monogram Foods

Plan médico	Plan PPO		Plan de salud con deducible alto (HDHP)		Plan Bronze	
	Dentro de la red	Fuera de la red	Dentro de la red	Fuera de la red	Dentro de la red	Fuera de la red
Deducible						
Solo el miembro del equipo	\$1,500	\$5,500	\$3,300	\$6,400	\$3,500	\$7,000
Familia	\$3,000	\$11,000	\$6,600	\$12,800	\$7,000	\$14,000
Coseguro (lo que el plan paga después de alcanzar el deducible)	80 %	50 %	80 %	60 %	80 %	60 %
Máximo de desembolso directo (deducible incluido)						
Solo el miembro del equipo	\$5,500	\$22,000	\$5,000	\$15,000	\$7,000	\$21,000
Familia	\$11,000	\$44,000	\$10,000	\$27,000	\$14,000	\$42,000
Atención preventiva (exámenes y vacunas de rutina para adultos y niños, mamografías de rutina, exámenes de ginecología, exámenes rectales digitales, prueba del antígeno prostático específico (PSA), y examen de detección de cáncer colorrectal)	Cubierto al 100 %	50 % después del deducible	Cubierto al 100 %	60 % después del deducible	Cubierto al 100 %	60 % después del deducible
Visita de atención primaria	Copago de \$30	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Visita al especialista	Copago de \$45	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Atención de urgencia	Copago de \$45	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Quiropráctico	Copago de \$45	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Sala de emergencias	Copago de \$300		80 % después del deducible		80 % después del deducible	
Ambulancia	80 % después del deducible		80 % después del deducible		80 % después del deducible	
Atención hospitalaria	80 % después del deducible	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Atención ambulatoria	80 % después del deducible	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible
Medicamentos con receta						
Minorista (suministro para 30 días)						
Nivel 1: genéricos	Copago de \$8	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	Copago de \$10	60 % después del deducible
Nivel 2: preferidos	Copago de \$45	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	50 %	60 % después del deducible
Nivel 3: no preferidos	Copago de \$70	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	50 %	60 % después del deducible
Nivel 4: medicamento especializado autoadministrado	Copago de \$140	Sin cobertura	80 % después del deducible	Sin cobertura	Copago de \$100	Sin cobertura
Envío por correo (suministro para 90 días)						
Nivel 1: genéricos	Copago de \$24	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	\$30 de copago	60 % después del deducible
Nivel 2: preferidos	Copago de \$135	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	50 %	60 % después del deducible
Nivel 3: no preferidos	Copago de \$210	50 % después del deducible	80 % después del deducible	60 % después del deducible	50 %	60 % después del deducible

Medicamentos con receta: cobertura del 100 % para genéricos preventivos antes de que se aplique el deducible.

# Recursos y programas de BlueCross BlueShield de Tennessee (BCBST)

## RECURSOS DE BCBST

### Sitio web de BCBST ([bcbst.com](http://bcbst.com))

- Obtenga detalles de la cobertura (copagos, deducibles, máximos de desembolso directo, etc.).
- Revise su actividad e historial de reclamos.
- Imprima una tarjeta de id. temporal o solicite una nueva.
- Revise las preguntas frecuentes.
- El personal de enfermería diplomado está disponible para ofrecerle asistencia inmediata y aconsejarlo sobre el tratamiento médico.

### Cómo buscar un proveedor preferido de BCBST

La designación preferida identifica a los médicos de la red de BCBST que han logrado los mejores resultados en las medidas de calidad y rentabilidad de BCBST. Para buscar uno de estos médicos, visite [bcbst.com](http://bcbst.com) y seleccione «Find a Doctor» (Buscar un médico).

### Comuníquese con BCBST

- Consultas generales: Llame al 423-535-5600.
- Servicio al Cliente: Llame al 423-535-5707.
- Servicios por abuso de sustancias/salud mental: Llame al 800-888-3773.
- Programas de gestión de atención: Llame al 877-960-1850.

Si es sordo o tiene una dificultad auditiva o tiene una discapacidad del habla, marque 711 para los servicios de retransmisión de TTY. Para obtener otro tipo de asistencia lingüística o servicios de traducción, llame al número de Servicio al Cliente.

## PROGRAMAS DE BCBST

### Salud maternal

Con un bebé en camino, tiene muchas cosas en la cabeza. Una vez que se inscriba en salud maternal a través de BlueCross BlueShield de Tennessee, recibirá lo siguiente:

- Apoyo individualizado de un enfermero maternal
- Correos electrónicos semanales para cada etapa del embarazo y recursos en línea sobre el embarazo
- Ayuda para la vacunación
- Apoyo emocional durante y después del embarazo
- Ayuda de nuestros enfermeros de maternidad de alto riesgo o de un consejero de lactancia certificado, si es necesario

Inicie sesión o regístrese ahora en

[bcbst.com/myhealthymaternity](http://bcbst.com/myhealthymaternity) o llame al 800-818-8581.

### Programa de Control de la Diabetes Livongo

Livongo es un programa para el control de la diabetes disponible para los miembros del equipo y los dependientes inscritos en los planes médicos de Monogram.

Livongo pone a su disposición recursos y asesores para ayudar a las personas diagnosticadas con diabetes y prediabetes. A través de Livongo, tendrá acceso a un medidor de glucosa y un monitor de presión arterial avanzados, todo sin ningún costo para usted.

Comuníquese con Livongo al 800-945-4355 o regístrese para obtener una cuenta en [healthy.livongo.com](http://healthy.livongo.com) (código de registro BCBST-DPP) para obtener más información.

### Hinge Health\*

La clínica digital musculoesquelética (MSK) de Hinge es un programa gratuito que se ofrece a los miembros del equipo y dependientes inscritos en el plan médico de Monogram. Hinge Health incluye terapia física y guía de médicos, fisioterapeutas y asesores en salud a través de una aplicación, además de un dispositivo portátil para aliviar el dolor. Según sea adecuado para usted, también puede recibir consultas por video individuales y un plan personalizado de terapia de ejercicio.

