



ImageFIRST[®]

2024-2025
တၢ်န့ၢ်ဘျးအတၢ်န့ၢ်ကျဲ

တူင်လိာ်မုာ်ဆူနု ImageFIRST တါန့ၣ်ဘျး

ခဲအံၤဆါကတီၢ်ဘၣ်လါကဟံသ့ၣ်
ဟံသးလါန့ၣ်လီၤ

နနီၣ်ခိ တါသးဂဲၤ ဒီး ကျိာ်စ့တါအိၣ်သး တဖၣ်မ့ၢ် တါအါကါဒိၣ် လီၤဆီဒဲၣ်တါဖဲတါဘၣ်ကွၢ်ဆါန့ၣ်မံာ် တါဆါကတီၢ်န့ၣ်လီၤ။ ImageFIRST ဘၣ်ယိၣ်တါ လါနဂီၢ်ဒီးနတါအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ထီရီၤအဂီၢ် မ့ၢ်တါဂ့ၢ် လါပဟ့ၣ်ထီၣ် တါန့ၣ်ဘျးလုာ်ဘၣ်တါလါပဲၤတါတီၢ် ကျဲၤ လါဟ့ၣ်စၤနတါအိၣ်ဂါၢ်ဆိးကျါၤဒီးတါဘၣ် တါဘၣ် လါကအိၣ်ကတီၢ်သးလါတါလါတတီၢ် သ့ၣ်ဟံသးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

ပတါန့ၣ်ဘျးတါတီၢ်ကျဲၤ ဟ့ၣ်ဝဲ တါအိၣ်ဆူၣ်အိၣ် ချ့ဒီးတါပဲၤဒီးတါအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တါန့ၣ်ဘျး ယုာ် စ့ၢ်ကီးဒီးကျိာ်စ့တါဘၣ်တါဘၣ်ဆူပပုၤမၤသကိးတါ ဒီးအဟံၣ်ဖိဖိတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ တါန့ၣ်ကျဲၤအံၤ ဟ့ၣ်ဝဲ တါကွၢ်သမံသမိးထီရီၤန့ၣ်ယုာ်တါန့ၣ်ဘျး တဖၣ် ဒီးတါဆဲးလီၤမံၤအတါဂ့ၢ်တါကျိာ်လါကယု ထါစၤနတါအုၣ်ကီၤလုာ်ဘၣ် လါအကြါးဒီးနဂ့ၢ်က တါန့ၣ်လီၤ။

ဖဲအံၤလါကယုကွၢ်ဝဲဒၣ်...

- 3 တါန့ၣ်ဘျးလါပဟ့ၣ်ထီၣ်
- 4 တါဆဲးလီၤမံၤအတါဂ့ၢ်တါကျိာ်
- 5 ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီဒီးကသံၣ်ထံလဲတါရဲၣ်တါကျဲၤတဖၣ်
- 7 ကသံၣ်ကျဲးတါတီၢ်ကျဲၤတဖၣ်
- 8 CVS Health Virtual Primary Care
- 9 CVS MinuteClinics
- 9 CVS တါပၤဆုာ်ရဲၣ်ကျဲၤနီၢ်တယါတါတီၢ်ကျဲၤတဖၣ်
- 10 ဆူၣ်ချ့တါန့ၣ်ဘျးပၣ်ယုာ်တါလါပဲၤ
- 11 ကရၢဖိဟ့ၣ်စ့ၤလီၤတါအပူၤတါတီၢ်ကျဲၤတဖၣ်
- 12 ရဲၣ်ကျဲၤကွၢ်ထွဲလီၤနတါအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့
- 13 မဲဂ့ၢ်ဝီ
- 14 မံာ်ထံၣ်တါဂ့ၢ်ဝီ
- 15 စ့စရီတါစူးကါသ့ကျဲအါဘိ (FSAs)
- 17 ကရူၢ်သးသမူဒီးတါစူးကွၢ်သးသတူၢ်ကလာ်ဒီးတါသံတါ ပုၢ် (AD&D)
- 18 တါနီၣ်ခိကွၢ်ဂီၤတလါပဲၤ
- 20 တါကရၢကရိတါတိစၤမၤစၤမၤအတါတီၢ်ကျဲၤ (AAP)
- 21 401(k) တါအိၣ်ဘျးလါမူဒါ
- 23 တါန့ၣ်ဘျးလါတါသးအိၣ်
- 25 ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတါအုၣ်ကီၤတါသိၣ်တါသီ
- 26 ပုၤလါတါဆဲးကျါ



