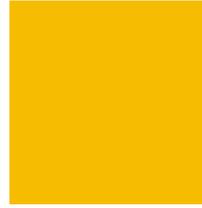


AvalonBay
COMMUNITIES



GUÍA DE INSCRIPCIÓN ABIERTA DE 2025

Prepárese para inscribirse:
Del 24 de octubre al 11 de
noviembre de 2024

Crear una
mejor manera
de trabajar

Para leer en español, vaya al reverso.

ASPECTOS DESTACADOS DE LOS BENEFICIOS DE 2025

Para el 2025, verá los siguientes cambios:

¡NUEVO! Apoyo adicional de Maven y Wellthy

Obtenga ayuda para abordar los desafíos de la mediana edad y la menopausia a través de Maven, así como para encontrar y evaluar opciones de atención alternativas a través de Wellthy.

- Consulte la **página 18** para obtener más detalles.

¡NUEVO! Apoyo adicional de Hinge para la salud del piso pélvico

Los asociados inscritos en los planes médicos de Aetna tendrán acceso a una terapia del piso pélvico que ayuda a las mujeres en todas las etapas de la vida. Consulte la **página 19** para obtener más información.

¡NUEVO! Proveedor de planes médicos complementarios

Nuestros planes médicos complementarios (indemnización del hospital, accidentes y enfermedades críticas) ahora se brindarán a través de Reliance Standard Life Insurance (RSLI). Disfrute de los mismos excelentes beneficios a costos más bajos.

- Consulte la **página 20** para obtener más información.

Límites máximos de contribución actualizados

Los límites máximos anuales de la cuenta de ahorros para la salud y la cuenta de gastos flexibles aumentarán.

- Consulte las **páginas 11 a 13** para obtener más información.

¡BIENVENIDO A LA INSCRIPCIÓN ABIERTA!

¡NUEVA! Plataforma de inscripción

Mercer Marketplace 365+ ha cambiado su nombre a Aptia365. Para inscribirse en sus beneficios, ahora debe visitar **Aptia365.com/AvalonBay** o utilizar su Iniciador de aplicaciones myAvalonBay. Obtenga más información sobre cómo inscribirse en la **página 7**.

Utilice esta guía para investigar sus beneficios y recibir información acerca de cómo inscribirse a través de Aptia365 entre el **24 de octubre y el 11 de noviembre**. Si tiene preguntas, llame al **1-855-601-1762**.



¿QUÉ HAY EN EL INTERIOR?

Noticias sobre beneficios.....	4
¿Quién es elegible para la cobertura de beneficios?	5
Hacer cambios en los beneficios.....	5
Tarifas del plan de beneficios médicos, dentales y oftalmológicos	25
Lista de contactos.....	27
Aplicaciones móviles.....	28

INSCRIPCIÓN

Herramientas de inscripción.....	6
Cómo inscribirse.....	7

SALUD

Cobertura médica de Aetna.....	8
Cuentas de ahorros y de gastos	11
Beneficios de transporte	13
MetLife Dental.....	14
VSP Vision.....	15
Beneficios de bienestar.....	16
Salud mental y EAP de Lyra.....	17
Planes médicos complementarios.....	20
Aptia365 HUB	20

PATRIMONIO

Plan de ahorros para la jubilación 401(k).....	21
Seguro de vida, AD&D y por discapacidad.....	22
Beneficios de licencia remunerada.....	23
Plan de compra de acciones para empleados	23
Programas de beneficios voluntarios y descuentos.....	24
Beneficios adicionales.....	24
Desarrollo profesional.....	24

¿NECESITA AYUDA?

Los asesores de beneficios de Aptia365 están listos para ayudarle a comprender sus opciones y hacer las elecciones correctas para sus necesidades y su presupuesto. Se dispone de asesores que hablan español. Simplemente llame al número de acceso gratuito o use la función de chat en línea:



Llame al: 1-855-601-1762

Del 5 de octubre al 23 de noviembre:

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 9 p. m., hora del este. Hay cobertura los sábados de 10 a. m. a 2 p. m., hora del este.

Después del 23 de noviembre:

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 9 p. m., hora del este.



Chat: [Aptia365.com/AvalonBay](https://www.aptia365.com/AvalonBay)

De lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 9:00 p. m., hora del este.

Asistentes virtuales disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN

- Visite [avalonbaybenefits.com](https://www.avalonbaybenefits.com) para obtener información acerca de nuestros programas de beneficios de 2025.
- Asista a una reunión en vivo o inscribáse para una cita individual con el Equipo de Beneficios de AVB para obtener respuestas a sus preguntas. Visite [avalonbaybenefits.com](https://www.avalonbaybenefits.com) para inscribirse.



NOTICIAS SOBRE BENEFICIOS

Nuevo sitio web de inscripción: Aptia365

La Inscripción abierta para 2025 es pasiva, lo que significa que todas las elecciones se transferirán a 2025, con la excepción de las elecciones de la cuenta de ahorros para la salud (Health Savings Account, HSA), la cuenta de gastos flexibles (Flexible Spending Account, FSA) y el beneficio de transporte.

Sin embargo, le recomendamos que inicie sesión para revisar sus elecciones y completar su tarea de inscripción abierta para asegurarse de que satisfagan sus necesidades y las de su familia para el año del plan 2025.

Mercer Marketplace 365+ ahora es Aptia365. De ahora en adelante, se inscribirá a través de la plataforma Aptia365 visitando Aptia365.com/AvalonBay o accediendo a Aptia365 a través de su Iniciador de aplicaciones myAvalonBay. Para comenzar a inscribirse, seleccione "Get Started" (Comenzar) y siga las instrucciones para registrarse.

► **Para obtener más información sobre cómo inscribirse y sobre funciones útiles que ofrece Aptia365, consulte la [página 7](#).**



Cambios en el plan médico

Cambio en el plan de \$3,200: debido a los cambios en las reglas del Servicio de Impuestos Internos (Internal Revenue Service, IRS), AVB tuvo que aumentar el deducible a \$3,300 para 2025. Los deducibles anuales y los gastos de bolsillo máximos aumentarán para este plan, y los asociados inscritos en el plan médico de \$3,200 en 2024 quedarán automáticamente inscritos en la opción de plan médico de \$3,300 para 2025, a menos que tomen alguna medida.

Cobertura adicional de fertilidad: AVB ampliará el acceso a la inseminación artificial (Artificial Insemination, AI) como un beneficio médico para el cual no se requiere contar con un diagnóstico de infertilidad. Esta cobertura garantiza que los asociados tengan acceso a servicios importantes para la formación de una familia.

Cambios en las primas de nómina: en 2025, los asociados que ganen menos de \$55,000 por año tendrán un descuento en sus costos de nómina para la cobertura médica. Anteriormente, el descuento estaba destinado a los asociados que ganan menos de \$50,000 por año.

► **Consulte la [página 8](#) para obtener más información sobre los planes médicos de Aetna.**

Cambios en el plan 401(k)

Se prevé que la contribución anual máxima permitida por el IRS para su Plan de ahorros para la jubilación 401(k) será de \$24,000 en 2025. Si tiene 50 años o más, puede realizar contribuciones adicionales para ponerse al día de \$8,000 o de \$10,000 (previstas), si tiene entre 60 y 63 años.

► **Consulte la [página 21](#) para obtener más información.**

Otras noticias de salud

• Atención de Maven para la mediana edad y la menopausia

Ampliaremos los servicios de Maven para proporcionar apoyo inclusivo para abordar los desafíos de la mediana edad y la menopausia. Maven ofrece apoyo para la salud mental, control personalizado de los síntomas, acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a proveedores que se especializan en la menopausia y la salud de la mediana edad, asesoramiento sobre el estilo de vida, y mucho más.

► **Consulte la [página 18](#) para obtener más detalles.**

• Nuevo proveedor de beneficios voluntarios

Reliance Standard Life Insurance (RSLI) será nuestro nuevo proveedor de nuestros planes médicos complementarios (indemnización de hospital, accidentes y enfermedades críticas) en lugar de Aflac. Se seguirán ofreciendo los mismos planes a mejores tarifas y sus elecciones de 2024 se transferirán a 2025.

► **Consulte la [página 20](#) para obtener más información.**

• Cambios en los límites de contribución a la HSA y a la FSA:

– **Cuenta de ahorros para la salud (HSA):** en 2025, la contribución anual máxima permitida por el IRS aumentará a \$4,300 para la cobertura individual y a \$8,550 para la cobertura familiar.

► **Consulte la [página 11](#) para obtener más información.**

– **FSA para atención médica:** se prevé que la contribución anual máxima del IRS aumentará a \$3,300 en 2025.

► **Consulte la [página 12](#) para obtener más información.**

• **Atención alternativa de Welthy:** apoyo de expertos para la planificación previa y la evaluación de un círculo de atención alternativa con el fin de contar con apoyo urgente y en el momento, en el caso de que la atención se interrumpa.

► **Consulte la [página 18](#) para obtener más información.**

¿QUIÉN ES ELEGIBLE PARA LA COBERTURA DE BENEFICIOS?