El primer paso para obtener ayuda es realizar una evaluación en línea para que Hinge pueda asignarle la terapia más adecuada para usted. Inicie sesión en su cuenta en [bcbst.com](http://bcbst.com), diríjase a «Managing Your Health» (Administrar su salud) y seleccione «Back and Joint Care» (Cuidado de la espalda y las articulaciones).



\* Nuevo programa

# Cobertura de medicamentos con receta

Nos complace ofrecer una sólida cobertura de medicamentos con receta a través de CVS Caremark. Nuestros planes incluyen un plan de medicamentos con receta de cuatro niveles (genéricos, marca preferida, marca no preferida y especializados). Para averiguar en qué nivel se encuentra su medicamento con receta, puede visitar [bcbst.com](http://bcbst.com). Con el plan PPO, deberá pagar los copagos. Con los planes HDHP y Bronze, deberá pagar el costo total de la medicación hasta alcanzar el deducible. Una vez que se alcance el deducible, usted deberá pagar el costo compartido correspondiente.

Para ubicar una farmacia dentro de la red, buscar el costo de un medicamento u obtener respuesta a sus preguntas, inicie sesión en su cuenta de BlueCross BlueShield de Tennessee en [bcbst.com](http://bcbst.com) o llame a CVS Caremark al 800-565-9150.

Usted ahorra dinero cuando usa medicamentos genéricos, y las medicaciones genéricas preventivas están cubiertas al 100 % antes de alcanzar el deducible. Los genéricos ofrecen los mismos ingredientes que los medicamentos de marca con el mismo nivel de calidad y seguridad. Siempre pregúntele a su médico si hay un medicamento genérico disponible para su afección.

### MEDICAMENTOS GENÉRICOS



Estos medicamentos tienen un costo más barato porque muchas empresas pueden fabricarlos.

### MEDICAMENTOS DE MARCA PREFERIDA



Estos medicamentos cuestan más porque solo una empresa los fabrica.

### MEDICAMENTOS DE MARCA NO PREFERIDA



Estos cuestan aún más. Por lo general, puede obtener un medicamento similar, que es un medicamento de marca preferida genérica.

### MEDICAMENTOS ESPECIALIZADOS



Estos son medicamentos de alto costo para tratar afecciones raras o complejas.

## APROVECHAR AL MÁXIMO SUS BENEFICIOS DE FARMACIA

Monogram Foods desea garantizar que tenga acceso a opciones asequibles y cómodas para surtir sus medicaciones. A continuación encontrará más información para ayudarle en el proceso.

- **CÓMO OBTENER SU MEDICACIÓN:** Tiene la opción de retirar su medicación en una farmacia minorista cercana o de recibir en su domicilio un suministro para 90 días a través del programa de envíos por correo de CVS Caremark. Llame al 844-740-0604 o visite el plan en [bcbst.com/rx](http://bcbst.com/rx) para comenzar.
- **PROGRAMA PRUDENTRX:**\* Si está inscrito en el plan PPO, puede beneficiarse de PrudentRx que le permite optimizar los programas de ayuda para copagos del fabricante cuando corresponda para recibir sus medicamentos sin costo o a un costo muy bajo. Para obtener más información sobre el programa, puede hablar con un farmacéutico experto al 800-578-4403.
- **LISTA DE MEDICAMENTOS DEL FORMULARIO:** Es posible que su plan de salud no cubra con exactitud el medicamento que toma, pero puede cubrir uno muy similar. El Formulario de medicamentos puede ayudarle a usted y a su proveedor a entender cómo se cubrirán las medicaciones según su plan. El Formulario de medicamentos tiene diferentes niveles para diferentes medicamentos.

\* Nuevo programa

# Telesalud

BlueCross BlueShield de Tennessee | [bcbst.com/teladoc](http://bcbst.com/teladoc) | 1-800-Teladoc

Consulte a un médico inmediatamente, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, con Teladoc. BlueCross BlueShield de Tennessee se asocia con Teladoc para brindarle atención de calidad desde la comodidad y conveniencia del hogar.

## ¿QUÉ ES LA TELESALUD?

Videollamadas en directo (en un teléfono, una tableta o una computadora) con un médico que esté disponible en cualquier momento, de día o de noche. No se requiere programar una cita.

Los médicos pueden diagnosticar y tratar problemas médicos comunes (resfriado, gripe, fiebre, sinusitis, etc.). Normalmente, pagará menos de lo que pagaría por una visita al consultorio o a la clínica de atención de urgencia.

Comenzar es fácil. Regístrese iniciando sesión en nuestra aplicación BCBSTN o en [bcbst.com/Teladoc](http://bcbst.com/Teladoc) y elija «Talk With a Doctor Now» (Hablar con un médico ahora).

## ¿CUÁNDO UTILIZO LA TELESALUD?

Utilice Teladoc para cosas como:

- Alergias, resfriado, fiebre y gripe
- Sinusitis o problemas respiratorios
- Afecciones de la piel (sarpullidos o picaduras de insectos)
- Ciertas afecciones pediátricas
- Infecciones urinarias
- Estreñimiento o diarrea
- Dolor de oído
- Náuseas y vómitos
- Conjuntivitis



### Manténgase informado

Inscríbase para recibir servicios de telesalud cuando se sienta bien, de modo que no tenga que hacerlo cuando esté enfermo. Regístrese iniciando sesión en nuestra aplicación BCBSTN o en [bcbst.com/Teladoc](http://bcbst.com/Teladoc) y elija «Talk With a Doctor Now» (Hablar con un médico ahora).

