

RESUMEN DE BENEFICIOS DE 2024



**Ser fuerte.
Vivir bien.**

Esta guía presenta los detalles de sus beneficios de AvalonBay. Para obtener información detallada sobre las disposiciones y la elegibilidad del plan, consulte la información proporcionada en los documentos del plan. En caso de discrepancias entre la información de esta guía y un documento del plan, prevalecerá el documento del plan.

PLANES MÉDICOS DE 2024: AETNA

Es elegible para cobertura médica si es un asociado de tiempo completo que trabaja al menos 30 horas por semana. Los beneficios entrarán en vigencia el primer día del mes posterior a sus primeros 30 días de empleo, o en la fecha de entrada en vigencia de un cambio de puesto si ya es un asociado de AvalonBay.

La tabla abajo le proporciona una descripción general de las características de cobertura en la red de los planes médicos. Para obtener información completa sobre costos y cobertura, inicie sesión en mercermarketplace365plus.com/AvalonBay.

	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$1,850 HDHP	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$3,200 HDHP	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$400 PPO	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$900 PPO
Elegible para HSA	Sí	Sí	No	No
Contribución de la compañía a HSA	Salario del asociado inferior a \$50,000: \$600 para cobertura individual; \$1,200 si usted cubre dependientes Salario de \$50,000 o más: \$400 para cobertura individual; \$800 si cubre dependientes		No elegible	No elegible
Atención en la red: Sus costos				
Atención preventiva	Cubierta 100 % en la red, así que usted no paga nada	Cubierta 100 % en la red, así que usted no paga nada	Cubierta 100 % en la red, así que usted no paga nada	Cubierta 100 % en la red, así que usted no paga nada
Deducible individual	\$1,850	\$3,200	\$400	\$900
★ Deducible familiar	\$3,700 (familiar real)	\$6,400	\$800	\$1,800
Monto máximo en efectivo individual	\$3,500	\$6,400	\$2,200	\$3,000
Monto máximo en efectivo familiar	\$6,500	\$12,800	\$4,400	\$6,000
Su coseguro	20 %	30 %	20 %	20 %
Visita al consultorio (atención primaria/especialista)	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$20/copago de \$40	Copago de \$40/copago de \$60
Visitas de telemedicina de Lyra (después de 8 sesiones gratuitas)	20 % después del deducible	30 % después del deducible	\$20	\$40
Visitas de telemedicina de CirrusMD	20 % después del deducible	30 % después del deducible	\$15	\$30
Visita a salas de emergencias	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$150, luego 20 % después del deducible	20 % después del deducible
Recetas: Sus costos				
Minorista: suministro para 30 días Genéricos Del formulario No incluido en el formulario	20 % después del deducible 20 % después del deducible 20 % después del deducible	30 % después del deducible 30 % después del deducible 30 % después del deducible	No se aplica el deducible: Copago de \$10 Copago de \$30 Copago de \$60	No se aplica el deducible: Copago de \$10 30 % (\$25 mín., \$50 máx.) 45 % (\$40 mín., \$80 máx.)
Orden por correo: suministro para 90 días Genéricos Del formulario No incluido en el formulario	20 % después del deducible 20 % después del deducible 20 % después del deducible	30 % después del deducible 30 % después del deducible 30 % después del deducible	No se aplica el deducible: Copago de \$25 Copago de \$75 Copago de \$150	No se aplica el deducible: Copago de \$25 30 % (\$62.50 mín., \$125 máx.) 45 % (\$100 mín., \$200 máx.)

CONOZCA SU RECETA

Es importante que comprenda unos cuantos términos clave de los medicamentos recetados. Cotice un medicamento en <https://www.express-scripts.com/frontend/open-enrollment/AvalonBayCommunitiesInc>

Medicamentos genéricos:

copias de medicamentos de marca aprobadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA) en cuanto a posología, concentración, vía de administración, calidad y rendimiento.

Medicamento del formulario:

lista de medicamentos de marca preferidos por sobre otros porque proporcionan los mismos resultados clínicos a un costo menor.

Medicamento que no está incluido en el formulario:

medicamentos de marca que todavía están cubiertos por el plan, pero a un costo mayor para usted porque no se consideran preferidos.

★ **Recordatorio importante:** El Plan de \$1,850 tiene un deducible familiar real y un límite de bolsillo. Esto significa que si usted le da cobertura a un dependiente (por ejemplo, cónyuge, hijo o varios hijos), su familia deberá alcanzar el deducible familiar completo de \$3,700 antes de que se aplique el coseguro. Puede ser alcanzado por un miembro de la familia o por una combinación de varios miembros de la familia.

CUENTAS DE AHORROS Y DE GASTOS

Cuenta de ahorros para la salud (HSA): Fidelity

Si se inscribe en el Plan de deducible de \$1,850 o el Plan de deducible de \$3,200, es elegible para abrir y contribuir dinero a una Cuenta de ahorros para la salud (Health Savings Account, HSA) libre de impuestos a través de Fidelity.