Los asociados regulares que trabajan al menos 30 horas programadas por semana son elegibles para recibir los beneficios para trabajadores de tiempo completo:

- Seguro médico, dental y oftalmológico
- Seguro de vida/por discapacidad
- Cuentas de gastos flexibles (FSA)
- Cuenta de ahorros para la salud (HSA)
- Vacaciones, licencia por enfermedad, horario flexible y feriados movibles
- 401(k)
- Plan de compra de acciones para empleados (ESPP)
- Seguro médico complementario
- Programas de beneficios voluntarios y descuentos
- Programas de bienestar
- Maven Wallet

Los asociados regulares que trabajan como mínimo 16 horas programadas, pero menos de 30 horas por semana son elegibles para recibir los beneficios para trabajadores de tiempo parcial:

- Seguro dental y oftalmológico
- 401(k)
- Plan de compra de acciones para empleados (ESPP)
- Seguro médico complementario
- Programas de beneficios voluntarios y descuentos
- Programas de bienestar

Los asociados temporales son elegibles para los siguientes beneficios:

- Beneficios de transporte
- Beneficios de la vida y el trabajo
- 401(k) después de alcanzar las 1,000 horas de servicio

En el caso de la cobertura médica, dental y oftalmológica, usted puede brindar cobertura a los siguientes dependientes elegibles:

- Su cónyuge o pareja de hecho (del mismo o distinto sexo)
- Sus hijos elegibles hasta los 26 años
- Sus hijos biológicos, hijastros, adoptivos y de crianza, y los hijos de su pareja de hecho
- Sus hijos discapacitados elegibles mayores de 26 años, incluidos los hijos discapacitados elegibles de su cónyuge o pareja de hecho

HACER CAMBIOS EN LOS BENEFICIOS

Después de que termine el período de Inscripción abierta de este año, es posible que no pueda cambiar ni cancelar sus elecciones de beneficios durante 2025, a menos que tenga un evento de vida que califique. De lo contrario, su próxima oportunidad para cambiar sus beneficios será durante la Inscripción abierta para los beneficios de 2026.

Los eventos de vida que califican son, entre otros:

- Matrimonio
- Divorcio o separación legal
- Nacimiento o adopción de un hijo elegible
- Muerte de su cónyuge o hijo cubierto
- Pérdida o agregado de otra cobertura grupal
- Cambio en el estado laboral de su cónyuge
- Cambio en su estado laboral que afecta sus beneficios
- Cambio en la residencia que afecta su elegibilidad para cobertura
- Usted o su dependiente cubierto pasan a ser elegibles para Medicare

¿Qué hacer si experimenta un evento de vida?

Si necesita hacer cambios en sus elecciones de beneficios como resultado de un evento de vida, visite Aptia365 o llame a un asesor de beneficios al **1-855-601-1762**.

VERIFIQUE SUS DEPENDIENTES

El estado de sus dependientes debe ser verificado si los inscribirá en un plan de beneficios AvalonBay por primera vez.

Para completar el proceso de verificación, visite Aptia365 y siga los mensajes en pantalla para verificar el estado de cada uno de sus dependientes.



INSCRIPCIÓN

PASOS PARA EL ÉXITO EN LA INSCRIPCIÓN ABIERTA

Lista de verificación previa a la inscripción

Use esta lista de verificación para prepararse para la inscripción abierta.

- **Para obtener información sobre sus opciones de beneficios, consulte esta Guía de inscripción abierta, y visite avalonbaybenefits.com** para determinar qué opciones funcionarán mejor para usted y su familia.
- **Asista a una reunión en vivo o un seminario web.** Visite avalonbaybenefits.com para ver el cronograma de reuniones. Se publicará una grabación del seminario web en la página de SharePoint de Inscripción abierta para beneficios de AvalonBay.
- **Programe una reunión personal con el Departamento de Beneficios de AVB** para obtener respuestas a sus preguntas personales. Visite avalonbaybenefits.com para conocer el horario de atención e inscribirse.
- **Reserve tiempo en su calendario entre el 24 de octubre y el 11 de noviembre** para completar sus tareas de Inscripción abierta.



Pasos de inscripción

- 1. A partir del 24 de octubre, visite el sitio web de Aptia365, Aptia365.com/AvalonBay,** o utilice su Iniciador de aplicaciones myAvalonBay.
 - 2. Revise y actualice su información personal, incluidos dependientes.** Asegúrese de que la información de sus dependientes sea correcta y que todos sus dependientes sigan siendo elegibles (consulte la **página 5**). Cargue evidencia de verificación de dependientes si agregará a un nuevo dependiente.
 - 3. Revise y actualice a sus beneficiarios (en especial si sus circunstancias personales han cambiado),** y recuerde nombrarlos al inscribirse.
 - 4. Responda algunas preguntas sobre sus necesidades y prioridades de salud en Aptia365.** Esto ayudará al sitio web a identificar la mejor cobertura para sus necesidades. Piense acerca de sus necesidades de cobertura, incluida cuánta atención médica anticipa necesitar, y si su seguro de vida y discapacidad actual proporciona suficiente protección.
 - 5. Infórmese sobre los beneficios.** Compare las características y costos del plan. Use los videos, artículos y herramientas del Centro de conocimiento para obtener más información sobre los planes disponibles para usted. Calcule sus gastos de atención médica de bolsillo para el próximo año para determinar un monto adecuado para contribuir a una cuenta de gastos flexibles o cuenta de ahorros para la salud, según el plan médico que haya elegido.
 - 6. Compare sus beneficios.** Compare sus elecciones actuales de 2024 con sus elecciones planificadas para 2025 para asegurarse de no perderse nada.
 - 7. Complete su inscripción en los beneficios a más tardar el 11 de noviembre de 2024.** Puede completar sus selecciones de beneficios a través del centro de llamadas con un representante. Revise detenidamente todas sus opciones de beneficios antes de finalizar sus decisiones. Recuerde que puede cambiar sus selecciones incluso después de enviarlas en línea, hasta la fecha límite de inscripción. Después de la fecha límite, solo puede hacer cambios en ciertas situaciones.
- 8. Haga una captura de pantalla, imprima o guarde la confirmación de inscripción al finalizar la inscripción.** Las selecciones que haga entrarán en vigencia el 1 de enero de 2025.

CÓMO INSCRIBIRSE

Actúe antes del 11 de noviembre de 2024

Durante la inscripción abierta, utilizará Aptia365 para elegir sus beneficios para 2025.

INSCRÍBASE EN LÍNEA

Cómo inscribirse

- Visite el sitio web de Aptia365, Aptia365.com/AvalonBay, seleccione "Get Started" (Comenzar) y siga las instrucciones para registrarse o acceda a Aptia365 Benefits Marketplace a través de su Iniciador de aplicaciones myAvalonBay para acceder fácilmente sin iniciar sesión.

Autenticación multifactor (MFA)

- La autenticación multifactor (Multi-factor Authentication, MFA) combina su nombre de usuario y contraseña con un código numérico temporal que se le envía como un factor de seguridad adicional para confirmar su identidad y mantener su información segura. Cada vez que inicie sesión, completará el proceso del código de MFA.
- Deberá proporcionar los últimos cuatro dígitos de su número de la seguridad social (Social Security Number, SSN), su apellido, fecha de nacimiento y código postal.
- Elija el correo electrónico o el número de teléfono que su empleador proporcionó. Se enviará un código de verificación al dispositivo que seleccionó y deberá ingresar ese código para completar el registro.
- Si no se ha proporcionado un correo electrónico o número de teléfono, deberá agregar una dirección de correo electrónico en este momento. Puede ingresar un correo electrónico o número de teléfono alternativo para que se utilice en verificaciones futuras.

Orientación de expertos

- Utilice la herramienta de apoyo para la toma de decisiones de Orientación de expertos para obtener asesoramiento sobre qué paquetes de atención médica se adaptan mejor a usted y a su familia. Solo deberá responder algunas preguntas y se le pedirá que seleccione el paquete o lo siga personalizando para satisfacer mejor sus necesidades.

¿Cómo funciona la Orientación de expertos?

- Comienza con algunas preguntas confidenciales en línea para conocerle mejor.
- Sus respuestas permiten que la herramienta de Orientación de expertos encuentre las mejores opciones para usted.

INSCRÍBASE POR TELÉFONO O CHAT

Cuando necesite hablar con una persona real, comuníquese con un asesor de beneficios de Aptia365 por teléfono o por chat en línea. Los asesores conocen bien nuestros beneficios y pueden ayudarle a revisar sus opciones de cobertura, responder todas sus preguntas sobre beneficios y proporcionarle una orientación en el proceso de inscripción. Se dispone de asesores que hablan español.

Llame al: 1-855-601-1762

Del 5 de octubre al 23 de noviembre:

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 9 p. m., hora del este. Sábados de 10 a. m. a 2 p. m., hora del este.

Después del 23 de noviembre:

De lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 9:00 p. m., hora del este.

Chat:

Aptia365.com/AvalonBay

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 9 p. m., hora del este.

Asistentes virtuales disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

¡ACERCA DE LA INSCRIPCIÓN ABIERTA DE ESTE AÑO!

Sus elecciones de beneficios actuales se transferirán al año 2025, a menos que haga una elección activa durante la Inscripción abierta para cambiarlas.

Tome medidas antes del 11 de noviembre para lo siguiente:

- ✓ Hacer cambios en sus elecciones de beneficios actuales para 2025
- ✓ Participar en los beneficios de HSA, FSA y transporte, **ya que no se transfieren**
- ✓ Hacer cambios en sus beneficiarios actuales
- ✓ Agregar o eliminar un dependiente de su cobertura

Los asociados inscritos en el plan médico de \$3,200 quedarán automáticamente inscritos en el plan médico de \$3,200 para 2025, a menos que tomen alguna medida.

Su próxima oportunidad para inscribirse será el próximo otoño durante la Inscripción abierta para la cobertura que entrará en vigencia el año siguiente.

SALUD

CirrusMD — PROVEEDOR DE TELEMEDICINA

Los miembros del plan médico de AVB obtienen acceso a una red de médicos y especialistas a pedido. Para comenzar a chatear con un médico, descargue la aplicación CirrusMD o visite mycirrusmd.com, luego regístrese con su nombre, fecha de nacimiento, código postal y dirección de correo electrónico, y luego abra CirrusMD y simplemente escriba "hola".