# Acuerdo de reembolso de gastos médicos (HRA)

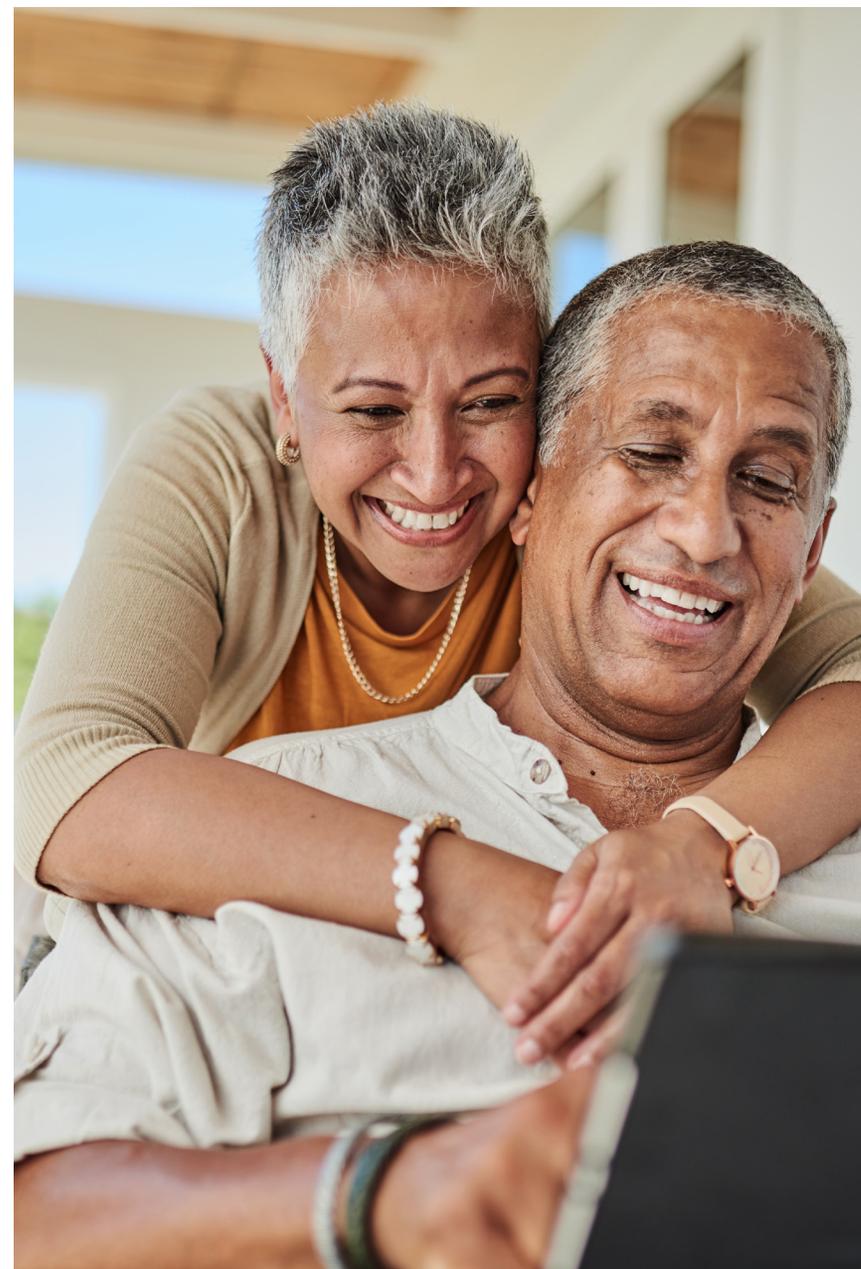
BlueCross BlueShield de Tennessee | [bcbst.com](https://www.bcbst.com) | 800-565-9140

Si se inscribe en un plan de salud con deducible alto, Monogram Foods le ofrece un acuerdo de reembolso de gastos médicos (HRA) para compensar los gastos médicos de desembolso directo.

A lo largo del año, puede usar el dinero de su HRA para pagar gastos médicos elegibles para usted y sus dependientes cubiertos. Si utiliza todo el dinero de su HRA, pagará el resto de sus gastos médicos mediante desembolso directo.

BCBST pagará los fondos del HRA directo al proveedor. En el caso de los reclamos de medicamentos con receta, tendrá que pagarlos en la farmacia, y BCBST procesará de manera automática el reclamo del HRA de la farmacia.

Se enviará el reembolso directo a su domicilio particular. Los miembros del equipo con cobertura individual tendrán hasta \$500 del HRA, y los miembros del equipo con cobertura de dependientes tendrán hasta \$1,000 del HRA.



# Cuenta de gastos flexibles (FSA)

Surency | surency.com | 866-818-8805

Monogram Foods continuará ofreciendo cuentas de gastos flexibles (FSA). Una FSA le permite redirigir una parte de su salario antes de impuestos a una cuenta de reembolso, lo que le permite ahorrar dinero en impuestos. El Servicio de Impuestos Internos (IRS) tiene una regla estricta de úselo o piérdalo. Con la opción de la FSA para atención médica, puede transferir hasta \$640 de fondos no utilizados al siguiente año del plan. No puede transferir fondos de una FSA a otra.

**Debe inscribirse de forma activa en una FSA durante la inscripción anual. No se reinscribe de manera automática cada año.**

Si en este momento aporta en su propia cuenta de ahorros para gastos médicos (HSA) o en la de su cónyuge, solo podrá participar en la FSA para el cuidado de dependientes. Monogram ofrece a los miembros del equipo dos opciones de FSA: 1) **FSA para atención médica**, 2) **FSA para cuidado de dependientes**. Recuerde que si decide inscribirse, el aporte mínimo de la FSA es de \$250.

	Opción 1: FSA para atención médica	Opción 2: FSA para cuidado de dependientes
Limite para el 2024	\$3,200	\$5,000
Elegibilidad	Es elegible si no aporta en este momento a su propia HSA o a la de su cónyuge.	Es elegible incluso si aporta en este momento a su propia HSA o a la de su cónyuge.
Gastos elegibles*	Gastos médicos, odontológicos, oftalmológicos, auditivos y de medicamentos con receta de desembolso directo	Gastos de guardería, cuidado extraescolar y preescolar, niñera/guardería infantil y cuidado de adultos mayores
¿Cuándo están disponibles los fondos?	La elección anual completa estará disponible el 1 de agosto de 2024.	Se le puede reembolsar hasta el monto disponible en su cuenta.
Opciones de pago o reembolso	tarjeta de débito depósito directo cheque	tarjeta de débito
Fecha límite para los servicios	Los servicios deben recibirse hasta el 31 de julio de 2025.	Los servicios deben recibirse hasta el 31 de julio de 2025.
Transferencia máxima	\$640	\$0
* Para obtener una lista completa de los gastos elegibles, consulte la publicación 502 y 503 del IRS en <a href="https://www.irs.gov">irs.gov</a> .		