Con una HSA:



PONGA SU DINERO LIBRE DE IMPUESTOS

- Contribuya a su HSA a través de deducciones del sueldo antes de impuestos (hasta los límites anuales del Servicio de Impuestos Internos [Internal Revenue Service, IRS]).
- Cambie su importe de contribución en cualquier momento en Mercer Marketplace 365+.
- Puede administrar su cuenta HSA visitando www.netbenefits.com o llamando al **800-544-3716**.



OBTENGA CONTRIBUCIONES DE LA COMPAÑÍA

- **Salario del asociado inferior a \$50,000:**
 - \$600 para cobertura individual
 - \$1,200 si cubre dependientes
- **Salario de \$50,000 o más:**
 - \$400 para cobertura individual
 - \$800 si cubre dependientes

Límites de contribución

En 2024, los límites sobre las contribuciones totales a su cuenta (suya y de AvalonBay) son los siguientes:

- Hasta \$4,150 para la cobertura individual
- Hasta \$8,300 para la cobertura familiar
- Los asociados que tendrán 55 años o más en el 2024 pueden contribuir otros \$1,000

Nota: La contribución de la compañía AVB se prorratea según el momento en que usted se inscribe en el plan médico de AVB. Los nuevos miembros de la HSA deben abrir una cuenta HSA con Fidelity para recibir la contribución de AvalonBay. Para abrir una cuenta, llame a Fidelity al 1-800-544-3716 o inicie sesión en su cuenta en www.netbenefits.com. Desde la página de inicio, haga clic en “Open” (Abrir) junto a Health Savings Account (Cuenta de ahorros para la salud). Si ya tiene una cuenta HSA, no necesita abrir una nueva, pero debe inscribirse para obtener la contribución del empleador.



PAGUE POR ATENCIÓN LIBRE DE IMPUESTOS*

- Pague por gastos elegibles médicos, dentales y oftalmológicos para usted y su familia usando su tarjeta de débito HSA (hasta el saldo disponible en su cuenta).
- Para ver una lista de gastos elegibles, visite irs.gov/publications/p502/index.html.



TRANSFIERE EL DINERO SIN USAR

- Todo el dinero de su HSA es suyo, año tras año, incluso si cambia de plan médico o abandona AvalonBay.
- Puede construir ahorros para pagar cargos de atención médica futura. Incluso puede invertir su dinero, brindándole la posibilidad del crecimiento de los ingresos libres de impuestos y una manera de planear por adelantado por sus costos médicos en el retiro.

* El dinero en una cuenta HSA se puede retirar libre de impuestos en tanto se use para pagar por gastos calificados relacionados con la salud. Si se usa el dinero para gastos no elegibles, pagará el impuesto a los réditos ordinario sobre el importe retirado, más una sanción impositiva del 20 % por retirar el dinero antes de los 65 años de edad.

CUENTAS DE AHORROS Y DE GASTOS (CONTINUACIÓN)

Combinación de FSA: Beneficios de WEX

Disponible solamente para asociados que se inscriben en el Plan de deducible de \$1,850 o el Plan de deducible de \$3,200

- Diseñada para trabajar junto con su Cuenta de ahorros para la salud (HSA) para oportunidades adicionales de ahorro de impuestos.
- Contribuye otros \$3,200 anualmente a través de deducciones del salario antes de impuestos. Solo se permiten gastos **dentales** y **oftalmológicos** hasta que alcance su deducible médico, luego se permiten los gastos médicos y en medicamentos recetados elegibles. Para una lista de gastos elegibles, visite irs.gov/publications/p502/index.html.
- Su contribución anual se dividirá en deducciones iguales de cada sueldo. Su importe de contribución anual completo está disponible para usted desde el comienzo del año del plan.
- El dinero no utilizado no pasa al año siguiente; **úselo o lo pierde**.

FSA para atención médica: Beneficios de WEX

Disponible a asociados que se inscriben en los Planes de deducibles de \$400 o \$900 o que no eligen la cobertura médica de AvalonBay

- Contribuye hasta \$3,200 anualmente a través de deducciones del salario antes de impuestos para ayudar a cubrir sus gastos médicos, oftalmológicos y dentales elegibles. Para una lista de gastos elegibles, visite irs.gov/publications/p502/index.html.
- Su contribución anual se dividirá en deducciones iguales de cada sueldo. Su importe de contribución anual completo está disponible para usted desde el comienzo del año del plan.
- El dinero no utilizado no pasa al año siguiente; **úselo o lo pierde**.

FSA para atención de dependientes: Beneficios de WEX

Disponible para todos los asociados

- Contribuye hasta \$5,000 anualmente a través de deducciones del salario antes de impuestos para ayudar a cubrir los gastos de atención de dependientes elegibles, como la guardería para niños y la atención de ancianos.
- Para una lista de gastos elegibles, visite irs.gov/publications/p503/index.html.
- Su contribución anual se dividirá en deducciones iguales de cada sueldo. Solo tiene acceso al dinero que efectivamente fue depositado en su cuenta.
- El dinero no utilizado no pasa al año siguiente; **úselo o lo pierde**.