¿DÓNDE PUEDO OBTENER MI TARJETA DE IDENTIFICACIÓN MÉDICA?

Las tarjetas de identificación médica se envían por correo a su domicilio particular que figura en nuestros registros. Para solicitar una nueva tarjeta de identificación, regístrese en www.aetna.com. Incluso puede guardar una copia de su tarjeta de identificación en su teléfono móvil directamente desde la aplicación móvil Aetna Health.

AETNA MEDICAL

Para apoyar su salud, AvalonBay proporciona valiosos beneficios que les ayudarán a usted y a su familia a mantenerse sanos y a pagar por la atención ante una enfermedad o lesión. Puede elegir entre cuatro planes médicos a través de Aetna, dos planes PPO y dos planes médicos HSA, con una gama de niveles de cobertura y costos, para que tenga la flexibilidad de seleccionar la opción que sea mejor para usted. Los cuatro planes le permiten visitar a cualquier proveedor que desee dentro de la red de proveedores de Aetna, pero pagará menos cuando se mantenga en la red.

Elija el lugar adecuado para la atención médica

Los problemas médicos pueden variar desde menores a con peligro para la vida. La determinación de la seriedad de un problema médico y la decisión de a dónde ir para recibir atención pueden ser abrumadoras, haciendo que muchos simplemente vayan a la sala de emergencias cuando su médico no está disponible. Sin embargo, esta puede ser una decisión costosa. La factura promedio de la sala de emergencias (Emergency Room, ER) supera los \$1,200¹, y la ER también puede costarle mucho tiempo, ya que el tiempo promedio que se pasa en la ER de dos horas². **Usted cuenta con una variedad de opciones para obtener la atención médica correcta al precio correcto.**

Opciones de atención médica inmediata	Costo	Tiempo	Gravedad
Telemedicina	\$	⌚	+
Clínicas de atención médica en tiendas de compras	\$	⌚ ⌚	+
Proveedor de atención primaria	\$ \$	⌚ ⌚ ⌚	++
Centros de atención de urgencia	\$ \$ \$	⌚ ⌚	+++
Salas de emergencias	\$ \$ \$ \$	⌚ ⌚ ⌚ ⌚	++++

¹Fuente: Agency for Healthcare Research and Equality

²Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

USE LA ATENCIÓN PREVENTIVA PARA SU VENTAJA

Use estos recursos, junto con su atención preventiva dentro de la red **gratuita** (que se incluye en todos nuestros planes médicos) para alcanzar su mejor salud. Ejemplos de atención preventiva incluyen:

- Exámenes físicos anuales para todos los miembros cubiertos.
- Pruebas de presión arterial, diabetes y colesterol.
- Muchos exámenes de detección del cáncer adecuados para la edad, que incluyen mamografías y colonoscopías.
- Asesoramiento sobre temas como dejar de fumar, perder peso, comer sano, tratamiento de la depresión y reducción del uso de alcohol.
- Vacunas de rutina contra la gripe, la COVID, el sarampión, la poliomielitis, la meningitis y más.

USE PROVEEDORES DE AETNA DENTRO DE LA RED PARA AHORRAR

Dentro de la red se refiere a médicos, laboratorios, hospitales y otros centros médicos que han sido contratados por su plan de Aetna para prestar servicios a sus miembros.

- Los proveedores dentro de la red tienen costos más bajos, lo que reduce sus gastos de bolsillo.
- La atención preventiva está cubierta en su totalidad.
- Visite aetna.com o comuníquese con el equipo de Servicios de Conserjería de Aetna llamando al **855-586-6958** para encontrar proveedores en su área.

CÓMO ENCONTRAR UN MÉDICO

Inicie sesión en su cuenta en www.aetna.com o a través de la aplicación móvil Aetna Health. También puede llamar a los Servicios de Conserjería de Aetna al **855-586-6958**.

PLANES MÉDICOS DE AETNA DE 2025

PLAN DE DEDUCIBLE DE \$1,850 (HDHP)

Es compatible con: Cuenta de ahorros para la salud (HSA); combinación de cuenta de gastos flexibles (CFSA)

DEDUCCIONES DEL SALARIO

BAJAS

DEDUCIBLE

ALTAS

Ideal si usted:

- ✓ Quiere usar una cuenta de ahorros para la salud (HSA) con ventajas impositivas y recibir la contribución de AvalonBay en su cuenta
- ✓ Tiene necesidades médicas y de medicamentos recetados predecibles
- ✓ Puede administrar su flujo de efectivo para cubrir el deducible alto antes de que el plan comience a pagar los costos

PLAN DE DEDUCIBLE DE \$3,300 (HDHP)

Es compatible con: Cuenta de ahorros para la salud (HSA); combinación de cuenta de gastos flexibles (CFSA)

DEDUCCIONES DEL SALARIO

MÁS BAJAS

DEDUCIBLE

MÁS ALTAS

Ideal si usted:

- ✓ Quiere usar una cuenta de ahorros para la salud (HSA) con ventajas impositivas y recibir la contribución de AvalonBay en su cuenta
- ✓ Tiene necesidades médicas y de medicamentos recetados predecibles
- ✓ Puede administrar su flujo de efectivo para cubrir el deducible alto (el más alto de todos los planes disponibles) antes de que el plan comience a pagar los costos

PLAN DE DEDUCIBLE DE \$400 (PPO)

Es compatible con: Cuenta de gastos flexibles (FSA) para atención médica

DEDUCCIONES DEL SALARIO

MÁS ALTAS

DEDUCIBLE

MÁS BAJAS

Ideal si usted:

- ✓ Se siente cómodo pagando deducciones del salario más altas
- ✓ Desea mantener los costos bajos cuando visita al médico o recibe atención
- ✓ Le preocupa la administración del flujo de efectivo, ya que los copagos y deducibles del plan son más bajos

PLAN DE DEDUCIBLE DE \$900 (PPO)

Es compatible con: Cuenta de gastos flexibles (FSA) para atención médica

DEDUCCIONES DEL SALARIO

ALTAS

DEDUCIBLE

BAJAS

Ideal si usted:

- ✓ Se siente cómodo pagando deducciones del salario más altas
- ✓ Desea mantener los costos bajos cuando visita al médico o recibe atención
- ✓ Le preocupa la administración del flujo de efectivo, ya que los copagos y deducibles del plan son más bajos

ORIENTACIÓN DE EXPERTOS

Aptia365 muestra con claridad los costos y la cobertura de cada plan para facilitar su decisión. Después de revisar sus preferencias de perfil, puede responder a unas sencillas preguntas para ver qué plan puede ser la "mejor opción" para sus necesidades y preferencias para ayudarle a hacer sus elecciones de beneficios.

RESÚMENES DE BENEFICIOS Y COBERTURA

Tiene acceso a un Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC) para cada una de sus opciones de plan médico. Estos documentos proporcionan información detallada acerca de la cobertura y los costos para ayudarle a comparar planes y tomar decisiones informadas. Para acceder al SBC, visite el Centro de recursos de Aptia365 o la página de SharePoint de beneficios de AvalonBay: myavalonbay.com.

SERVICIOS DE CONSERJERÍA

¿Cuánto me costará esto? ¿Estoy cubierto? ¿Qué debo hacer acerca de mi nuevo diagnóstico? La mayoría de nosotros hemos tenido preguntas acerca de nuestra cobertura médica y de medicamentos recetados. Buenas noticias: con los Servicios de conserjería de Aetna, Express Scripts y Health Advocate, usted puede obtener las respuestas que necesita. Todo lo que necesita hacer es llamar:

- Aetna: **855-586-6958**
- Express Scripts: **866-544-6981**
- Health Advocate: **866-799-2728**

Compare los planes

La tabla a continuación le proporciona una descripción general de las características de cobertura dentro de la red de los planes médicos. Para obtener información completa sobre el costo y la cobertura, inicie sesión en Aptia365 a partir del 24 de octubre de 2024. **Vea sus contribuciones de nómina en las páginas 25 y 26.**

	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$1,850 HDHP	PLAN DE DEDUCIBLE DE \$3,300 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 \$55,000: \$600 para cobertura individual; \$1,200 si cubre dependientes Salario de \$55,000 o más: \$400 para cobertura individual; \$800 si cubre dependientes		No elegible	No elegible
Atención en la red: sus costos				
Atención preventiva	Cubierta al 100 % dentro de la red, así que usted no paga nada	Cubierta al 100 % dentro de la red, así que usted no paga nada	Cubierta al 100 % dentro de la red, así que usted no paga nada	Cubierta al 100 % dentro de la red, así que usted no paga nada
Deducible individual	\$1,850	\$3,300	\$400	\$900
Deducible familiar	\$3,700 (familiar real) ★	\$6,600	\$800	\$1,800
Monto máximo en efectivo individual	\$3,500	\$6,600	\$2,200	\$3,000
Monto máximo en efectivo familiar	\$6,500	\$13,200	\$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
Medicamentos recetados: sus costos				
Farmacia minorista: suministro para 30 días				
Genéricos	20 % después del deducible	30 % después del deducible	No se aplica el deducible:	No se aplica el deducible:
Del formulario	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$10	Copago de \$10
No incluidos en el formulario	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$30	30 % (\$25 mín., \$50 máx.)
			Copago de \$60	45 % (\$40 mín., \$80 máx.)
Orden por correo: suministro para 90 días				
Genéricos	20 % después del deducible	30 % después del deducible	No se aplica el deducible:	No se aplica el deducible:
Del formulario	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$25	Copago de \$25
No incluidos en el formulario	20 % después del deducible	30 % después del deducible	Copago de \$75	30 % (\$62.50 mín., \$125 máx.)
			Copago de \$150	45 % (\$100 mín., \$200 máx.)