## TARJETA DE DÉBITO

Se le emitirá una tarjeta de débito (tarjeta de beneficios Surency Flex) para facilitar el pago de los gastos elegibles de la FSA en función de los fondos disponibles en su FSA para atención médica o FSA para cuidado de dependientes. Si se ha inscrito recientemente, puede esperar recibir su tarjeta de Surency dentro de las dos semanas posteriores a la inscripción en su cuenta. Puede solicitar una tarjeta de Surency adicional para su cónyuge o los dependientes sin costo adicional. En lugar de tener que pagar de su bolsillo y esperar el reembolso, la tarjeta de Surency le permite pagar los gastos elegibles cuando se prestan los servicios (o cuando se compra un producto elegible). Cuando pague los gastos elegibles, utilice su tarjeta de Surency en el punto de venta.

# Plan odontológico

Delta Dental de Tennessee | [deltadentaltn.com](http://deltadentaltn.com) | 800-223-3104

Monogram se asocia con Delta Dental de Tennessee para ofrecer cobertura odontológica. Si bien puede elegir cualquier proveedor odontológico, cuando utilice un dentista dentro de la red, generalmente pagará menos por los tratamientos porque la parte que le corresponde a usted del costo se basará en las tarifas de descuento negociadas. En el caso de los dentistas fuera de la red, el plan pagará según el percentil 90 de lo habitual y requerido. Es posible que los miembros reciban una factura por el resto de los gastos.

Los exámenes odontológicos pueden decirle mucho a su médico acerca de su salud en general. Es importante programar exámenes periódicos para detectar afecciones médicas importantes antes de que se conviertan en algo serio.

Para ver un Directorio de proveedores actualizado, visite [deltadentaltn.com](http://deltadentaltn.com).

**Delta Dental de Tennessee**

Vea los servicios cubiertos, el estado de los reclamos o el saldo de la cuenta, busque un dentista, actualice su información y mucho más en [deltadentaltn.com](http://deltadentaltn.com).

	Dentro de la red
Deducible	
Individuo	\$0
Familia	\$0
Monto máximo anual del plan (por persona)	\$1,500
<b>Servicios diagnósticos y preventivos</b>	
Exámenes orales, radiografías, limpiezas, fluoruro, mantenedores de espacio, selladores	100 %
<b>Servicios básicos</b>	
Cirugía bucal, empastes, endodoncia, periodoncia, reparación de dentaduras y coronas	90 %
<b>Servicios complejos</b>	
Coronas, fundas, dentaduras, implantes con puentes	60 %
<b>Ortodoncia</b>	
Adultos e hijos dependientes	60 %
Monto máximo del plan de ortodoncia de por vida (por persona)	\$1,500

Recordatorio: Puede recibir exámenes dentales preventivos dos veces al año durante el año calendario sin costo de desembolso directo.\* Puede recibir su examen dental en cualquier momento entre el 1 de enero y el 31 de diciembre, sin necesidad de esperar 6 meses entre las citas.

\* Sujeto a un máximo anual de \$1,500

# Plan oftalmológico

EyeMed | [eyemedvisioncare.com](http://eyemedvisioncare.com) | 866-939-3633

Los beneficios de atención oftalmológica de EyeMed incluyen cobertura para exámenes oculares, lentes y marcos estándares, y lentes de contacto, además de descuentos para cirugía láser. El plan oftalmológico se construye en torno a una red de proveedores de atención oftalmológica, con mejores beneficios y a un costo menor para usted cuando utilice proveedores de la red de EyeMed. Cuando utilice un proveedor fuera de la red, tendrá que pagar más por los servicios oftalmológicos.

Los exámenes oculares pueden indicarle mucho a su médico acerca de su salud en general. Es importante programar exámenes periódicos para detectar afecciones médicas importantes antes de que se conviertan en algo serio.

	Dentro de la red	Fuera de la red
Examen ocular de rutina (una vez por año del plan)	Copago de \$10	Asignación de \$40
Marcos	Copago de \$0, asignación de hasta \$150	Asignación de \$105
Lentes estándares (una vez por año del plan)*		
Monofocales	Copago de \$10	Asignación de \$30
Bifocales	Copago de \$10	Asignación de \$50
Trifocales	Copago de \$10	Asignación de \$70
Lentes de contacto*		
Medicamento necesario	Cobertura total	Asignación de \$300
Opcional	Copago de \$0, asignación de hasta \$150	Asignación de \$105
Ajuste y seguimiento de lentes de contacto	Copago de hasta \$40	Sin cobertura

Recordatorio: Los beneficios oftalmológicos se basan en un año del plan de beneficios. Por ejemplo, si se somete a un examen el 1 de junio, debe esperar 12 meses para realizarse el siguiente.

\* Con EyeMed como socio oftalmológico, puede recibir lentes de contacto y marcos en el mismo año de beneficios.

# Seguro de vida temporal grupal y por muerte accidental y desmembramiento (AD&D)

Lincoln Financial | [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com) | 800-487-1485

Las coberturas grupales de seguro de vida temporal, AD&D, vida temporal voluntario, AD&D voluntario y discapacidad a corto plazo de Monogram Foods se ofrecerán a través de Lincoln Financial. El paquete integral de beneficios de Monogram Foods incluye protección financiera para usted y su familia en caso de accidente o fallecimiento. La cobertura del seguro de vida básico y por AD&D a través de Lincoln Financial se ofrece a los miembros del equipo de Monogram sin costo alguno.