တၢ်န့ၢ်ဘျးလၢပဟ့ၣ်ထီၣ်

ImageFIRST ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢအပတီၢ်လၢပုၤတခါလၢ ကဟ့ၣ်ကယၢ်ဘၣ်န့ၢ်လၢကျိၣ်စ့အဂ့ၢ်ဒီးသ့ၣ်ထီၣ်စၢၤန့ၢ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢခါဆူညါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်ပဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

- ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီဒီးကသံၣ်ထံလဲတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်
- CVS Health Virtual Primary Care
- တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤကွၢ်ထွဲ ထူၣ်ပျၢ်ညၣ်ယံကွဲ (MSK) ဒီး တၢ်ဆံၣ်ဆါ
- မဲၣ်ဂ့ၢ်ဝီတၢ်အုၣ်ကီၤ
- မံၤတၢ်ထံၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤ
- စ့စရိတၢ်စူးကါသ့ကျဲအါဘိ (FSAs)
- ကရၢဖိဟ့ၣ်စ့ၤလီၤတၢ်အပူၤတၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ်
- တၢ်ကရၢကရိတၢ်တီၢ်စၢၤမၤစၢၤအတၢ်တီၢ်ကျဲၤ

ကျိၣ်စ့တၢ်ဟဲန့ၢ်အတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ

- တၢ်ဆိးကုဆါဘိအကါဒိၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤ
- တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလံၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤ
- တၢ်ကူၤစါယါဘျါသးဘူးလဲတၢ်အုၣ်ကီၤ
- တၢ်နီၢ်ခိကွၢ်ဂီၢ်တလၢပုၤတၢ်အုၣ်ကီၤ
- သးသမူတၢ်အုၣ်ကီၤ
- သဲစးတၢ်အုၣ်ကီၤ
- 401(k) တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါအစ့ၤကီၤတၢ်တီၢ်ကျဲၤ



တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ImageFIRST အဆူၣ်ချ့ၣ်ဒီးကရူၢ်တၢ်န့ၣ်ဘျး အပူၤခါန့ၣ်ဟံၣ်သးလၢ တၢ်ဂ့ၢ်အကြၢၤအဘၣ်အိၣ်အါထီၣ်လၢကွၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးဘၣ် တၢ်န့ၣ်ဘျးဒီး ImageFIRST တၢ်ဃုထၢလၢဟ့ၣ်ဘၣ်န့ၣ် လၢန့ၣ်ဒီးအုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢသးလၢ ImageFIRST တၢ်န့ၣ်ဘျးတၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ် အပူၤလဲၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ

အဒိ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကတူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆီတလဲလၢတနံၣ်ဒီးတနံၣ်န့ၣ်လီၤ ဒီးဖျါလၢအမ့ၢ်တၢ်ဆီတလဲလၢတၢ်လၢန့ၣ်ဘၣ်အဘျးလဲလၢတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢလၢတနံၣ်စ့ၣ်စ့ၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤလၢတၢ်န့ၣ်အသိ မ့ၢ်တၢ်ဆီကမိၣ်အဂ့ၢ်လၢကမၤလီၤတၢ်ဘၣ် နတၢ်န့ၣ်ဘျးန့ၣ်ကြၢၤဒီးဝဲဒီးနၢ - ဒီးနတဘၣ်ဟ့ၣ်အါထီၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤ ဘျးလဲအလီၢ်တအိၣ်လၢနဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ

ယဆဲးလီၤမံၤသ့အခါဖဲလဲၣ်

ဒ်ပုၤကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲဒီးတၢ်န့ၣ်ဘျးတဂၤအသိး နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးဂ့ၢ်ယာ်ဘၣ်လၢ ကဆဲးလီၤမံၤ မ့တမ့ၢ် ဆီတလဲဘၣ်နတၢ်န့ၣ်ဘျးအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤ ဖဲပတၢ်ဆဲးလီၤမံၤတၢ်န့ၣ်ဘျးတနံၣ်တဘျီဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ

နမ့ၢ်ဆဲးလီၤမံၤဒ်ပုၤန့ၣ်လီၤအသိတဂၤအသိး နခွဲးကအိၣ်လၢတၢ်န့ၣ်ဘျး ခိၣ်ထံး 1 တလၢလၢ 30 သီဂီၢ်ဒီး ဘၣ်ဆဲးလီၤမံၤလၢ 30 သီတီၢ်ပူၤလၢက ဒီးနတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢ နိၣ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤအိၣ်တၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ

မတၢ်ဆဲးလီၤမံၤသ့လဲၣ်

နဆဲးလီၤနသဲးနီၢ်ဒီမါဝါ ပုၤအိၣ်ဃုာ် ဖဲအကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲတဖၣ် လၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အပူၤ လၢဟ့ၣ်ဝဲလၢတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢပုၤသဘျုး အဂီၢ်သ့န့ၣ်လီၤ ပုၤသဘျုးကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲတဖၣ် ဘၣ်တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အိၣ်ပညိၣ်အမ့ၢ် နသဲးနီၢ်ဒီမါဝါ ပုၤအိၣ်ဃုာ် ဒီးဖဲအကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲတဖၣ် လၢမ့ၢ်ပုၤအိၣ်ဆိး လၢနဟံၣ်ပုၤသီပုၤဒီးသန့ၤထီၣ်သးလၢနတၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤဖီခိၣ် န့ၣ်လီၤ တၢ်အံၤပၣ်ဃုာ်ဒီး- နဖဲတဖၣ် ဖဲလုၢ်ဖဲဖဲသဲးစး ဖဲယာ် ဖဲသၣ်တဂၤလၢ တၢ်န့ၣ်လီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤလၢမ့ၢ်ဘၣ်အသဲးပုၤကွၢ်ထွဲတၢ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် ဖဲသၣ်တဂၤလၢ ကွီၢ်ဘျီဟံၣ်လီၤ Qualified Medical Child Support Order (တၢ်န့ၣ်လီၤဆူၣ်ချ့ၣ်ဂီၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤဖီသၣ်ဖဲသဲးစး) (QMCSO) မၤလီၢ်ဘၣ်န့ၣ် မ့တမ့ၢ် နဒီမါဝါ လၢကဟ့ၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢ န့ၣ်လီၤ

ပုၤဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်န့ၣ်ဘျးလၢပုၤဒီးတၢ်လဲၤခိဖျါတဖၣ် အိၣ်လၢ iBTR တၢ်ကိးလီၤတဲစိကျိၤလီၢ်ခါၣ်သး လၢကတဲဒုးန့ၣ်ပၢၢ်ဘၣ်စၢၤ တၢ်န့ၣ်ဘျးအတၢ်ဃုထၢခဲလၢာ်တဖၣ် စံးဆၢဘၣ်နတၢ်သံကွၢ် ဒီး မၤလၢပုၤနတၢ်ဆဲးလီၤမံၤ လၢနတၢ်ကဲဘျးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ



ဝံသးစူၤကွၢ်ဖဲ imagefirst.newhireenrollment.net လၢကသ့ၣ်ဆၢကတီၢ်တဲသကိးတၢ်လၢလီၤတဲစိ မ့တမ့ၢ်လၢကဆဲးလီၤမံၤ လၢ ပုၤယဲၤလီၢ်ပျီၤစီမၤလၢနီၢ်ကစၢ် ဖဲ workforcenow.adp.com

ပုၤဒီမါဝါ/ပုၤအိၣ်ဃုာ်အတၢ်ပူၤကလံၤ

နဘၣ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤ လၢ နပုၤဒီမါဝါ/ပုၤအိၣ်ဃုာ် ဖဲတၢ်မၤတၢ်ခါတမၤတၢ်ခါ ဒီး အခွဲးအိၣ်လၢတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢ ခိဖျါအ တၢ်မၤကစၢ်ခါဖဲနတၢ်စးထီၣ်ဆဲးလီၤမံၤခါဒီးလၢ တနံၣ်တဘျီတၢ်ဆဲးလီၤမံၤ ဆၢကတီၢ် န့ၣ်လီၤ တၢ်မ့ၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ် နပုၤဒီမါဝါ/ပုၤအိၣ်ဃုာ် လၢအတၢ်မၤကစၢ် ဒီးနဃုထၢ လၢကဆဲးလီၤအမံၤလၢ ImageFIRST ဆူၣ်ချ့ၣ်ဂီၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤ တခါအဂီၢ်န့ၣ် တၢ်ဟ့ၣ်အါထီၣ်ဘျးလဲ တလၢ \$100 ကန့ၣ်လီၤဒေၣ်ဝဲဆူ နဆူၣ်ချ့ၣ်ဂီၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤဖြးမံၣ်ယၢာ် တလၢစ့ၣ်စ့ၣ်န့ၣ်လီၤ

တၢ်အံၤတဘၣ်ထွဲလီၢ်သးလၢန ပုၤဒီမါဝါ/ပုၤအိၣ်ဃုာ် ဖဲတၢ်မၤတၢ်ခါတမၤတၢ်ခါဘၣ်န့ၣ်လီၤ တၢ်စူးကါတၢ်ဟ့ၣ်ဆိခွဲးအံၤသ့ထဲလၢ ဆူၣ်ချ့ၣ်ဂီၢ်ဒီးကသံၣ်ထံလဲကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ အတၢ်အုၣ်ကီၤလုၢ်ဘၢ လၢတကွၢ်မံၣ်နဃုထၢတၢ်တီၢ်ကျဲၤမနုၤလဲၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ ပုၤဒီမါဝါ/ပုၤအိၣ်ဃုာ်အတၢ်ပူၤကလံၤ တဘၣ်ထွဲဒီးနတၢ်န့ၣ်ဘျးအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ

ဆူပူချွေ့ဂီဝီ

Aetna | aetna.com | 800.962.6842

ImageFIRST ထဲးဂံးထဲးဘါလါကမၤစၢၤဘၣ်နၢဒီးနဖိသဘျုတဖၣ် ကအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူပူ အိၣ်ချ့ဒီးပံးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူပူအိၣ်ချ့ ခီဖျါတၢ်ဒုၣ်နၢလၢ တၢ်စူးကါဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲပတီၢ်ထီက တၢ်န့ၣ်လီၤ ပဟ့ၣ်ထီၣ်နယုထၢ ဆူပူချွေ့ဂီဝီတၢ်တီၢ်ကျဲၤအတၢ်ယုထၢခဲခါလၢ 2024 အဂီၢ်-

- တၢ်တူၢ်လီၤမၤန့ၢ်စူးကါ Aetna တၢ်ယုထၢတၢ်တီၢ်ကျဲၤ
- တၢ်တူၢ်လီၤမၤန့ၢ်စူးကါ Aetna တၢ်ယုထၢ HDHP