PLANES MÉDICOS COMPLEMENTARIOS



Seguro de indemnización del hospital

Este plan pagará un importe establecido cuando incurra en determinados gastos médicos cubiertos. Puede usar este dinero para ayudar a cubrir las estadías en el hospital, servicio de ambulancia y determinados tratamientos hospitalizados o ambulatorios. El plan paga beneficios además de cualquier otro seguro.



Seguro contra accidentes

El seguro de accidentes lo ayuda a protegerse contra el estrés financiero inesperado si usted o un familiar cubierto tiene un accidente. Complementa su plan médico primario al proporcionar beneficios en efectivo en caso de lesiones accidentales.



Seguro contra enfermedad crítica

Cuando una enfermedad seria ataca, el seguro contra enfermedad crítica puede proporcionar apoyo financiero para ayudarlo en tiempos difíciles. Protege contra el impacto financiero de determinadas enfermedades, como un ataque cardíaco, cáncer o accidente cerebrovascular.

Estos planes están disponibles para usted independientemente de su elección médica de AvalonBay. Para obtener información completa sobre costos y cobertura y para inscribirse, visite mercermarketplace365Plus.com/AvalonBay.

PLANES DENTALES DE 2024: METLIFE

AvalonBay ofrece cobertura dental a través de MetLife para ayudarle a mantener una sonrisa sana a través de la atención preventiva regular y para corregir cualquier problema en cuanto ocurre. Para obtener información completa sobre costos y cobertura y para inscribirse, visite mercermarketplace365Plus.com/AvalonBay.

Planes dentales de 2024

- Plan Premier
- Plan Basic Plus

Características clave

- 100 % de cobertura en atención preventiva y diagnóstica en la red hasta el beneficio máximo anual (uso de proveedores de la red **PDP Plus**)
- Cobertura asequible que lo ayuda a manejar el costo del tratamiento dental
- Amplia red de proveedores que aceptaron tarifas negociadas, lo que le ayuda a ahorrar dinero

Detalles de la cobertura

	PLAN PREMIER	PLAN BASIC PLUS
En la red		
Deducible individual/familiar	\$25/\$75	\$50/\$150
Beneficio máximo anual	\$2,500	\$1,000
Servicios		
Preventivos	Usted paga \$0	Usted paga \$0
Básicos	Usted paga 20 %, el plan paga 80 %	Usted paga 30 %, el plan paga 70 %
Importantes	Usted paga 50 %, el plan paga 50 %	Usted paga 50 %, el plan paga 50 %
Coseguro de ortodoncia/máximo durante la vida (adultos y niños hasta los 19 años de edad)	50 %/\$2,500	No cubierto

Fuera de la red: Visite mercermarketplace365Plus.com/AvalonBay para obtener detalles de la cobertura

ENCONTRAR UN DENTISTA

¿Busca atención dental? Puede buscar a su dentista de MetLife para 2024 ahora. Visite metlife.com (red: PDP Plus).

PLAN OFTALMOLÓGICO DE 2024: VSP

Para ayudarle a mantener su vida concentrada, AvalonBay le ofrece la oportunidad de inscribirse en un seguro oftalmológico a través de VSP, que proporciona cobertura para exámenes oculares periódicos, anteojos y lentes de contacto para usted y sus dependientes elegibles.

Plan oftalmológico de 2024

Características clave

- Examen ocular cubierto cada año, con apenas un pequeño copago cobrado a usted
- Cobertura para anteojos recetados o lentes de contacto para que pueda elegir el método de corrección que prefiera
- Amplia red de proveedores que aceptaron tarifas negociadas, lo que le ayuda a ahorrar dinero
- Mayor cobertura disponible, incluido el programa Diabetic Eyecare Plus, atención oftalmológica por computadora y anteojos de seguridad

Detalles de la cobertura

	PLAN MEJORADO
En la red	
Examen	Uno cada 12 meses Copago de \$10
Anteojos recetados	Copago de \$10 La cobertura de los anteojos de seguridad ProTec también se ofrece a los asociados únicamente Visite el Centro de recursos de Mercer Marketplace 365+ para obtener información de cobertura adicional
Marcos	Uno cada 12 meses Asignación de \$175 para una selección de marcos Asignación de \$195 para marcas de marcos destacadas Ahorro del 20 % en el importe sobre su asignación
Lentes de contacto (en vez de anteojos)	Uno cada 12 meses Copago de hasta \$60 por examen Asignación de \$175 para lentes de contactos (no se aplica copago)
Fuera de la red: Visite mercermarketplace365plus.com/AvalonBay para obtener detalles de la cobertura	



Visite vsp.com para acceder a una amplia gama de descuentos en servicios/ productos como anteojos, anteojos de sol, LASIK, audífonos y más.



SEGURO DE VIDA, AD&D Y POR DISCAPACIDAD

BENEFICIOS PAGADOS POR LA COMPAÑÍA

Vida y AD&D básicos

AvalonBay proporciona seguro de vida y seguro por muerte accidental y desmembramiento (Accidental Death and Dismemberment, AD&D) básicos para asistirlos a usted y su familia en el caso de muerte o desmembramiento. Estos beneficios son pagados por la compañía en su totalidad. Nota: La cobertura pagada por la compañía es automática; usted no necesita inscribirse.