En el caso de fallecimiento, la póliza de seguro de vida otorga un beneficio al beneficiario que usted designe. Si su fallecimiento es el resultado de un accidente, o si un accidente lo deja con una lesión debilitante cubierta, tiene cobertura del seguro por AD&D por el mismo monto.

Seguro de vida básico y por AD&D: Lincoln Financial	Beneficio	Quién paga
Miembros del equipo sindical	\$25,000 Si su fallecimiento es el resultado de un accidente, los miembros del equipo tienen cobertura por el seguro por AD&D por el mismo monto.	100 % pagado por Monogram Foods
Seguro de vida permanente: Voya	Beneficio	Quién paga
Miembro del equipo	Tiene acceso al valor en efectivo acumulado a lo largo del tiempo en la póliza. Utilice este beneficio para pagar los gastos médicos de etapa terminal y los costos funerarios.	100 % pagado por el miembro del equipo

## ESQUEMA DE REDUCCIÓN POR EDAD

- Entre 65 y 69 años: disminución del beneficio a un 67 % del beneficio original
- Desde los 70 años en adelante: disminución del beneficio a un 34 %

## SEGURO POR MUERTE ACCIDENTAL Y DESMEMBRAMIENTO

La cobertura del seguro de vida temporal colectivo incluye la cobertura del seguro por muerte accidental y desmembramiento. El seguro por muerte accidental y desmembramiento brinda cobertura adicional en caso de muerte accidental, pérdida de una extremidad o de la vista, daño cerebral, etc. En caso de un accidente cubierto que provoque su fallecimiento, la cobertura del seguro por AD&D es adicional a su seguro de vida temporal grupal.

# Seguro de vida voluntario y por AD&D

Lincoln Financiamiento | [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com) | 800-487-1485

Tiene la oportunidad de comprar un seguro de vida voluntario y por AD&D para usted, su cónyuge o sus hijos dependientes. El costo de esta cobertura se basa en el monto que elija y en la edad del miembro del equipo. Debe comprar un seguro de vida voluntario y por AD&D para usted a fin de que su cónyuge o hijos dependientes obtengan cobertura. Si no se inscribe en esta cobertura cuando es elegible por primera vez, puede elegirla durante la inscripción anual o el cambio de la situación familiar.

Seguro de vida voluntario y por muerte accidental y desmembramiento: Lincoln Financiamiento	Beneficio	Monto de la emisión garantizada*	Quién paga
Miembro del equipo	Aumentos de \$25,000 hasta un máximo de \$250,000	\$250,000	100 % pagado por el miembro del equipo
Cónyuge	Aumentos de \$5,000 hasta un máximo de \$125,000	\$50,000	100 % pagado por el miembro del equipo
Hijos (desde el nacimiento hasta los 26 años)	\$10,000	\$10,000	100 % pagado por el miembro del equipo

Tarifas mensuales del seguro de vida voluntario del miembro del equipo por cada \$1,000 de cobertura					
Edad del miembro del equipo	Miembro del equipo	Cónyuge	Edad	Miembro del equipo	Cónyuge
Menor de 25 años	\$0.07	\$0.07	De 50 a 54 años	\$0.36	\$0.36
De 25 a 29 años	\$0.07	\$0.07	De 55 a 59 años	\$0.61	\$0.61
De 30 a 34 años	\$0.08	\$0.08	De 60 a 64 años	\$0.91	\$0.91
De 35 a 39 años	\$0.10	\$0.10	De 65 a 69 años	\$1.47	\$1.47
De 40 a 44 años	\$0.15	\$0.15	De 70 a 74 años	\$2.35	\$2.35
De 45 a 49 años	\$0.24	\$0.24	Mayor de 75 años	\$2.35	\$2.35
Tarifa por el seguro por AD&D voluntario del miembro del equipo por cada \$1,000 de cobertura			Tarifa del seguro de vida voluntario para niños por \$1,000 de cobertura		
\$0.040			\$0.017		

## Ejemplo

Si la tasa es de \$0.080 por cada \$1,000 y un miembro del equipo elige \$20,000 de cobertura, la prima mensual será de \$1.60.

$$\begin{array}{rcccl}
 \underline{\$0.080} & & \times & \underline{20} & = & \underline{\$1.60} \\
 \text{Tasa del plan (según la edad)} & & & \text{Cobertura por \$1,000} & & \text{Prima mensual}
 \end{array}$$

\* El monto de emisión garantizada es el monto de cobertura que puede recibir independientemente de su estado de salud o edad. Si desea elegir un monto superior a la emisión garantizada, estará sujeto a la suscripción médica. La elección de los miembros del equipo aumenta más de un nivel (\$25,000) y cualquier aumento en la cobertura del cónyuge también requerirá que se complete la prueba de asegurabilidad. Para presentar la prueba de asegurabilidad (EOI) en línea, visite [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com). Se le pedirá que se registre creando un nombre de usuario y una contraseña.

# Planes de discapacidad a corto y largo plazo

Lincoln Financial | [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com) | 800-487-1485

Monogram Foods reconoce la importancia de proteger sus finanzas en caso de discapacidad. Aunque no pueda trabajar debido a una discapacidad, debe seguir cubriendo sus gastos mensuales habituales, como la hipoteca o el alquiler, las facturas de los servicios públicos, la comida u otras necesidades. Monogram Foods ofrece dos planes de discapacidad pagados por la empresa a través de Lincoln Financial para brindar ayuda financiera en caso de que sufra una discapacidad o no pueda trabajar.

## PLAN DE DISCAPACIDAD A CORTO PLAZO (STD)

Los beneficios de STD están diseñados para reemplazar una parte de sus ingresos en caso de lesiones o enfermedades a corto plazo no relacionadas con el trabajo. Los beneficios de STD se pagan al 70 % de su salario base semanal elegible, hasta \$800 semanales, durante las primeras 24 semanas de la lesión o enfermedad.