တၢ်သမံထံကွၢ်တၢ်အိၣ်ဆူပူအိၣ်ချ့အတၢ်နှိုးချက်

Aetna ပနီၣ်ကၤလၢတၢ်သးအိၣ်ဖိခိၣ် အိၣ်ဒီး တၢ်ယုအိၣ်လိးက့ၤစ့လၢ တၢ် သမံထံကွၢ်တၢ်အိၣ်ဆူပူအိၣ်ချ့အတၢ်နှိုးချက် န့ၣ်လီၤ နဖိခီ Aetna အတၢ် အုၣ်ကီၤလၢဘၣ်ကျဲၤဘၣ်တၢ်လၢပံး တမံလၢလၢသ့ နဟ်ဖိၣ်စ့ \$100 လၢ Aetna ပနီၣ်ကၤကျဲၤဘၣ်တၢ်လၢပံး (တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလၢ တၢ် ဆိးက့ၤဆါဘီအကါဒိၣ် ဒီး တၢ်ကူစါယါဘျုသးအဘူးလဲ) လၢပုၤလၢနဆဲး လီၤဘၣ်အမံ (သ့တုၤလၢ \$300) လၢတၢ်ဒီးကွၢ်နီၣ်ခိတနီၣ်တဘျု န့ၣ်လီၤ

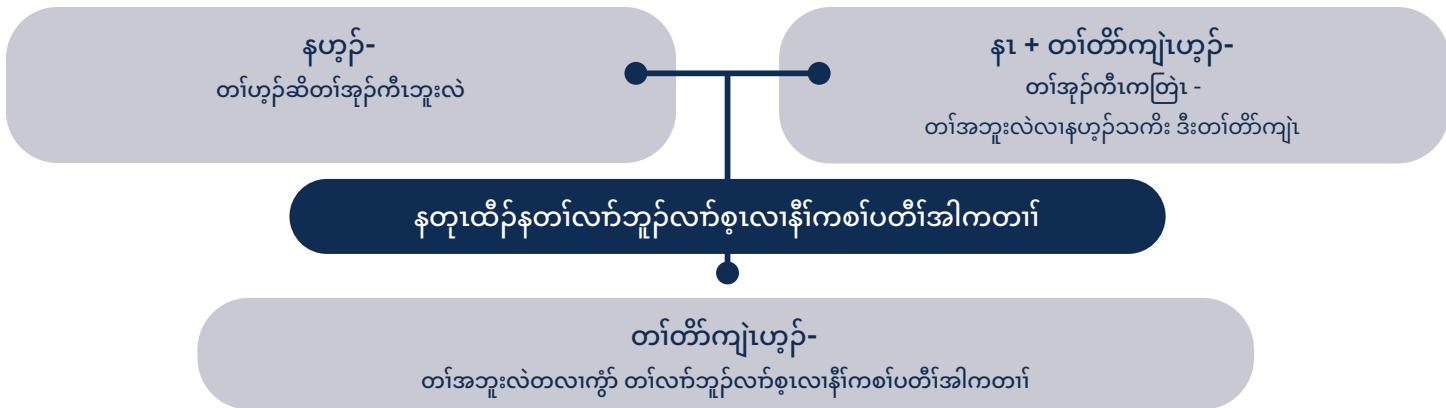
ကွၢ်ဖဲ [MyAetnaWebsite.com](https://www.aetna.com) လၢကဆဲးလီၤမံၤလၢနကရၢဖိပှံယဲၤသန့အဂီၢ်တက့ၢ်

မၤန့ၢ် Aetna HealthSM အဲး ခီဖျါတၢ်ဒိလီၤလီၢ် “AETNA” ဆုၢ်ဆူ 90156 လၢကန့ၢ်ဘၣ်ပှံဘျးစဲအကျိၤတခါလၢကထုး လီၤမၤန့ၢ်တၢ်အဂီၢ်

ကအိၣ်ဒီး လီၢ်ဖုၣ်ကစီၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖိၣ် အဘူးလဲန့ၣ်လီၤ** — မ့တမ့ၢ် — ဒိလီၤ QR ပနီၣ်လၢက ထုးလီၤဟ် Aetna HealthSM အဲး