Los beneficios son iguales a:

- Seguro de vida básico: 1.5x su salario, hasta \$400,000.
- Seguro por AD&D básico: 1.5x su salario, hasta \$400,000.

Discapacidad a corto plazo (STD)

- El beneficio es automático y lo paga la compañía; no necesita inscribirse.
- La cobertura comienza después de una semana de discapacidad.
- Paga el 60 % de su salario, hasta un máximo de \$3,500 por semana. Los beneficios por discapacidad a corto plazo (Short-Term Disability, STD) adicionales por hasta ocho semanas están disponibles para las asociadas que califiquen para licencia médica por embarazo y parto.
- Los beneficios terminan después de 26 semanas.

Si su empleador debe, de acuerdo con la ley estatal, ofrecerle beneficios STD, sus beneficios por discapacidad se coordinarán entre su empleador y el estado. Esto es válido para empleados en California, Hawái, Massachusetts, Nueva York, Nueva Jersey, Rhode Island, Washington D. C. y Estado de Washington.

Discapacidad a largo plazo (LTD)

- El beneficio es automático y lo paga la compañía; no necesita inscribirse.
- La cobertura comienza cuando ha estado discapacitado por 180 días.

Paga el 60 % de su salario, hasta un máximo de \$9,000 por mes.

Accidentes en viajes de negocios

Cuando viaja en nombre de la compañía, esté seguro de que está protegido bajo una póliza de seguros contra accidentes en viajes de negocios pagada por la compañía si ocurre un accidente. La póliza proporciona cobertura para determinadas lesiones o muerte resultante de un accidente durante un viaje de negocios.

SEGURO DE VIDA Y AD&D VOLUNTARIO

Seguro de vida y AD&D complementario

Puede comprar más seguro de vida y AD&D para usted, así como cobertura para su cónyuge/pareja de hecho y su(s) hijo(s). Usted paga el costo total de cualquier cobertura de seguro de vida o AD&D complementario. Debe comprar cobertura para usted a fin de comprarla para sus dependientes.

Puede elegir la siguiente cobertura:

- Seguro de vida complementario: elija en incrementos de \$25,000, hasta \$1,000,000 o 5 veces su salario.
- Seguro por muerte accidental y desmembramiento (AD&D) complementario: elija en incrementos de \$25,000, hasta \$1,000,000 o 10 veces su salario. Si elige la cobertura familiar, los beneficios de los dependientes son una parte de los beneficios del empleado. Para obtener detalles de la cobertura, visite mercermarketplace365Plus.com/AvalonBay.

Seguro de vida y AD&D para el cónyuge/pareja de hecho: Puede comprar seguro de vida o AD&D para su cónyuge o pareja de hecho hasta los siguientes importes:

- Seguro de vida para el cónyuge/pareja de hecho: elija en incrementos de \$25,000 hasta \$500,000, sin exceder el 100 % de la cobertura del asociado.
- Seguro por AD&D para el cónyuge/pareja de hecho: puede comprar seguro por AD&D para su cónyuge o pareja de hecho. Para obtener detalles de la cobertura, visite mercermarketplace365Plus.com/AvalonBay.

Seguro de vida para el hijo: puede elegir seguro de vida para su hijo en incrementos de \$5,000 hasta \$20,000 para hijos entre 14 días y 26 años de edad.

Evidencia de asegurabilidad

Salvo un evento de vida que califique (p. ej., casamiento, nacimiento de un hijo), toda nueva elección de cobertura o aumento en las elecciones actuales, requerirá evidencia de asegurabilidad.

Montos de cobertura asegurada

Los nuevos empleados o asociados recientemente elegibles pueden seleccionar hasta \$300,000 en cobertura para ellos mismos y \$50,000 para su cónyuge sin proporcionar evidencia de asegurabilidad.

PLAN DE AHORROS PARA RETIRO 401(K): FIDELITY

Los empleados nuevos son inscritos de manera automática en el plan 401(k) tradicional a un nivel de contribución del 5 % después de 30 días de servicio.

Contribuciones

Puede contribuir hasta los límites del IRS, que en 2024 serán los siguientes:

- **\$23,000** si es menor de 50 años
- **\$30,500** si tiene 50 años o más

Estos límites incluyen sus contribuciones antes de impuestos, contribuciones Roth después de impuestos o una combinación de ambas.

AvalonBay equipara el 50 % de sus contribuciones al plan, sobre el primer 8 % que usted contribuye al plan.

PLAN DE COMPRA DE ACCIONES PARA EMPLEADOS: COMPUTERSHARE

AvalonBay ofrece a los asociados la oportunidad de comprar acciones de la compañía con un 15 % de descuento. Hay dos períodos de compra cada año: Del 1 de enero al 10 de junio y del 1 de julio al 10 de diciembre. Los asociados pueden inscribirse durante un período de elección anterior al comienzo de cada período de compra y se inscriben de manera automática en compras posteriores, a menos que decidan retirarse del programa.



BENEFICIOS DE LICENCIA REMUNERADA

Vacaciones

Acumulaciones a base de un período de pago que comienza el primer día del mes después de 30 días de empleo.