Monogram Foods paga el beneficio de STD; no hay costo alguno para usted. Sin embargo, los beneficios de sustitución de ingresos que reciba son imponibles.

## PLAN DE DISCAPACIDAD A LARGO PLAZO (LTD)

El plan LTD está disponible para los miembros del equipo de tiempo completo elegibles el primer día del mes siguiente a los 30 días de empleo. Este beneficio le ofrece protección financiera cuando más lo necesita, si queda discapacitado y ya no puede trabajar. El plan también le ayudará a volver al trabajo, si corresponde.

Si queda completamente discapacitado, recibirá el 60 % de su salario base, hasta \$10,000 mensuales, después de haber cumplido el periodo de espera de 180 días para los beneficios. El monto de su beneficio puede ser compensado con otros beneficios que está recibiendo, como el Seguro Social o la indemnización para trabajadores. Sus beneficios mensuales están sujetos al impuesto federal sobre la renta, y pueden estar sujetos a impuestos estatales y locales.

\* La limitación por afección de LTD preexistente de 3/12 significa que si lo trataron por una afección médica tres meses antes de la fecha de entrada en vigencia, se considerará una afección preexistente. La afección no se cubrirá a menos que esté libre de tratamiento durante tres meses después de la fecha de entrada en vigencia de la cobertura o después de haber contado con el seguro y trabajado de manera activa durante 12 meses.

Elegibilidad para el plan de discapacidad a corto plazo: miembros del equipo de tiempo completo	100 % pagado por Monogram Foods
Monto del beneficio semanal	70 %
Límite máximo de beneficio semanal	\$800
Los beneficios comienzan	El día 15 después de una lesión o enfermedad
Duración de los beneficios	Hasta 26 semanas
Limitación por afección preexistente	Ninguna

Elegibilidad para el plan de discapacidad a largo plazo: miembros del equipo de tiempo completo	100 % pagado por Monogram Foods
Monto del beneficio mensual	60 %
Límite máximo de beneficio mensual	\$10,000
Los beneficios comienzan	El día 181 de discapacidad hasta los 65 años
Duración de los beneficios	Edad de jubilación del Seguro Social
Limitación por afección preexistente	3/12

**Coordinación de los beneficios por discapacidad**  
 Su beneficio puede reducirse si recibe beneficios por discapacidad de la jubilación, el Seguro Social, la indemnización de trabajadores, el seguro estatal por discapacidad, beneficios sin atribución de culpabilidad o ingresos por reincorporación al trabajo. Consulte su certificado de cobertura para obtener más detalles.

# Beneficios voluntarios

Lincoln Financial | [mylincolnportal.com](https://mylincolnportal.com) | 800-487-1485

Para mejorar su paquete de beneficios, Monogram Foods ofrece productos de seguro voluntario a través de Lincoln Financial.

## SEGURO POR ENFERMEDADES CRÍTICAS

Al comprar el seguro por enfermedad críticas, usted puede proteger sus finanzas de la carga de gastos adicionales de desembolso directo y médicos que tienen las afecciones médicas cubiertas.

La mayoría de los planes médicos ofrecen cobertura para los gastos hospitalarios y médicos asociados a enfermedades críticas como el accidente cerebrovascular, el ataque cardíaco, la insuficiencia renal, el trasplante de órganos principales, el coma y la parálisis. Aun así, hay muchos gastos que no se cubren y que pueden ser devastadores desde el punto de vista financiero. Con la cobertura de enfermedad crítica, usted puede estar preparado financieramente para los siguientes costos:

- Copagos, deducibles y coseguro
- Transporte y hospedaje
- Cuidado de niños y otros gastos de ayuda doméstica
- Posible pérdida de ingresos

Usted puede usar la cobertura de enfermedad crítica más de una vez. Se le pagará a usted directamente un monto fijo de dinero que depende de la enfermedad para que utilice como quiera.

## SEGURO POR ACCIDENTE

Los accidentes pueden ocurrir cuando menos lo espera. Incluso las actividades cotidianas, como cocinar, andar en bicicleta o conducir, pueden provocar lesiones por accidentes. Los copagos, el coseguro y los deducibles de su plan médico se acumulan rápido después de una lesión repentina o inesperada. Aunque no puede predecir cuándo puede suceder un accidente, puede estar preparado en el ámbito financiero.

El seguro por accidente brinda un pago único que se basa en el accidente o en las lesiones provocadas. Se le paga directamente a usted, así decide en qué gastar el dinero. ¡Es así de simple! Usted decide si lo va a utilizar ya sea para pagar los gastos médicos, la hipoteca, los pagos del coche o para las facturas de servicios.

Otras ventajas de seguro por accidente son las siguientes:

- Beneficios en efectivo para gastos que pueden no estar cubiertos con su seguro médico.
- No hay que responder preguntas de salud.
- No hay límite en la cantidad de accidentes que usted puede reclamar conforme a la póliza (excepto las reglas de la póliza).
- Las personas cubiertas pueden recibir un beneficio en efectivo por una evaluación de salud cubierta al año sin necesidad de un periodo de espera.

## SEGURO POR INDEMNIZACIÓN HOSPITALARIA

Cuando tenga que afrontar una hospitalización, habrá gastos médicos y de desembolso directo que no están cubiertos por el plan de seguro de salud principal. El seguro por indemnización hospitalaria puede aliviar la carga financiera de una admisión en el hospital; con esta ayuda, puede centrarse más en la recuperación y menos en las finanzas. Este seguro paga un beneficio cuando se lo admite en un hospital por un accidente o una enfermedad cubiertos.

Puede recibir un beneficio por lo siguiente:

- \$1,000 por cada admisión hospitalaria
- \$100 por cada día de su estadía hospitalaria cubierta, hasta 30 días
- \$200 por cada día de su estadía en terapia intensiva cubierta, hasta 15 días

Las personas cubiertas también pueden recibir un beneficio en efectivo por una evaluación de salud cubierta al año.