နဆူပူချွေ့ဂီဝီတၢ်တီၢ်ကျဲၤမၤတၢ်ဒိလဲၣ်



ကသိၣ်ထံလဲကသိၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ

CVS Caremark | caremark.com

ဖဲနဆဲးလီၤဘၣ်မံၤလၢ Aetna ဆူပူချွေ့ဂီဝီတၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ် တခါခါ တၢ်ကဆဲးလီၤ ဘၣ်နမံၤဒၣ်ဝဲဆူ ကသိၣ်ထံလဲကသိၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ တၢ်တီၢ်ကျဲၤ ခီဖျါ CVS Health န့ၣ်လီၤ CVS ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ် ကသိၣ်ကျဲးတဖၣ်လၢပှံဘုၣ်မၤသကိးတၢ်အကရၢမၤသကိး တၢ်အဒိၣ်ကတၢ်တဖု ယုၣ်ဒီး တၢ်မၤလီၢ်ဆုၢ်ကသိၣ်ကသိၣ်အဘိၣ်ညီ လၢလၢကစၢ်လီၤန ကျိၣ်စ့ န့ၣ်လီၤ ကရၢဖိတဖၣ် မၤန့ၢ်ဘၣ်ကသိၣ်ထံလဲ သ့ခီဖျါ CVS တၢ်မၤလီၢ်ဆုၢ်က သိၣ်ကသိၣ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤ စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ

ကွၢ် [caremark.com](https://www.caremark.com) မ့တမ့ၢ် ဒိလီၤ QR ပနီၣ်လၢကဆဲးလီၤမံၤလၢနကကဲဘၣ် ပှံ ယဲၤသန့ကရၢဖိတက့ၢ်*



*ဝဲသးစူးတၢ်နီၣ် Caremark တၢ်မၤစၢၤပုၤစူးကါတၢ်ဖိ အလီၢ်တံစိ နီၣ်ဂီၢ် ဒီး ပှံဘျးစဲ ကအိၣ်ပတုၣ်ကွၢ်တုၤလၢ 10/1/24 န့ၣ်လီၤ

Affordable Care Act (တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဟ့ၣ်အပူၤန့ၢ်သဲးတၢ်ဘျု) (ACA) ကသိၣ်ကသိၣ်လၢဒိသဒါတၢ် ဒီး တၢ်ဒိသဒါဟူးသး အခွဲးကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲ တဖၣ် ဘၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤမၤစၢၤအီၤ 100% လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ထုးစ့ၢ်ဆိကွၢ်ဘူးလဲ န့ၣ်လီၤ

တၢ်မၤပုၤကသိၣ်ပှံထီၣ်ခိဘျု တၢ်ကဆဲးလီၤနမံၤဒၣ်ဝဲဆူ ကသိၣ်သိ 90 သီဂီၢ် လၢနတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၤကသိၣ်ကသိၣ်စီပူၤလၢဟ့ၣ်စ့ၢ်လီၤဘၣ်အပူၤ လၢတၢ် ကဆုၢ်လီၤအီၤဆူနဟံၣ်န့ၣ်လီၤ နတၢ်ယုထၢအိၣ်လၢကဆိကတီၢ်ကွၢ်တၢ်ဆုၢ်တၢ်အကျဲအံၤ သ့ခီဖျါတၢ်ဆဲးကျဲၤ Aetna ဖဲ 1.888.792.3862 န့ၣ်လီၤ