Años de servicio en AVB	ACUMULACIÓN ANUAL EN DÍAS	
	Asociados	Directores
Menos de 4	10	15
4, pero menos de 9	15	15
9, pero menos de 20	20	20
20 o más	25	25

Feriado

11 feriatos de la compañía por año. Los feriatos movibles se incluyen como parte del programa de feriatos.

Horario flexible

Solo para asociados fuera de California: hasta cuatro días por año para determinadas circunstancias.

Licencia por enfermedad

Todos los asociados acumulan una licencia por enfermedad durante todo el año. Los asociados de tiempo completo acumulan hasta 8 días por año, con la excepción de aquellos en CA que acumulan hasta 10 días por año. Consulte la política de licencia por enfermedad remunerada en el Manual del asociado para obtener detalles completos.

Licencia por intermisión

Los asociados con más de 15 años de servicio reciben hasta seis semanas de licencia remunerada.

Licencia por duelo

Hasta tres días por pérdida de un familiar cercano.

Licencia por servicio de jurado

Hasta 10 días de licencia remunerada.

Licencia parental remunerada

Bajo la póliza de licencia parental remunerada de AvalonBay, la compañía proporciona vacaciones pagadas a asociados elegibles tras el nacimiento, la adopción o la colocación de un hijo del asociado. Recibirá seis semanas de paga al 100 % de sus ingresos.

Es elegible para participar si ha completado más de un año de servicio con AvalonBay. Puede haber disponible una licencia remunerada adicional por discapacidad relacionada con el embarazo y el parto en virtud de los beneficios de Discapacidad a corto plazo. Tenga en cuenta que los asociados a tiempo parcial no son elegibles para la licencia parental remunerada.

PROGRAMAS DE BIENESTAR

Maven para ser padres

Maven, nuestro beneficio de planificación familiar, brinda apoyo a los asociados y a sus parejas en las distintas instancias de la maternidad o la paternidad, como tratamientos de fertilidad, congelación de óvulos, inseminación intrauterina o fertilización in vitro, embarazo, pérdida, adopción, subrogación e incluso atención pediátrica posparto y temprana. Maven es un servicio de conserjería sobre atención médica a pedido que ofrece atención médica moderna y holística a través de su clínica virtual.

Los asociados que se inscriben en Maven disfrutan de acceso a pedido a una red personalizada de proveedores que incluyen proveedores de salud mental, asesores de lactancia, parteras, comadronas, obstetras y ginecólogos, consejeros de sueño infantil, pediatras y más. Las citas se pueden programar por video, chat o teléfono.

Comience hoy mismo en mavenclinic.com/join/AvalonBay o envíe un correo electrónico a support@mavenclinic.com.

Además, los asociados regulares de tiempo completo que están inscritos en el plan médico de AVB pueden recibir \$5,000 en beneficios (máximo de por vida) con Maven Wallet, una característica que ofrece un reembolso fácil y apoyo a pedido para su proyecto de formación de familia. Para comenzar, todo lo que tiene que hacer es habilitar esta característica de reembolso en su aplicación de Maven.

Wellthy para cuidadores

Con los servicios de apoyo al cuidador Wellthy, puede obtener ayuda para cuidar de seres queridos ancianos, con enfermedad crónica o discapacitados. Cuando establece una cuenta con Wellthy, se le asigna un coordinador de atención dedicado que crea un plan y completa tareas por usted, todo a través de una moderna experiencia en línea. Los coordinadores de atención lo ayudarán programando citas, reabasteciendo las recetas, manejando autorizaciones previas, suministrando y averiguando el derecho a la ayuda domiciliaria, manejando el pase a un centro de atención, coordinando con las compañías de seguros y mucho más.

Inscríbase hoy mismo en <https://wellthy.com/AvalonBay/>.

Asistente de Health Advocate

Health Advocate es un servicio de asistencia médica gratuita que lo puede ayudar a resolver problemas de atención de salud y seguros. Su asistente de salud personal lo puede ayudar de muchas maneras, entre otras:

- **Encontrar un médico:** encuentre el médico nocturno, especialista u hospital adecuados en cualquier lugar del país.
- **Resolver reclamaciones y problemas de facturación:** desenmarañar facturas médicas y resolver problemas de reclamaciones y facturación.
- **Hacer citas:** hacer llamadas y programar citas.

¡Comience!

Para obtener más información acerca de los servicios de Health Advocate, o para comunicarse con un representante personal de Health Advocate, llame al **866-695-8622** o visite healthadvocate.com/AvalonBay.

RethinkCare

Cuidar a un niño con problemas de aprendizaje, conducta o interacción social, o con una discapacidad del desarrollo, puede ser estresante, y encontrar opciones de tratamiento en medio de nuestra ajetreada rutina laboral puede ser abrumador. Para ayudarlo a enfrentar estos desafíos, le ofrecemos un beneficio único para ayudar a que su hijo alcance su máximo potencial, brindándole herramientas, recursos y sesiones de consulta, y poniendo las mejores soluciones de tratamiento al alcance de su mano.