### Beneficios de la cobertura voluntaria

- La cobertura es asequible y se le ofrece a tarifas grupales.
- Es el propietario de la póliza. Se la lleva con usted si deja Monogram Foods o se jubila.
- La cobertura entra en vigencia el primer día del mes en que comienzan las deducciones de nómina.
- Las primas se deducen con facilidad del cheque de pago.
- Puede asegurar a su cónyuge e hijos.

## SEGURO PARA MASCOTAS

Pet Benefit Solutions | [wishboneinsurance.com/monogramfoods](https://wishboneinsurance.com/monogramfoods) | 800-891-2565

Aunque es difícil anticipar accidentes o enfermedades, el seguro para mascotas le ayuda a estar preparado para ellos. Desde visitas de atención preventiva hasta incidentes médicos sustanciales, Wishbone, a través de Pet Benefit Solutions, puede ayudarlo a buscar la protección adecuada. Visite [wishboneinsurance.com/monogramfoods](https://wishboneinsurance.com/monogramfoods) para recibir una cotización hoy mismo.



# Programa de Asistencia al Empleado (EAP) en el trabajo y la vida

EAP de Lincoln Financial | [guidanceresources.com](http://guidanceresources.com) | 800-487-1485

Todos sabemos que la vida, en ocasiones, puede ser difícil. Algunos problemas, como las enfermedades, las deudas y los asuntos familiares, pueden hacer que nos sintamos preocupados o ansiosos, y nos impiden dar lo mejor de nosotros mismos. Monogram Foods continuará ofreciendo el Programa de Asistencia al Empleado (EAP) a los miembros del equipo. Los servicios del EAP de Lincoln Financial brindan apoyo y recursos confidenciales para usted y sus dependientes sin cargo. Puede solicitar una guía experta para cualquier tipo de problema, desde asuntos cotidianos hasta problemas más graves que afectan su bienestar.

Esto es lo que el programa le ofrece sin costo para usted:

- **EAP:** Cinco visitas presenciales con médicos experimentados (por acontecimiento), sin costo alguno por sesión para usted.
- **Recursos legales:** Acceso telefónico ilimitado a profesionales del derecho de Lincoln Financial, una consulta inicial sin cargo con un abogado local y descuentos en servicios adicionales.
- **Recursos financieros:** Acceso telefónico ilimitado a profesionales financieros para obtener información sobre finanzas personales y problemas relacionados
- **Recursos para el trabajo/la vida:** Información y remisiones sobre cuidado de niños y adultos mayores, adopción, reubicación y otros asuntos de conveniencia personal.
- **Evaluación de riesgos de salud:** Acceso en línea a una encuesta de evaluación de riesgos de salud y una variedad de información y herramientas de gestión de la salud
- **Elaboración de testamento en línea:** Puede realizar un testamento en línea y descargarlo a su computadora.

El EAP brinda asesoramiento en todos los aspectos de la vida, incluidos los siguientes:

- Dificultades en relaciones
- Problemas emocionales/ psicológicos
- Problemas de estrés y ansiedad con el trabajo o la familia
- Abuso de alcohol y drogas
- Mejora personal y de la vida
- Problemas legales o financieros
- Depresión
- Problemas con el cuidado de niños y adultos mayores
- Problemas con el duelo

## ASISTENCIA LAS 24 HORAS DEL DÍA

Siempre que necesite asistencia para un problema del trabajo o la vida, el EAP está disponible para ayudarlo, las 24 horas del día. Los especialistas están disponibles para brindar asistencia y apoyo confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

### EAP de Lincoln Financial

Para obtener más información y recursos:

Llame al: 888-628-4824.

Visite en línea:

[guidanceresources.com](http://guidanceresources.com).

Nombre de usuario: LFGSupport

Contraseña: LFGSupport1

# Tarifas bisemanales y semanales

Monogram Foods cubre la mayor parte del costo de su seguro médico y odontológico. Si se inscribe en el plan oftalmológico, paga el costo total de esa cobertura. Las primas de la cobertura médica, odontológica y oftalmológica se deducirán del cheque de pago bisemanal o semanal antes de impuestos. Todos los costos mencionados a continuación entrarán en vigencia a partir del 1 de agosto de 2024 hasta el 31 de julio de 2025.

## APORTES DE NÓMINA PARA GASTOS MÉDICOS Y DE MEDICAMENTOS CON RECETA

	Plan PPO		Plan HDHP		Plan Bronze	
	Quincenal	Semanal	Quincenal	Semanal	Quincenal	Semanal
Miembro del equipo	\$92.44	\$46.22	\$54.83	\$27.42	\$36.29	\$18.15
Miembro del equipo y cónyuge	\$246.30	\$123.15	\$141.25	\$70.63	\$111.86	\$55.93
Miembro del equipo e hijos	\$190.15	\$95.08	\$130.85	\$65.42	\$102.49	\$51.25
Familia	\$327.10	\$163.55	\$231.51	\$115.75	\$185.81	\$92.90

## APORTES DE NÓMINA PARA GASTOS ODONTOLÓGICOS    APORTES DE NÓMINA PARA GASTOS OFTALMOLÓGICOS

	Aporte bisemanal	Aporte semanal
Miembro del equipo	\$3.97	\$1.99
Miembro del equipo y cónyuge	\$8.76	\$4.38
Miembro del equipo e hijos	\$9.01	\$4.50
Familia	\$14.52	\$7.26

	Aporte bisemanal	Aporte semanal
Miembro del equipo	\$2.92	\$1.46
Miembro del equipo y cónyuge	\$5.83	\$2.92
Miembro del equipo e hijos	\$6.13	\$3.07
Familia	\$9.63	\$4.82

Tenga en cuenta lo siguiente:

Si consume productos de tabaco, pagará un recargo de \$50 por periodo de pago bisemanal o \$25 por periodo de pago semanal por su cobertura médica.