TÉRMINOS DE ATENCIÓN MÉDICA

Es importante que comprenda unas cuantas definiciones de atención médica clave.

- Su **deducible** es la cantidad de dinero que debe pagar antes de que su seguro pague una reclamación.
- ★ **Recordatorio importante:** El Plan de \$1,850 tiene un deducible de gasto de bolsillo y un límite de bolsillo familiar real. 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.
- **Coseguro** es el costo compartido entre usted y AvalonBay UNA VEZ que se alcance el monto de su deducible.
- El **gasto máximo de bolsillo** es lo máximo que tendrá que pagar por servicios cubiertos durante un año calendario.
- **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.
- **Medicamentos del formulario:** lista de medicamentos de marca preferidos por sobre otros porque proporcionan los mismos resultados clínicos a un costo menor. Para ver la lista, visite <https://www.express-scripts.com/frontend/open-enrollment/AvalonBayCommunitiesInc>.
- **Medicamentos no incluidos 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.

CUENTAS DE AHORROS Y DE GASTOS

Puede ahorrar dinero para los gastos elegibles de atención médica y atención de dependientes con cuentas con ventajas impositivas. Si desea participar, debe inscribirse en estas cuentas todos los años; no se transfieren.

Cuenta de ahorros para la salud (HSA)

Si se inscribe en el Plan de deducible de \$1,850 o el Plan de deducible de \$3,300, es elegible para abrir y contribuir dinero a una Cuenta de ahorros para la salud (HSA) libre de impuestos a través de Fidelity.

Características de HSA



AHORRE DINERO LIBRE DE IMPUESTOS

- Contribuya a su HSA a través de deducciones del salario antes de impuestos (hasta los límites anuales del IRS).
- Cambie su importe de contribución en cualquier momento en Aptia365.
- 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 \$55,000:**
 - \$600 para cobertura individual
 - \$1,200 si cubre dependientes
- **Salario de \$55,000 o más:**
 - \$400 para cobertura individual
 - \$800 si cubre dependientes

AvalonBay contribuye una vez al año a la HSA.

Límites de contribución

En 2025, los límites sobre las contribuciones totales a su cuenta (suya y de AvalonBay) son los siguientes:

- Hasta \$4,300 para la cobertura individual.
- Hasta \$8,550 para la cobertura familiar.
- Los asociados que tendrán 55 años o más en el 2025 pueden contribuir otros \$1,000.

NOTA: 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 durante este período de inscripción para obtener la contribución del empleador en 2025.



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.

* 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.



TRANSFIERA 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.

CUENTAS DE GASTOS FLEXIBLES (FSA)

El uso de una FSA es como tener un descuento en los gastos de la atención médica habitual o la de dependientes porque usted está pagando con dinero libre de impuestos. Hay FSA separadas para la atención médica y la atención de dependientes, ambas ofrecidas por WEX.

FSA para atención médica

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

- Contribuya hasta \$3,300 (monto previsto para 2025) anualmente a través de deducciones del salario antes de impuestos para ayudar a cubrir sus gastos médicos, oftalmológicos y dentales elegibles. Para obtener la 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**.

Combinación de FSA

Disponible solamente para asociados que se inscriben en el Plan de deducible de \$1,850 o el Plan de deducible de \$3,300

- Diseñada para trabajar junto con su Cuenta de ahorros para la salud (HSA) para oportunidades adicionales de ahorro de impuestos.
- Contribuya otros \$3,300 (monto previsto para 2025) 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 gastos médicos y de medicamentos recetados elegibles. Para obtener la 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**.

TOME MEDIDAS

Las FSA requieren volver a inscribirse todos los años, incluso si usted participa actualmente. Inscríbase en [Aptia365.com/AvalonBay](https://www.AvalonBay.com/AvalonBay)



CUENTAS DE GASTOS FLEXIBLES (FSA)

FSA para atención de dependientes

Disponible para todos los asociados

- Contribuya hasta \$5,000 anualmente por familia a través de deducciones del salario antes de impuestos para cubrir los gastos de atención de dependientes elegibles, como la guardería para niños y la atención de ancianos. Para obtener una lista de gastos elegibles, visite el Centro de recursos en Aptia365.
- 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.**

Beneficios de transporte

Disponible para todos los asociados

- Contribuya hasta \$325 por mes (monto previsto para 2025) antes de impuestos para pagar los gastos de estacionamiento.
- Contribuya hasta \$325 por mes (monto previsto para 2025) 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. Los reclamos deben presentarse dentro de los 180 días de incurrir en el gasto.**

ADMINISTRAR SUS CUENTAS DE GASTOS Y TRANSPORTE

Para administrar sus cuentas de gastos, inicie sesión en Aptia365 y desplácese hacia abajo hasta los mosaicos de Cuentas de gastos flexibles o del Programa de beneficios de transporte. Luego, haga clic en el enlace en la parte inferior del mosaico. Puede solicitar tarjetas de débito nuevas, enviar reclamaciones, ver los saldos de sus cuentas y mucho más.

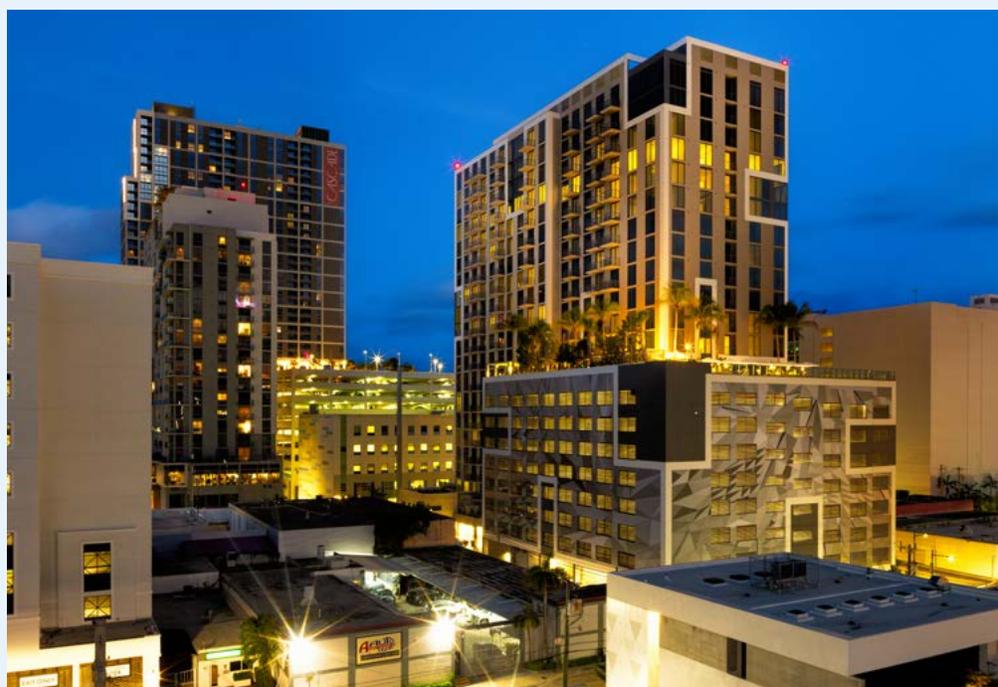


Para gestionar fácilmente sus cuentas de gastos flexibles, puede descargar la aplicación móvil Accounts by Aptia365.



RECORDATORIO IMPORTANTE

Los fondos de la FSA no se transfieren al final de cada año; recuerde que, si no los usa, los pierde.



METLIFE DENTAL

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 problemas cubiertos en cuanto ocurren. Para obtener detalles completos sobre el costo y la cobertura, y para inscribirse, visite el Centro de recursos de Aptia365. **Vea sus contribuciones de nómina en las páginas 25 y 26.**

Planes dentales de 2025

- Plan Premier
- Plan Basic Plus

Características clave

- ✓ 100 % de cobertura en atención preventiva y diagnóstica dentro de la red hasta el beneficio máximo anual (si usa proveedores de la red PDP Plus).
- ✓ Cobertura asequible que le 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
Dentro de la red		
Deducible individual/familiar	\$25/\$75	\$50/\$150
Beneficio máximo anual	\$2,500	\$1,000
Servicios Preventivos Básicos Importantes	Usted paga \$0 Usted paga 20 %, el plan paga 80 % Usted paga 50 %, el plan paga 50 %	Usted paga \$0 Usted paga 30 %, el plan paga 70 % Usted paga 50 %, el plan paga 50 %
Coseguro de ortodoncia; máximo de por vida (adultos y niños hasta los 19 años de edad)	50 %/\$2,500	No cubierto
Fuera de la red: visite Aptia365.com/AvalonBay para obtener detalles de la cobertura.		

DIENTES SANOS, USTED ESTÁ SANO

El cuidado dental es una parte importante de su bienestar. Asegúrese de aprovechar su atención dental preventiva en la red **GRATUITA**; ¡es una inversión en su salud física!



¡RECORDATORIO!

Las tarjetas de identificación de MetLife Dental **NO** se envían. Para ver o imprimir su tarjeta de identificación, visite www.metlife.com.

VSP VISION

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. **Vea sus contribuciones de nómina en las páginas 25 y 26.**

Plan oftalmológico de 2025

Características clave

- ✓ Examen ocular cubierto cada año; se le cobra solo un pequeño copago.
- ✓ 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, incluido el programa Diabetic Eyecare Plus, atención oftalmológica por computadora y anteojos de seguridad.