Después de inscribirse en RethinkCare, usted recibe sesiones virtuales individuales con expertos en conducta y educadores especiales, acceso a una videoteca basada en los principios del análisis conductual aplicado (Applied Behavior Analysis, ABA), recursos como materiales didácticos para imprimir, seminarios web dirigidos por expertos, capacidades de coordinación de la atención, herramientas de recopilación de datos e informe de progreso, foros de apoyo de pares y mucho más.

Comience hoy mismo visitando <https://connect.rethinkcare.com/sponsor/AvalonBay>, llamando al **800-714-9285** o enviando un correo electrónico a support@rethinkcare.

Salud mental y Programa de Asistencia al Empleado (EAP) de Lyra

El Programa de asistencia al empleado (Employee Assistance Program, EAP), proporcionado por Lyra, es un beneficio confidencial, gratuito que los ayuda a usted y sus familiares a vivir bien, en casa y en el trabajo. El EAP ofrece:

- Apoyo confidencial para una variedad de temas, incluido el equilibrio entre vida y trabajo, familia y relaciones, manejo de la depresión y el estrés, abuso de alcohol y sustancias, y más.
- Hasta ocho sesiones de asesoramiento gratuitas por año, luego tendrá acceso a atención continua dentro de la red.
- Asesoramiento por video a través de su smartphone, computadora o tableta, así como apoyo en persona para los miembros que puedan quererlo.
- Derivaciones a profesionales y servicios locales para adaptarse a sus necesidades.

Con Lyra, también puede obtener acceso a su propio consejero personal de Lyra, la plataforma de aprendizaje en línea de Lyra basada en la evidencia (Aprenda con Lyra), servicios financieros, servicios de cuidado de dependientes y más.

Visite avalonbay.lyrahealth.com o llame al **877-224-7661** para obtener más información.

PROGRAMAS DE BIENESTAR PARA AFILIADOS DE AETNA

CirrusMD

CirrusMD es un servicio virtual que permite a los miembros de Aetna conectarse con médicos certificados en menos de 60 segundos sin tiempos de espera. Envíe un mensaje de texto seguro a un médico sobre cualquier problema de salud, grande o pequeño, durante el tiempo que desee. Los médicos están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y las conversaciones no terminan hasta que usted obtenga las respuestas que necesita. CirrusMD tiene un menor costo que una visita de telemedicina tradicional, está cubierto por un seguro con un pequeño copago y cada visita le brinda siete días de acceso ilimitado.

Comience a chatear con un médico en 3 sencillos pasos:

1. Descargue la aplicación CirrusMD o visite mycirrusmd.com.
2. Regístrese con su nombre, fecha de nacimiento, código postal y dirección de correo electrónico.
3. Abra CirrusMD y simplemente escriba "hola".

Programa para dejar de fumar de Pelago

Pelago es un programa confidencial para ayudar a las personas a reducir el consumo de tabaco/nicotina con la ayuda de técnicas científicamente comprobadas y asesores y consejeros expertos, directamente desde su dispositivo móvil. Cuando se registra en Pelago, puede recibir:

- Asesoramiento virtual personalizado con un asesor/consejero personal
- Acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a actividades autoguiadas y contenido útil en la aplicación móvil de Pelago
- Acceso a medicamentos para ayudar a reducir los antojos de nicotina

Para comenzar, regístrese en my.pelagohealth.com/expressscripts o llame al **877-349-7755**.

Hinge Health

El Programa de atención de espalda y articulaciones de Aetna a través de Hinge Health ofrece apoyo a los asociados para ayudar a manejar problemas de salud musculoesqueléticos. A través del programa, obtiene acceso a Hinge Health, que puede ayudarle a controlar el dolor crónico de espalda y articulaciones a través de la terapia digital de ejercicios. Hinge Health proporciona:

- Un programa de 12 semanas a través de una tableta y sensores
- Apoyo personalizado de asesoramiento sobre salud
- Hasta seis visitas virtuales con un fisioterapeuta de Hinge Health
- Acceso a la aplicación interactiva de Hinge Health

Debe estar inscrito en el plan médico para calificar. El programa está disponible para asociados y dependientes mayores de 18 años. Para obtener más información, visite www.hingehealth.com/find/aetna. También puede llamar a su Centro de asistencia al **855-902-2777**, de lunes a viernes, de 6:00 a. m. a 6:00 p. m., hora del Pacífico, o enviar un correo electrónico a help@hingehealth.com.

Chronic Care Complete de Livongo

El programa Chronic Care Complete está diseñado para ayudar a las personas que viven con afecciones crónicas a mejorar sus resultados de salud al proporcionar apoyo personalizado y de alta calidad para abordar la prediabetes, la diabetes, la hipertensión, el control del peso y las inquietudes de salud mental. Si es elegible, recibirá dispositivos de monitoreo de salud fáciles de usar, trabajará con un asesor personal certificado de profesionales de atención crónica (Chronic Care Professionals, CCP) para establecer y lograr objetivos de salud, consultará a terapeutas autorizados para obtener apoyo de salud mental y accederá a médicos que pueden revisar y ajustar medicamentos, pedir análisis de laboratorio y proporcionar atención cuando sea necesario.