# Contactos

## PLAN MÉDICO

### BCBST

Servicios al Miembro: 800-565-9140

Línea de enfermería: 800-262-2873

Soporte técnico: 800-924-7141

Livongo: 800-945-4355

Hinge Health: 855-902-2777

Teladoc: 800-TELADOC

Programa para dejar de fumar a través de Teladoc:

888-283-6691

Sitio web: [bcbst.com](http://bcbst.com)

## MEDICAMENTOS CON RECETA

### CVS Caremark

Servicios al Miembro: 800-565-9140

Sitio web: [bcbst.com/rxplan](http://bcbst.com/rxplan)

## FSA

### Surency

Servicio al Cliente: 866-818-8805

Sitio web: [surency.com](http://surency.com)

## PLAN ODONTOLÓGICO

### Delta Dental TN

Servicio al Cliente: 800-223-3104

Sitio web: [deltadentaltn.com](http://deltadentaltn.com)

## PLAN OFTALMOLÓGICO

### EyeMed

Servicio al Cliente: 866-939-3633

Sitio web: [eyemedvisioncare.com](http://eyemedvisioncare.com)

## SEGURO DE VIDA Y POR AD&D

### Lincoln Financial

Servicio al Cliente: 800-487-1485

Sitio web: [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com)

Código: MONOGRAM-EE

Preguntas sobre la EOI: 888-287-8494, opción 2

## SEGURO DE VIDA PERMANENTE

### Voya

Servicio al Cliente: 877-236-7564

Sitio web: [voya.com](http://voya.com)

## DISCAPACIDAD A CORTO PLAZO Y BENEFICIOS VOLUNTARIOS

### Lincoln Financial

Servicio al Cliente: 800-423-2765

Sitio web: [mylincolnportal.com](http://mylincolnportal.com)

Código: MONOGRAM-EE

Reclamos nuevos: 888-408-7300

Reclamos existentes: 800-291-0112

## SEGURO PARA MASCOTAS

### Pet Benefit Solutions

Servicio al Cliente: 800-891-2565

Correo electrónico: [customercare@petbenefits.com](mailto:customercare@petbenefits.com)

Sitio web: [wishboneinsurance.com/monogramfoods](http://wishboneinsurance.com/monogramfoods)

## PROGRAMA DE ASISTENCIA AL EMPLEADO

### ComPsych a través de Lincoln Financial

Servicio al Cliente: 888-628-4824

Sitio web: [guidanceresources.com](http://guidanceresources.com)

Nombre de usuario: LFGSupport

Contraseña: LFGSupport1

## PLAN DE JUBILACIÓN Y PLAN 401(K)

### Lincoln Financial

Servicio al Cliente: 800-234-3500

Sitio web: [lincolnfinancial.com](http://lincolnfinancial.com)

## DEFENSA DE MEDICARE

### Transitions Benefit Group

Servicio al Cliente: 800-936-1405

Sitio web: [transitionsbg.com](http://transitionsbg.com)

## ESPECIALISTA EN COMUNICACIÓN DE BENEFICIOS

### Lockton

Servicio al Cliente: 800-607-1404

Correo electrónico: [monogrambenefits@lockton.com](mailto:monogrambenefits@lockton.com)

# Notas

---

---

---

---

---

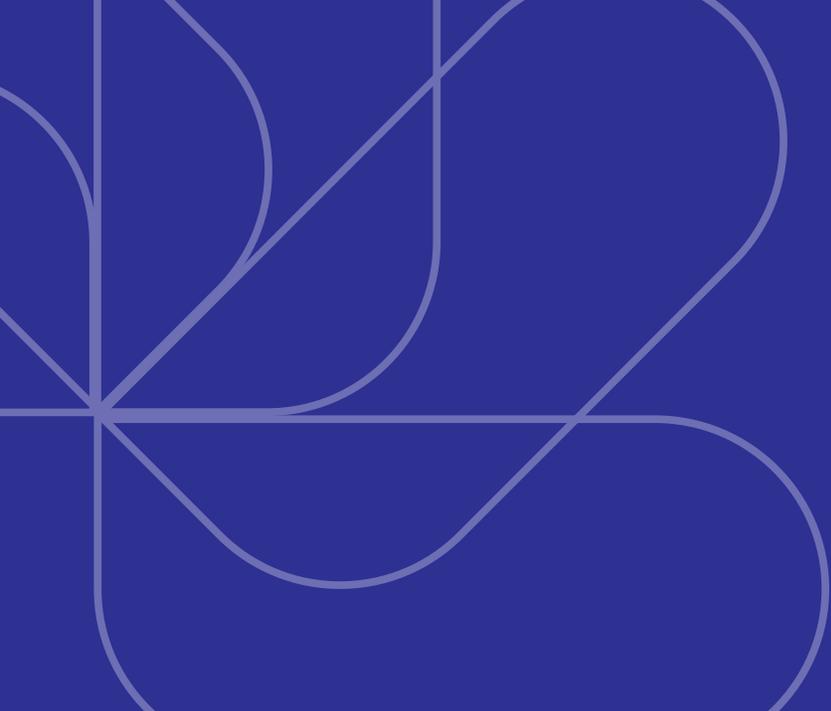
---

## Notas finales

Este resumen de beneficios no pretende ser una descripción completa de los planes de beneficios de seguros de Monogram Foods. Consulte los documentos del plan para obtener una descripción completa. Cada plan se rige en todos los aspectos por los términos del documento del plan legal, en lugar de por este o por cualquier otro resumen de los beneficios del seguro que el plan proporcione.

En caso de que exista alguna discrepancia entre uno de los resúmenes del plan y el documento oficial, prevalecerá lo indicado en el documento oficial. Si bien Monogram Foods mantiene sus planes de beneficios de manera continua, se reserva el derecho de cancelar o modificar cada plan en su totalidad o en parte en cualquier momento.

Póngase en contacto con el representante de Recursos Humanos de Monogram Foods si tiene preguntas con respecto a la información que se brinda en esta descripción general.



Las descripciones de los beneficios no constituyen una garantía de empleo ni de beneficios actuales o futuros. En caso de que exista alguna discrepancia entre esta guía y los documentos oficiales del plan, regirá lo indicado en los documentos oficiales.