Detalles de la cobertura

	PLAN MEJORADO
Dentro de 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 Aptia365 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 Aptia365.com/AvalonBay para obtener detalles de la cobertura.	



Visite [vsp.com](https://www.vsp.com) para acceder a una amplia gama de descuentos en servicios/ productos como anteojos, anteojos de sol, LASIK, audífonos y más.

¡RECORDATORIO!

Las tarjetas de identificación de VSP Vision NO se envían. Para ver o imprimir su tarjeta de identificación, visite www.vsp.com.

Sepa a dónde ir... para recibir apoyo de bienestar

¿Se siente estresado? ¿Se siente abrumado? ¿Está ansioso, deprimido o simplemente necesita apoyo adicional? AvalonBay le proporciona una amplia variedad de valiosos recursos y herramientas de bienestar para ayudarle a priorizar cada aspecto de su bienestar. El primer paso es comprender los recursos que tiene a su disposición. Esta es una descripción general de dónde ir y cuándo.

¿ESTÁ BUSCANDO...?

CONTROLAR LA ANSIEDAD, EL ESTRÉS O LA DEPRESIÓN

▪ **Lyra Health:** cubre hasta ocho sesiones de asesoramiento gratuitas para todos los asociados, luego tendrá acceso a atención continua dentro de la red.

▶ [Consulte la página 17.](#)

▪ **CirrusMD*:** acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a una red de médicos y especialistas certificados, listos para responder sus preguntas de forma virtual.

▶ [Consulte la página 19.](#)

▪ **Maven:** apoyo inclusivo, como apoyo para la salud mental y asesoramiento sobre el estilo de vida, que le ayudará a abordar los desafíos de la mediana edad y la menopausia.

▶ [Consulte la página 18.](#)



HACER CRECER A SU FAMILIA

(adoptar/tener un bebé o recibir tratamientos de fertilidad/congelar sus óvulos)

▪ **Maven:** 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. Los asociados regulares de tiempo completo reciben \$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.

▶ [Consulte la página 18.](#)

▪ **Cobertura para inseminación intrauterina/inseminación artificial*:** AVB está ampliando el acceso a la inseminación artificial (AI) como un beneficio médico para el cual no se requiere contar con un diagnóstico de infertilidad. Esta cobertura garantiza que los asociados tengan acceso a servicios importantes para la formación de la familia.

CONTROLAR SU DIABETES, PREDIABETES O PRESIÓN ARTERIAL ALTA

▪ **Livongo*:** si usted y sus dependientes están cubiertos por un plan médico de AvalonBay, y un médico les diagnostica prediabetes, diabetes o hipertensión, pueden recibir acceso gratuito a Livongo para ayudarles a controlar su afección. Con Livongo, recibe acceso a asesores expertos y dispositivos/equipos gratuitos (báscula, monitor de glucosa, lancetas y monitor de presión arterial). Hable con los consejeros expertos de Livongo para obtener respuestas a preguntas sobre nutrición y estilo de vida.

▶ [Consulte la página 19.](#)



APOYO DE UN CUIDADOR PARA UN PADRE ANCIANO O UN NIÑO

▪ **Wellthy:** póngase en contacto con un coordinador de atención dedicado que crea un plan y completa tareas por usted, todo a través de una moderna experiencia en línea. Las tareas incluyen programar citas, reabastecer las recetas, gestionar autorizaciones previas, encontrar y evaluar asistentes domiciliarios o centros de cuidado infantil, manejar el pase a un centro de atención, coordinar con las compañías de seguros y mucho más. ▶ [Consulte la página 18.](#)

▪ **RethinkCare:** lo equipa con las herramientas, los recursos y las sesiones de consulta que necesita para ayudar a cuidar a un niño con desafíos sociales, conductuales o de aprendizaje, o con una discapacidad del desarrollo. Esto incluye el acceso a sesiones virtuales individuales con expertos en comportamiento y educadores especiales, videoteca, materiales de enseñanza imprimibles, seminarios web dirigidos por expertos, capacidades de coordinación de la atención, foros de apoyo de pares y más. ▶ [Consulte la página 18.](#)



CONTROLAR EL DOLOR DE ESPALDA O ARTICULAR

▪ **Hinge Health*:** este programa a través de Aetna puede ayudarle a manejar problemas de salud de la espalda y las articulaciones a través de terapia de ejercicio digital, apoyo personalizado de asesoramiento sobre salud, visitas virtuales con un fisioterapeuta de Hinge Health y más.

▶ [Consulte la página 19.](#)



REDUCIR EL CONSUMO DE TABACO/NICOTINA

▪ **Pelago*:** este programa confidencial puede ayudarle a reducir el consumo de tabaco/nicotina a través de la orientación virtual personalizada con un asesor/consejero personal, el acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a actividades autoguiadas en la aplicación móvil de Pelago y el acceso a medicamentos que ayudan a reducir los antojos.

▶ [Consulte la página 19.](#)



SALUD MENTAL Y PROGRAMA DE ASISTENCIA AL EMPLEADO DE LYRA

Comuníquese hoy mismo

Lyra está disponible para todos los asociados, parejas/cónyuges, niños/adolescentes y miembros del grupo familiar **GRATIS**. Visite avalonbay.lyrahealth.com o llame al **877-224-7661** para comenzar hoy mismo.

PROGRAMA DE ASISTENCIA AL EMPLEADO (EAP)

El Programa de asistencia al empleado (Employee Assistance Program, EAP), proporcionado por Lyra, es un beneficio confidencial, gratuito que les 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**, 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.

ASESORAMIENTO DE LYRA

Trabaje con su consejero de Lyra a través de sesiones programadas regularmente para comprender mejor sus dificultades, decidir en qué desea trabajar y planificar el camino a seguir. Elija conectarse con su consejero a través de mensajes en directo a través de su dispositivo móvil o desde su computadora, o reunirse "cara a cara" a través de video en directo de manera periódica. A medida que trabajen juntos, usted continuará desarrollando sus herramientas de habilidades y estrategias para apoyar su salud mental y desarrollará fortaleza para lograr un cambio duradero.

TERAPIA CON LYRA

Lyra trabaja con los mejores terapeutas que usan solo técnicas basadas en evidencia que han demostrado reducir sus síntomas. Para aquellos que desean la atención más eficaz y conveniente, ofrecemos Lyra Blended Care Therapy. Con Blended Care Therapy, puede mantenerse conectado con su terapeuta entre las sesiones de videoterapia, practicar habilidades para reducir sus síntomas y hacer un seguimiento de su progreso, para que pueda comenzar a sentirse mejor de inmediato.

LYRA ESSENTIALS

Use Lyra Essentials, una oferta de salud mental preventiva, para acceder a una rica biblioteca de recursos de autocuidado basados en la investigación, a través de la aplicación de Lyra o en avalonbay.lyrahealth.com.

- Meditaciones
- Paisajes sonoros
- Ejercicios de respiración
- Artículos

APRENDA CON LYRA

La plataforma de aprendizaje en línea de Lyra, basada en la evidencia, ofrece cursos estructurados y encuentros en directo que ayudan a reducir el estigma, apoyar a los gerentes y equipos, y construir lugares de trabajo mentalmente saludables. Visite avalonbay.lyrahealth.com para inscribirse y asistir a sesiones de encuentro en directo e inscribirse en cursos de salud mental que puede realizar a su propio ritmo, como los siguientes:

- Cómo afrontar eventos críticos
- Eventos de salud de hombres y mujeres
- Aprender a meditar
- Crianza en el mundo real
- Información básica sobre salud mental

APOYO DE GERENTES

Lyra ofrece consultas gratuitas con los gerentes de personal que se ocupan de las inquietudes de salud mental de los asociados, como signos de angustia o incidentes críticos. Para iniciar una consulta, llame al **877-224-7661**.

SERVICIOS DE TRABAJO/VIDA

Lyra también ofrece servicios adicionales y gratuitos de trabajo/vida:

- Una consulta anual de 30 minutos con un abogado o mediador
- Una consulta anual de 30 minutos con un asesor financiero y un contador
- Una consulta de 60 minutos con un especialista en resolución de fraudes para ayudarle a identificar situaciones de robo y más
- Los servicios de cuidado de dependientes incluyen recursos y derivaciones para el cuidado de niños, ancianos y mascotas, y apoyo telefónico

BENEFICIOS DE BIENESTAR PARA TODOS LOS ASOCIADOS DE AVB

AvalonBay ofrece valiosos recursos para el bienestar **sin cargo** para todos los asociados, para ayudarlos a manejar y a mantener su salud y bienestar, y el bienestar de los miembros de su familia.

APOYO DE MAVEN PARA LA PATERNIDAD, LA MEDIANA EDAD Y LA MENOPAUSIA

Maven es un **servicio de conserjería sobre atención médica a pedido** que ofrece atención médica moderna y **holística a través de su clínica virtual**.

Este programa 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, maternidad sustituta e incluso atención pediátrica posparto y temprana.

Los asociados regulares de tiempo completo que están inscritos en el plan médico de AVB también 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.

NUEVO para 2025: Maven también ofrece **atención inclusiva para la mediana edad** al proporcionar acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a proveedores que se especializan en la menopausia y la salud de la mediana edad, ofrecer asesoramiento para la vida profesional y el estilo de vida, y proporcionar apoyo personalizado para el control de los síntomas.

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



RETHINKCARE PARA PADRES

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 ayudarle 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 biblioteca de videos 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.com.



WELLTHY PARA CUIDADORES

Con los servicios de apoyo al cuidador Wellthy, puede obtener ayuda para cuidar de seres queridos ancianos, con enfermedades crónicas o discapacitados. Cuando establece una cuenta de 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 le 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.