Quién puede unirse: Livongo se ofrece sin costo para usted y sus familiares que tienen diabetes y/o presión arterial alta que están cubiertos bajo un plan médico AvalonBay.

Para registrarse, visite get.livongo.com (código de compañía: AVN).



Historia de éxito con Livongo de Teladoc Health: Conozca a Umar

Mi médico dice que tengo prediabetes y que estoy en riesgo de desarrollar diabetes. Quería hacer más para tomar el control de mi salud. Gracias a Livongo de Teladoc Health pude hacer cambios conductuales y de estilo de vida que me ayudaron a lograr mis objetivos de salud.

Resultado n.º 1: Perdí 25 libras con la ayuda de una báscula conectada celularmente y la capacidad de registrar el seguimiento de alimentos y actividades para aumentar mi nivel de ejercicio.

Resultado n.º 2: Disminuí mi colesterol con la ayuda del apoyo adicional para la hipertensión que se ofrece a través de este programa*.

Resultado n.º 3: Adapté un estilo de vida más saludable con las herramientas y prácticas que aprendí de las sesiones de aprendizaje semanales impulsadas por la misión. Además, aproveché las sesiones ilimitadas de asesoramiento en vivo y personalizado con un asesor experto que me ayudó a identificar mis propios objetivos y planes de acción personalizados.

*Según sus objetivos de salud, también podría recibir un monitor de presión arterial.

PROGRAMAS DE BENEFICIOS VOLUNTARIOS Y DESCUENTOS

Tiene acceso a una variedad de programas adicionales que pueden ayudarlo a ahorrar dinero y proporciona asistencia importante con las necesidades de todos los días. Para obtener más información o para inscribirse, visite mercermarketplace365plus.com/AvalonBay.

Beneficios de transporte

Disponible para todos los asociados

- Contribuya hasta \$315 por mes antes de impuestos para pagar los gastos de estacionamiento.
- Contribuya hasta \$315 por mes antes de impuestos para pagar los gastos de transporte público (es decir, autobús, tren, metro, vehículo compartido).
- Puede comenzar a hacer deducciones del salario o dejar de hacerlas en cualquier momento del año.
- **Los fondos que no se utilizan se transfieren automáticamente al nuevo año sin necesidad de ninguna acción. Recuerde que debe presentar sus reclamaciones en un plazo de 180 días a partir de la fecha en que se produjo el gasto.**

Plan legal

MetLife Legal ofrece acceso económico a abogados para servicios legales como preparación del testamento, planificación del patrimonio y derecho de familia.

Seguro de mascotas

El seguro de mascotas a través de Nationwide puede darle tranquilidad, sabiendo que puede obtener ayuda en el pago de la atención de las mascotas.

- Cubre cirugía, costos de laboratorio, radiografías, recetas y más.
- Ofrece acceso a una línea de ayuda veterinaria las 24 horas para atención veterinaria.

Protección contra robo de identidad

Los servicios de Allstate monitorean su identidad, detectan fraude y recuperan su identidad en el caso de robo:

- Proporciona identidad proactiva y monitoreo de crédito, que lo protege contra el fraude de identidad.
- Ofrece servicio completo de restauración de identidad.

Seguro del auto y el hogar

Farmers GroupSelect le da acceso a pólizas de seguro personal que incluyen hogar (no disponible en MA o FL), auto y vehículos y botes recreacionales.

Descuento en centros de compra

Tenga acceso a precios, descuentos y ofertas exclusivos de cientos de comercios locales y nacionales a través del PerkSpot Online Discount Mall:

- Este servicio se le proporciona sin costo para usted.
- Ahorre hasta un 40 % a través de ofertas que le interesan, incluidos clubes de salud, cines, restaurantes, minoristas y proveedores de teléfono celular.
- Acceda hoy mismo en avalonbay.perkspot.com.

BENEFICIOS ADICIONALES

Descuentos en vivienda

Alquiler con descuentos cuando vive en una comunidad de AvalonBay.

Bonificación por recomendación de asociados

La compañía paga una bonificación cuando usted recomienda un nuevo asociado para el empleo y este completa con éxito el período introductorio de 90 días.

Programas de reconocimiento corporativo

La compañía ofrece una variedad de premios que reconocen el rendimiento individual y en equipo que demuestra el compromiso de AvalonBay con sus principales valores.

DESARROLLO PROFESIONAL

AvalonBay University

Programas educativos, técnicos, de capacitación de liderazgo y de administración pagados por la compañía; diseñados para ayudarlo a alcanzar su potencial completo y forjar una carrera en AvalonBay.

Becas

AvalonBay les brinda a los asociados elegibles y a sus dependientes dos becas: la Beca para estudios de la Familia Blair y la Beca para estudios Richard Michaux, a fin de ayudar con los gastos educativos.

Reembolso de la matrícula

AvalonBay proporciona reembolso de la matrícula a sus asociados. El reembolso máximo anual bajo nuestra póliza de Reembolso de la matrícula es de \$5,250 para programas de licenciatura y de posgrado.