တၢ်ကွဲးကျၢ်တၢ်ဆူၣ်ချ့ယၢ်ဘျၢဂ့ၢ်ဝီ

ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီ	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢတၢ်တိာ်ကျဲ	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢ HDHP
	ကရၢမၤသကိးတၢ်	ကရၢမၤသကိးတၢ်
တၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ		
ထံပုၤမၤတၢ်ဖိ	\$250	\$2,000
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ	\$500	\$4,000
တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ	100%	100%
တၢ်လၢၣ်ဘျၢၣ်လၢၣ်စ့ၤလၢၣ်နီၤကစၢ်ပတီၢ်အါကတၢ် (ပုၤဃုဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ)		
ထံပုၤမၤတၢ်ဖိ	\$5,500	\$7,000
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ	\$11,000	\$14,000
တၢ်ကွဲးကျၢ်ဒီးသဒၢတၢ်	100% တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$0	တလိာ်တၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ 100%
တၢ်ဒီးကွဲးကျၢ်သးလၢဝဲဒၤ (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးကသံၣ်သရၣ်/ကသံၣ်သရၣ်လီၤဆိ)	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$35/\$45	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ 100%
ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူဒၢဒး	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$200	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ 100%
သတူၢ်ကလၢတၢ်ကွဲးကျၢ်ထွဲ	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$40	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ 100%
တၢ်ကွဲးကျၢ်ထွဲပုၤဆါထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ \$1,500	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ 100%
တၢ်ကွဲးကျၢ်ထွဲပုၤဆါထီၣ်တၢ်ဆါပုၤဆါ	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ \$500	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၤခံ 100%

တၢ်ကွဲးကျၢ်တၢ်ကသံၣ်ကျးတၢ်တိာ်ကျဲ

ကသံၣ်ထံလဲကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢတၢ်တိာ်ကျဲ	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢ HDHP
ဆါလီၤဖျံၣ် (န့ၢ်လၢ 30 သီဂီၢ်)		
ဟံၣ်ဖျံၣ် 1 - ကသံၣ်ပနီၣ်မၤတအိၣ်	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$20	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$20
ဟံၣ်ဖျံၣ် 2 - လၢတဘၣ်သး	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$40	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$40
ဟံၣ်ဖျံၣ် 3 - လၢတဘၣ်သး	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$70	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$70
တၢ်မၤလိာ်ဆူၣ်ချ့ကသံၣ် (န့ၢ်လၢ 90 သီဂီၢ်)		
ဟံၣ်ဖျံၣ် 1 - ကသံၣ်ပနီၣ်မၤတအိၣ်	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$40	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$40
ဟံၣ်ဖျံၣ် 2 - လၢတဘၣ်သး	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$80	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$80
ဟံၣ်ဖျံၣ် 3 - လၢတဘၣ်သး	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$140	တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ \$140

တၢ်န့ၣ်တၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိဟ့ၣ်ဆိထွဲဆူၣ်ချ့ယၢ်ဘျၢဂ့ၢ်ဝီအလဲ

စးထီၣ် လၢအိးကထိဘၣ် 1, 2024

	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢတၢ်တိာ်ကျဲ	တၢ်တူၢ်လိာ်မၤန့ၢ်စူးကါ AETNA တၢ်ဃုထၢ HDHP
ပုၤမၤတၢ်ဖိ	\$40.94	\$19.59
ပုၤမၤတၢ်ဖိ + ပုၤဒီးမၤဝဲ	\$122.93	\$97.19
ပုၤမၤတၢ်ဖိ + ဖိ (တဖၣ်)	\$97.69	\$72.00
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ	\$159.05	\$121.56

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဃုထၢ ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီဒီးကသံၣ်ကသီလၢကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ အတၢ်တိာ်ကျဲ လၢတဘၣ်ဆးလီၤမဲလၢမဲဂ့ၢ်ဝီ မ့တမ့ၢ် မၤတၢ်ထီၣ်အတၢ်တိာ်ကျဲပုၤသ့န့ၣ်လီၤ