NUEVO: A partir del 1/1/2025, los asociados podrán usar Wellthy para encontrar servicios alternativos de cuidado infantil de confianza, en el caso de que el cuidado diario se interrumpa (guardería, niñera, etc.). Los asociados también podrán planificar con anticipación y establecer un **círculo de atención alternativo** para asegurarse de estar preparados para cualquier situación.

Inscríbese hoy mismo en join.wellthy.com/AvalonBay.



CONSERJE PARA TODOS DE HEALTH ADVOCATE

Health Advocate es un servicio de asistencia médica gratuita que le puede ayudar a resolver problemas de atención de salud y seguros. Su asistente de salud personal le 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:** desenmarañe facturas médicas, y resuelva problemas de reclamaciones y facturación.
- **Hacer citas:** haga llamadas y programe citas.

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



PROGRAMAS DE BIENESTAR PARA AFILIADOS DE AETNA

CIRRUSMD

CirrusMD es un servicio de telemedicina virtual que les permite a los miembros de Aetna conectarse con médicos certificados en menos de 60 segundos. Envíe un mensaje de texto seguro a un médico para consultarle sobre cualquier problema de salud, ya sea 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 costo menor 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"



HINGE HEALTH

Hinge Health les ofrece apoyo a los asociados para manejar los problemas de salud de la espalda, las articulaciones y el piso pélvico. Este programa ayuda a controlar el dolor crónico de la espalda y las articulaciones a través de la terapia de ejercicio digital e incluye lo siguiente:

- 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

¡NUEVO! El programa de salud pélvica brinda apoyo a mujeres durante el embarazo, el posparto y la menopausia. Este programa incluye acceso a terapeutas del piso pélvico, así como educación y apoyo continuos.

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.

Para obtener ayuda, llame al **855-902-2777** o envíe un correo electrónico a help@hingehealth.com.



PROGRAMA PARA DEJAR DE FUMAR DE PELAGO

Pelago es un programa confidencial que ayuda a los miembros a reducir el consumo de tabaco/nicotina a través 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**.



CHRONIC CARE COMPLETE DE LIVONGO

Livongo 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 con 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.

Livongo se ofrece sin costo para usted y sus familiares que tienen diabetes o presión arterial alta que están cubiertos bajo un plan médico AvalonBay. Para registrarse, visite get.livongo.com (código de compañía: AVN).



HINGE HEALTH EN ACCIÓN: CONOZCA A BRIAN

Brian es un técnico de mantenimiento de 55 años que padece un dolor crónico de rodillas que se interpone en sus actividades diarias en el hogar y en el trabajo. El médico de Brian le informó que tiene artritis en la rodilla, y le recetó medicamentos y fisioterapia, pero su dolor continuó empeorando. Un compañero de trabajo de Brian que participa en el programa para la espalda de Hinge Health, le sugirió a Brian que probara el programa para las rodillas de Hinge.

Resultado n.º #1: Después de incorporar la terapia de ejercicio en su rutina en el hogar después de la cena, comenzó a notar grandes mejoras en la movilidad y el dolor luego de unas semanas.

Resultado n.º #2: Antes de comenzar el programa, apenas podía caminar cuesta abajo. Ahora, Brian puede disfrutar de caminatas y jugar con sus nietos, y arrodillarse, trepar y ponerse en cucullas con confianza en el trabajo.

PLANES MÉDICOS COMPLEMENTARIOS

Los planes médicos complementarios proporcionan pagos en efectivo para ayudar a compensar el costo de un evento médico cubierto. Usted paga el costo total de la cobertura a través de deducciones del salario después de impuestos. Asegúrese de considerar sus necesidades médicas anticipadas para el año entrante, por ejemplo, una cirugía mayor, al decidir si la cobertura complementaria es lo adecuado para usted. AvalonBay ofrece tres tipos distintos de planes médicos complementarios a través de Reliance Standard Life Insurance (RSLI). Los detalles completos de estos planes se pueden encontrar en la biblioteca de documentos de Aptia365.

Seguro contra accidentes

El seguro contra accidentes le 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. Puede usar este dinero para ayudar a pagar gastos médicos no pagados por su plan médico (como su deducible o coseguro) o para cualquier otra cosa (como los gastos diarios).

Seguro contra enfermedad crítica

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

Este plan también incluye un Beneficio de evaluación de salud que le proveerá un beneficio de \$50 por año calendario si se realiza una evaluación de salud cubierta, incluido un examen físico anual y pruebas de detección de cáncer según la edad.

Seguro de indemnización del hospital

Un viaje al hospital puede ser estresante y también lo pueden ser las facturas. Incluso con un plan médico importante, igual puede ser responsable de copagos, deducibles y otros costos en efectivo. El plan de indemnización del hospital puede ayudar a compensar lo que usted comparte de los costos asociados con un accidente o una enfermedad cubierta.

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

APTIA365 HUB

Si se inscribe en un plan médico de AvalonBay, también puede elegir inscribirse en Aptia365 HUBSM, un beneficio voluntario que proporciona apoyo personal adicional, en línea y por teléfono, para ayudarle a mejorar la calidad y el costo de su atención.

Las ventajas de Aptia365 HUB incluyen las siguientes:

- **Apoyo con reclamos y problemas de facturación, resultados de pruebas, y tratamientos.** Un asistente de salud personal (Personal Health Advocate, PHA) les ayudará a usted y a su familia con las preguntas o inquietudes relacionadas con la salud que tengan. Los PHA pueden ayudarle a encontrar un proveedor o centro y brindarle apoyo imparcial en todas las fases de la atención médica. También están disponibles para ayudarle a aclarar y resolver reclamos médicos y problemas de documentación relacionados.
- **Acceso a expertos en negociación para ayudarle a reducir los montos de las facturas médicas.** Cuando reciba una factura médica que supere los \$400 y el seguro no la cubra, un equipo de negociación especializado trabajará con sus proveedores para obtener un descuento. Las negociaciones exitosas le permitirán ahorrar cientos de dólares.
- **Ayuda para encontrar médicos que brinden atención de alta calidad para sus necesidades.** Con Aptia365 HUB, puede revisar los puntajes de calidad de los médicos de su área. Los médicos dentro de la red se clasifican por puntajes de calidad basados en datos para facilitar la selección. Es más probable que reciba la atención que necesita para recuperarse más rápido y ahorre dinero.
- **El mejor precio para sus servicios de atención médica.** El costo de la atención médica puede variar mucho, incluso dentro de la misma área. Es importante saber por adelantado cuánto puede costar un servicio y comparar costos.
- **Una segunda opinión de un experto para su tranquilidad.** Nunca dude en obtener otra opinión, en especial si se relaciona con una afección grave. Aptia365 HUB les ofrece a usted y sus familiares acceso a especialistas de clase mundial que revisarán su caso, y le darán una opinión experta sobre su diagnóstico y plan de tratamiento.

SEGURO CONTRA ACCIDENTES

Si se lesiona por un accidente...

se le pagará un monto que varía según el tipo de accidente.

OPCIÓN DE SEGURO POR ENFERMEDAD GRAVE DE \$30,000

Si le diagnostican una enfermedad grave como un ataque cardíaco, un accidente cerebrovascular, cáncer, un trasplante de órgano principal, coma...

recibirá \$30,000. Si se diagnostica a su cónyuge o hijo, recibirán \$15,000.

SEGURO DE INDEMNIZACIÓN DEL HOSPITAL

Si es hospitalizado debido a un accidente o enfermedad...

recibirá un pago de \$500 más \$100 por cada día que permanezca hospitalizado.

PATRIMONIO

PLAN DE AHORROS PARA LA JUBILACIÓN 401(k)

El plan 401(k) de AvalonBay, ofrecido a través de Fidelity, puede ayudarle a alcanzar sus objetivos financieros para el retiro con la conveniencia de las deducciones del salario.

Sus contribuciones

Se prevé que la contribución anual máxima permitida por el IRS para su Plan de ahorros para la jubilación 401(k) será de \$24,000 en 2025. Si tiene 50 años o más, puede realizar contribuciones adicionales para ponerse al día de \$8,000 o de hasta \$10,000 (previstas), si tiene entre 60 y 63 años.

Contribuciones de AvalonBay

Siempre y cuando contribuya al menos un 8 % a su plan 401(k), podrá maximizar la contribución equivalente de AVB y aprovechar ese dinero gratuito para su jubilación.

¡ENCUENTRE LO QUE LE CONVIENE!

Cuando usted ahorra para su retiro, nosotros también lo hacemos. Siempre y cuando contribuya al menos un 8 % a su plan 401(k), podrá maximizar la contribución paralela de AVB.

¿Listo para actualizar su contribución al plan 401(k)? Visite netbenefits.com.

¿SU FUTURO FINANCIERO ES TODO LO QUE PODRÍA SER?

Averígüelo en 10 minutos o menos. Hágase un chequeo de bienestar financiero hoy mismo. Visite NetBenefits.com/financialwellness.

¿Ha nombrado a un beneficiario?

Es importante que designe a un beneficiario para recibir el valor de su plan 401(k) en caso de que muera antes de comenzar a recibir su beneficio. A medida que cambien sus circunstancias personales, asegúrese de que la información esté actualizada. Visite netbenefits.com para agregar o cambiar un beneficiario.

Aproveche los recursos educativos

- **Planifique y aprenda:** explore una colección de recursos de aprendizaje financiero o programe una cita telefónica de 30 minutos con un consultor de planificación de Fidelity. Seleccione Plan & Learn (Planificar y aprender) en el Menú de la página de inicio de NetBenefits.
- **Cree un plan para su futuro:** modele y planifique sus objetivos financieros utilizando el Centro de planificación y orientación en NetBenefits.Fidelity.com/planningcenter.