TARIFAS DEL PLAN DE BENEFICIOS MÉDICOS, DENTALES Y OFTALMOLÓGICOS

Tarifas de deducción del salario quincenal de los asociados en el 2024

Quincenal (26 períodos de pago)	HSA de \$3,200					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$19.81	\$65.97	\$22.52	\$68.67	\$28.09	\$74.24
Individual + cónyuge	\$71.62	\$163.92	\$78.97	\$171.28	\$98.52	\$190.83
Individual + hijo(s)	\$56.65	\$125.88	\$62.58	\$131.82	\$78.05	\$147.28
Individual + familiar	\$157.88	\$250.19	\$171.75	\$264.06	\$214.41	\$306.72

Quincenal (26 períodos de pago)	HSA de \$1,850					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$34.62	\$80.77	\$36.75	\$82.91	\$45.84	\$91.99
Individual + cónyuge	\$118.74	\$211.05	\$127.21	\$219.52	\$158.72	\$251.03
Individual + hijo(s)	\$93.47	\$162.70	\$99.52	\$168.75	\$124.14	\$193.37
Individual + familiar	\$245.73	\$338.04	\$262.33	\$354.64	\$327.53	\$419.84

Quincenal (26 períodos de pago)	PPO de \$400					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$95.72	\$141.87	\$102.41	\$148.56	\$128.01	\$174.16
Individual + cónyuge	\$283.58	\$375.89	\$301.92	\$394.22	\$377.37	\$469.68
Individual + hijo(s)	\$210.61	\$279.84	\$224.55	\$293.78	\$280.66	\$349.89
Individual + familiar	\$493.81	\$586.12	\$525.08	\$617.39	\$656.30	\$748.61

Quincenal (26 períodos de pago)	PPO de \$900					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$56.80	\$102.95	\$60.19	\$106.35	\$75.24	\$121.39
Individual + cónyuge	\$182.15	\$274.45	\$194.86	\$287.16	\$243.55	\$335.86
Individual + hijo(s)	\$134.80	\$204.03	\$143.30	\$212.53	\$179.11	\$248.34
Individual + familiar	\$326.21	\$418.52	\$347.90	\$440.21	\$434.83	\$527.14

Quincenal (26 períodos de pago)	Planes dentales y oftalmológicos		
	Basic Plus Dental	Premier Dental c/ Ortho 2500 (adultos y niños)	Beneficios oftalmológicos
Individual	\$18.30	\$26.72	\$5.45
Individual + cónyuge	\$36.99	\$54.00	\$7.86
Individual + hijo(s)	\$33.14	\$48.38	\$7.99
Individual + familiar	\$53.82	\$78.58	\$12.69

Tarifas de deducción del salario semanal de los asociados en el 2024

Semanal (52 períodos de pago)	HSA de \$3,200					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$9.91	\$32.98	\$11.26	\$34.34	\$14.04	\$37.12
Individual + cónyuge	\$35.81	\$81.96	\$39.49	\$85.64	\$49.26	\$95.42
Individual + hijo(s)	\$28.32	\$62.94	\$31.29	\$65.91	\$39.03	\$73.64
Individual + familiar	\$78.94	\$125.10	\$85.88	\$132.03	\$107.21	\$153.36

Semanal (52 períodos de pago)	HSA de \$1,850					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$17.31	\$40.39	\$18.38	\$41.45	\$22.92	\$46.00
Individual + cónyuge	\$59.37	\$105.52	\$63.60	\$109.76	\$79.36	\$125.51
Individual + hijo(s)	\$46.73	\$81.35	\$49.76	\$84.38	\$62.07	\$96.69
Individual + familiar	\$122.87	\$169.02	\$131.17	\$177.32	\$163.77	\$209.92

Semanal (52 períodos de pago)	PPO de \$400					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$47.86	\$70.94	\$51.21	\$74.28	\$64.00	\$87.08
Individual + cónyuge	\$141.79	\$187.95	\$150.96	\$197.11	\$188.68	\$234.84
Individual + hijo(s)	\$105.30	\$139.92	\$112.28	\$146.89	\$140.33	\$174.95
Individual + familiar	\$246.90	\$293.06	\$262.54	\$308.70	\$328.15	\$374.30

Semanal (52 períodos de pago)	PPO de \$900					
	Salario <\$50,000		Salario ≥\$50,000 No funcionario		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$28.40	\$51.48	\$30.10	\$53.17	\$37.62	\$60.69
Individual + cónyuge	\$91.07	\$137.23	\$97.43	\$143.58	\$121.78	\$167.93
Individual + hijo(s)	\$67.40	\$102.01	\$71.65	\$106.26	\$89.55	\$124.17
Individual + familiar	\$163.11	\$209.26	\$173.95	\$220.10	\$217.41	\$263.57

Semanal (52 períodos de pago)	Planes dentales y oftalmológicos		
	Basic Plus Dental	Premier Dental c/ Ortho 2500 (adultos y niños)	Beneficios oftalmológicos
	Individual	\$9.15	\$13.36
Individual + cónyuge	\$18.50	\$27.00	\$3.93
Individual + hijo(s)	\$16.57	\$24.19	\$3.99
Individual + familiar	\$26.91	\$39.29	\$6.35