SEGURO DE VIDA, AD&D Y POR DISCAPACIDAD

Es importante que planifique la seguridad financiera de su familia en caso de que ocurra lo inesperado. Por eso, AvalonBay proporciona a los asociados un seguro de vida básico y un seguro por muerte accidental y desmembramiento (Accidental Death and Dismemberment, AD&D) básico, sin costo para usted.

¿HA NOMBRADO A UN BENEFICIARIO?

Es importante que designe un beneficiario para recibir el beneficio pagado por una póliza de seguro de vida. A medida que cambien sus circunstancias personales, asegúrese de que la información esté actualizada. Visite Aptia365 o llame al **1-855-601-1762** para agregar o cambiar un beneficiario.

BENEFICIOS PAGADOS POR LA COMPAÑÍA

Seguro básico de vida y AD&D

AvalonBay proporciona seguro básico de vida, y seguro básico por muerte accidental y desmembramiento (Accidental Death and Dismemberment, AD&D) para asistirles 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 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 de California, Hawái, Massachusetts, Nueva York, Nueva Jersey, Rhode Island, Washington D. C. y el 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 viaje en nombre de la compañía, tenga la seguridad de estar protegido en virtud de 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 VOLUNTARIO DE VIDA Y AD&D

Puede comprar más seguro de vida y AD&D para usted, así como cobertura para su cónyuge/pareja de hecho y sus hijos. Usted paga el costo total de cualquier cobertura de seguro de vida o AD&D complementario. Debe adquirir cobertura para usted a fin de adquirirla para sus dependientes. Para obtener detalles de la cobertura, visite Aptia365.

Seguro de vida complementario

Puede elegir el seguro de vida complementario para usted en incrementos de \$25,000, hasta \$1,000,000 o 5 veces su salario.

Seguro AD&D complementario

Puede elegir el seguro AD&D complementario para usted 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.

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 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. Reliance Standard le enviará por correo electrónico la solicitud de evidencia de asegurabilidad (Evidence of Insurability, EOI) después del período de Inscripción abierta.

Nota: Se requiere EOI para todos los aumentos. Reliance Standard le enviará la solicitud.

BENEFICIOS 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 salario al 100 % de sus ingresos base.

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 (consulte la [página 22](#)). Tenga en cuenta que los asociados a tiempo parcial no son elegibles para la licencia parental remunerada.

Licencia por intermisión

Los asociados con más de 15 años de servicio reciben hasta 6 semanas de licencia remunerada.

Vacaciones

Acumulaciones sobre la 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

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.

Horario flexible

Solo para asociados fuera de California: hasta 4 días por año para determinadas circunstancias.

Feriatos

Once feriatos de la compañía por año. Los feriatos móviles se incluyen como parte del programa de feriatos.

Licencia por duelo

Hasta 3 días por pérdida de un familiar cercano.

Licencia por servicio de jurado

Hasta 10 días de licencia remunerada.

PLAN DE COMPRA DE ACCIONES PARA EMPLEADOS

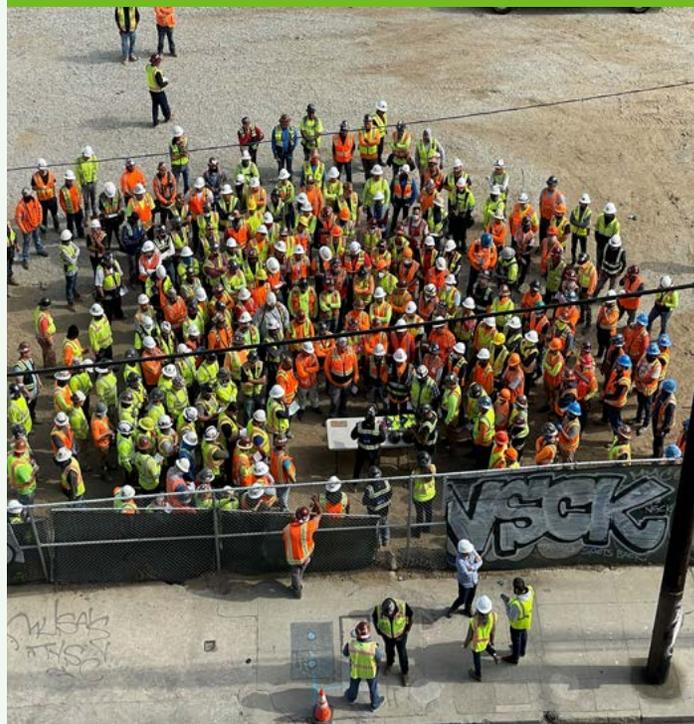
Dos veces al año, AvalonBay proporciona a los asociados la oportunidad de comprar acciones de la compañía con un descuento del 15 %, del 1 de enero al 10 de junio y del 1 de julio al 10 de diciembre. El Plan de compra de acciones para empleados (Employee Stock Purchase Plan, ESPP), ofrecido a través de Computershare EquatePlus, puede ayudarle a alcanzar sus objetivos financieros y le permite:

- Comprar acciones de AvalonBay con un descuento; una oportunidad que solo está disponible para los asociados de AvalonBay. El descuento se calcula del precio **menor** de las acciones al comienzo y final del período de compra, lo que significa que los asociados participantes logran un descuento aún mayor sobre la fecha de compra.
- Contribuir apenas \$10 por sueldo a través de deducciones del salario después de impuestos convenientes. Las contribuciones se acumulan a lo largo de un período de compra de seis meses y se usan para comprar acciones sobre el último día de negocios del período de compra.

La siguiente oportunidad de inscripción tendrá lugar en diciembre. Se proporcionará información detallada a través del Resumen semanal durante noviembre y diciembre.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN ACERCA DEL ESPP:

- Visite <https://avalonbay.sharepoint.com/HR/Pages/Employee-Stock-Purchase-Program.aspx>
- Para inscribirse durante el próximo período de inscripción:
 - Visite www.equateplus.com
 - Llame al **1-866-397-5753**



PROGRAMAS DE BENEFICIOS VOLUNTARIOS Y DESCUENTOS

Tiene acceso a una variedad de programas adicionales que pueden ayudarle a ahorrar dinero y proporcionan asistencia importante con las necesidades de todos los días. Para obtener más información o inscribirse, visite Aptia365.com/AvalonBay.

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.

Protección contra robo de identidad

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

- Proporcionan identidad proactiva y monitoreo de crédito, que le protegen contra el fraude de identidad.
- Ofrecen el 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.

Tienda de descuentos PerkSpot

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, tiendas minoristas y proveedores de teléfonos celulares.
- 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

Aprendizaje en Workday

Programas educativos, técnicos, de capacitación de liderazgo y de administración proporcionados por la compañía diseñados para ayudarle a alcanzar su potencial máximo 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.

Programa de tutoría

El programa de tutoría conecta alumnos con un asesor de confianza que les ayuda a determinar sus objetivos profesionales, desarrollar habilidades, aprender sobre otros departamentos y explorar la organización. Los tutores, al asesorar a otras personas, desarrollan valiosas habilidades de asesoramiento y liderazgo.

Proyectos de AVB

Los asociados pueden postularse para apoyar proyectos o programas especiales que proporcionan mayor visibilidad y oportunidades de desarrollo.

TARIFAS DEL PLAN DE BENEFICIOS MÉDICOS, DENTALES Y OFTALMOLÓGICOS

Tarifas de deducción del salario quincenal de los asociados en 2025

		HSA de \$3,300					
		Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
Quincenal (26 períodos de pago)		Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual		\$20.63	\$66.78	\$23.44	\$69.60	\$29.24	\$75.40
Individual + cónyuge		\$74.55	\$166.86	\$82.21	\$174.52	\$102.56	\$194.87
Individual + hijo(s)		\$58.97	\$128.20	\$65.15	\$134.38	\$81.25	\$150.48
Individual + familiar		\$164.36	\$256.67	\$178.80	\$271.10	\$223.20	\$315.51
		HSA de \$1,850					
		Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
Quincenal (26 períodos de pago)		Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual		\$36.04	\$82.20	\$38.26	\$84.41	\$47.72	\$93.87
Individual + cónyuge		\$123.61	\$215.92	\$132.42	\$224.73	\$165.23	\$257.53
Individual + hijo(s)		\$97.30	\$166.53	\$103.60	\$172.83	\$129.23	\$198.46
Individual + familiar		\$255.81	\$348.12	\$273.09	\$365.40	\$340.96	\$433.27
		PPO de \$900					
		Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
Quincenal (26 períodos de pago)		Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual		\$59.13	\$105.28	\$62.66	\$108.82	\$78.32	\$124.47
Individual + cónyuge		\$189.61	\$281.92	\$202.85	\$295.15	\$253.54	\$345.85
Individual + hijo(s)		\$140.32	\$209.55	\$149.17	\$218.40	\$186.45	\$255.68
Individual + familiar		\$339.59	\$431.89	\$362.16	\$454.47	\$452.66	\$544.97
		PPO de \$400					
		Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
Quincenal (26 períodos de pago)		Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual		\$99.64	\$145.80	\$106.61	\$152.76	\$133.26	\$179.41
Individual + cónyuge		\$295.21	\$387.52	\$314.29	\$406.60	\$392.84	\$485.15
Individual + hijo(s)		\$219.24	\$288.48	\$233.76	\$302.99	\$292.17	\$361.40
Individual + familiar		\$514.06	\$606.36	\$546.61	\$638.92	\$683.21	\$775.51
		Planes dentales y oftalmológicos					
Quincenal (26 períodos de pago)		Basic Plus Dental		Premier Dental con ortodoncia		Plan oftalmológico	
Individual		\$18.89		\$29.39		\$5.45	
Individual + cónyuge		\$38.17		\$59.40		\$7.86	
Individual + hijo(s)		\$34.20		\$53.22		\$7.99	
Individual + familiar		\$55.55		\$86.44		\$12.69	

Tarifas de deducción del salario semanal de los asociados en 2025

Semanal (52 períodos de pago)	HSA de \$3,300					
	Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$10.31	\$33.39	\$11.72	\$34.80	\$14.62	\$37.70
Individual + cónyuge	\$37.28	\$83.43	\$41.11	\$87.26	\$51.28	\$97.44
Individual + hijo(s)	\$29.49	\$64.10	\$32.58	\$67.19	\$40.62	\$75.24
Individual + familiar	\$82.18	\$128.33	\$89.40	\$135.55	\$111.60	\$157.76

Semanal (52 períodos de pago)	HSA de \$1,850					
	Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$18.02	\$41.10	\$19.13	\$42.21	\$23.86	\$46.94
Individual + cónyuge	\$61.80	\$107.96	\$66.21	\$112.37	\$82.61	\$128.77
Individual + hijo(s)	\$48.65	\$83.26	\$51.80	\$86.42	\$64.62	\$99.23
Individual + familiar	\$127.90	\$174.06	\$136.54	\$182.70	\$170.48	\$216.63

Semanal (52 períodos de pago)	PPO de \$900					
	Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$29.56	\$52.64	\$31.33	\$54.41	\$39.16	\$62.24
Individual + cónyuge	\$94.81	\$140.96	\$101.42	\$147.58	\$126.77	\$172.92
Individual + hijo(s)	\$70.16	\$104.78	\$74.59	\$109.20	\$93.23	\$127.84
Individual + familiar	\$169.79	\$215.95	\$181.08	\$227.23	\$226.33	\$272.48

Semanal (52 períodos de pago)	PPO de \$400					
	Salario <\$55,000		Salario ≥\$55,000 No funcionarios		Funcionarios	
	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco	Sin tabaco	Tabaco
Individual	\$49.82	\$72.90	\$53.31	\$76.38	\$66.63	\$89.70
Individual + cónyuge	\$147.60	\$193.76	\$157.15	\$203.30	\$196.42	\$242.57
Individual + hijo(s)	\$109.62	\$144.24	\$116.88	\$151.50	\$146.08	\$180.70
Individual + familiar	\$257.03	\$303.18	\$273.30	\$319.46	\$341.60	\$387.76

Semanal (52 períodos de pago)	Planes dentales y oftalmológicos		
	Basic Plus Dental	Premier Dental con ortodoncia	Plan oftalmológico
Individual	\$9.44	\$14.70	\$2.73
Individual + cónyuge	\$19.09	\$29.70	\$3.93
Individual + hijo(s)	\$17.10	\$26.61	\$3.99
Individual + familiar	\$27.77	\$43.22	\$6.35

LISTA DE CONTACTOS

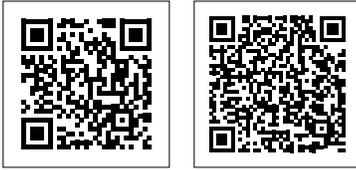
Para comunicarse directamente con uno de nuestros proveedores de beneficios, consulte la tabla a continuación.

Beneficio	Administrador	Sitio web	Número de teléfono
Asistencia con la inscripción	Centro de beneficios de Aptia365	Aptia365.com/AvalonBay	855-601-1762
Preguntas sobre beneficios	Departamento de Beneficios de AvalonBay	benefits@avalonbay.com	703-317-4799
Preguntas sobre licencias	Departamento de Beneficios de AvalonBay	leave@avalonbay.com	703-317-4799
Médica	N.º de grupo de Aetna 868988	www.aetna.com	855-586-6958
Medicamentos recetados	N.º de grupo de ESI NMFA	www.express-scripts.com	866-544-6981
Salud mental/EAP	Lyra Health	avalonbay.lyrahealth.com	877-224-7661
Telemedicina	CirrusMD	mycirrusmd.com	
Programa de atención de espalda y articulaciones	Hinge Health	www.hingehealth.com/find/aetna	855-902-2777
Prediabetes, diabetes e hipertensión	Livongo	get.livongo.com (código de la compañía: AVN)	
Cese del consumo de tabaco	Pelago	my.pelagohealth.com/expressscripts	877-349-7755
Plan dental	N.º de grupo de MetLife 215273	www.metlife.com	800-942-0854
Plan oftalmológico	N.º de grupo de VSP 12045433	www.vsp.com	800-877-7195
Beneficios de FSA y transporte	WEX	Aptia365.com/AvalonBay	877-248-0510
Cuenta de ahorros para la salud	Fidelity	www.netbenefits.com	800-544-3716
Planes médicos complementarios	Reliance Standard Life Insurance (RSLI)	www.matrixabsence.com	877-202-0055
Seguro de vida y por discapacidad	Reliance Standard Life Insurance (RSLI)	www.matrixabsence.com	877-202-0055
Formación de familia/ Menopausia	Maven	mavenclinic.com/join/AvalonBay	
Apoyo para cuidadores	Wellthy	join.wellthy.com/AvalonBay	
Apoyo para padres	RethinkCare	https://connect.rethinkcare.com/sponsor/AvalonBay	800-714-9285
Defensa de la salud	Health Advocate	healthadvocate.com/AvalonBay	866-695-8622
Aptia365 HUB	Aptia	Aptia365.com/AvalonBay	855-601-1762
Ahorros para la jubilación 401(k)	Fidelity	www.netbenefits.com	800-835-5097
Plan de compra de acciones para empleados (ESPP)	Computershare EquatePlus	www.equateplus.com	866-397-5753
Protección de identidad	Allstate	signin.infoarmor.com	800-789-2720
Beneficios legales	MetLife	www.members.legalplans.com	800-821-6400
Seguro de mascotas	Nationwide	petsnationwide.com	877-738-7874
Seguro de automóvil/hogar	Farmers	https://www.farmers.com/landing/groupselect/getquote/#/home (código de la compañía: EET)	866-968-0270
Descuento en centros de compra	Perkspot	Avalonbay.perkspot.com	

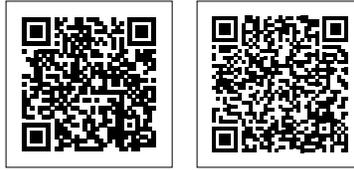
APLICACIONES MÓVILES

Escanee los códigos QR a continuación para descargar las aplicaciones de nuestro proveedor de beneficios desde App Store o Google Play.

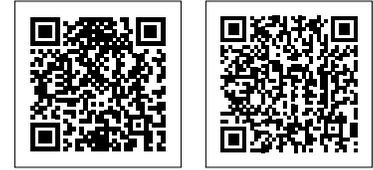
Aetna



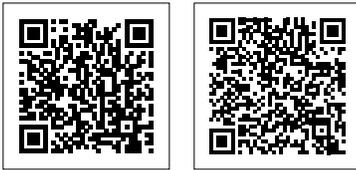
CirrusMD



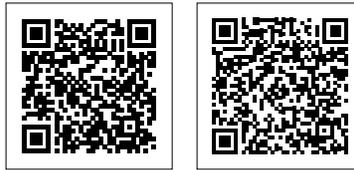
Express Scripts



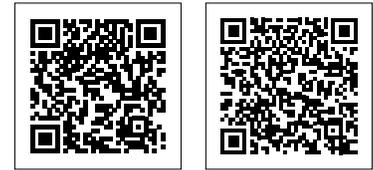
Fidelity Investments



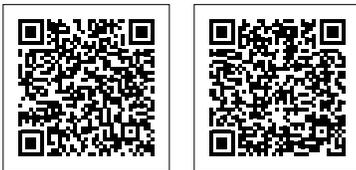
Lyra Health



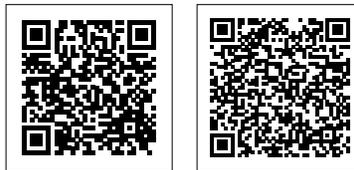
MetLife



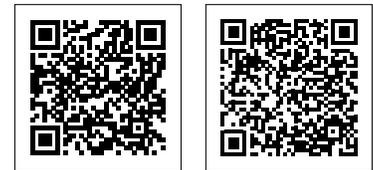
VSP



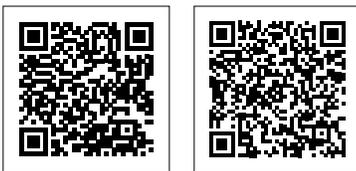
Accounts by Aptia365



Livongo



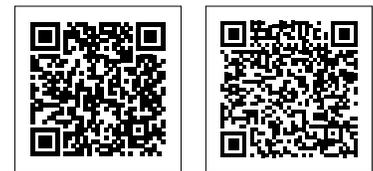
Hinge Health



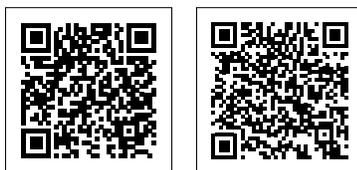
Maven



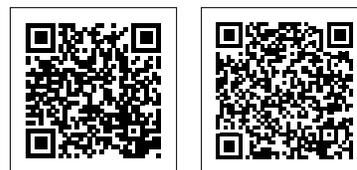
Wellthy



RethinkCare



Health Advocate



Crear una
mejor manera
de trabajar

AvalonBay
COMMUNITIES