ကသိပ်ကျေးတင်တိကျတဖန်

PrudentRx | prudentrx.com | 800.578.4403

ImageFIRST မသေကိးတင်ဒီး PrudentRx လာကမၤစၢလီၤ နကသိပ်ကသီလီၤဆီအဘူးလဲတဖန် ခီဖျိ အတၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိကျတဖန်လၢထူးထီၣ်ဟ်လီၤ သးအသီအကျိၤကျဲၣ်လီၤ။ PrudentRx ဟ်ဖျိထီၣ်သးဒီး CVS ကသိပ်ကျေးလီၤဆီ ဒီး ပျဲကရူၢ်ဖိတဖန်လၢကဟ့ၣ်ဘၣ် တၢ်လၢကဘူၣ်လၢကစၢၢ်ကစၢၢ် 0\$ လၢ ကသိပ်က သီလီၤဆီတၢ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲအဂီၢ် အိၣ်လၢတၢ်တိကျတဖန် အကသိပ်ကသီစရိပူၤ လၢ CVS တၢ်လီၤဆီ ဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ။

တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိကျတဖန်အခးလၢနကသိပ်သီလီၤဆီတၢ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲအဂီၢ် မ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်သန့က့ PrudentRx ကမၤသကိးတၢ်ဒီး တၢ်ထူးထီၣ်ဘၣ် ထီၣ်ပနီၣ်ကတဖန် လၢကမၤလီၤတၢ်ဝဲဒၣ် နတၢ်လၢကဘူၣ်လၢကစၢၢ်ကစၢၢ် ကအိၣ်ဒၣ် \$0 ဖဲနမ့ၢ်ဆဲးလီၤဘၣ်မဲၤလၢတၢ်တိကျတဖန်ဒီးဝဲ န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဟ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢ တၢ်တိကျတဖန်အပူၤ လိာ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိကဘၣ်ခီနီၤဟ်ဖျိထီၣ်သးဒီး တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိကျတဖန်တၢ်စၢၢ်မၤစၢၢ်တၢ်တဖန်အံၤ အပုၤမၤဆုၢ်ရၣ်ကျဲၣ်တၢ် တဖန် ဘၣ်ဆၣ် ဝဲသးစၢၤ မၤလီၤတၢ်လၢ တၢ်မၤဘၣ်အီၤဃုာ်ဒီးတၢ်လူၤဟီၢ်မၤထွဲဘၣ် Health Insurance Portability and Accountability Act of 1996 (ဆူၣ်ချ့တၢ် အုၣ်ကီၤဒီးစရိပတီၢ်သဲးစးတၢ်ကျဲၣ် 1996) (HIPAA) တက့ၢ်။

လၢအဲအံၤ နမ့ၢ်အိၣ်ဘၣ်ကသိပ်ကသီ တမံၤ မ့တမ့ၢ် အါမံၤ ပၣ်ဃုာ်လၢနတၢ်တိကျတဖန်အကသိပ်ကသီလီၤဆီစရိပူၤန့ၣ် နကဒီးန့ၣ်ဘၣ် လိာ်ပရၢတၢ်တူၢ်လိာ်မ့ၢ်တဘၣ်ဒီးတၢ်ကိး လီၤတဲစံၤ ဟဲလၢ PrudentRx လၢအဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်တိကျတဖန်ဒီးတၢ်စံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တမံၤလၢလၢ လၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကအိၣ်ဒီးန့ၣ် န့ၣ်လီၤ။ ကရူၢ်ဖိတဖန်လၢ ကြးဝဲဘၣ်ဝဲ ခဲလၢက ဘၣ်တၢ်ဆဲးလီၤန့ၢ်အမံၤဒၣ်ဝဲဆူ PrudentRx တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိကျတဖန်, ဘၣ်ဆၣ် ဃုာ်လၢကဆဲကတီၢ်ကွံာ်သးလၢတၢ်တိ ကျဲၣ် သ့ခီဖျိတၢ်ကိးလီၤတဲစံၤ 800.578.4403 န့ၣ်လီၤ။ နမ့ၢ်ဃုာ်လၢ နပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢ PrudentRx တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိကျတဖန်, နခဲးတအိၣ် ဘၣ်လၢ တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ 0\$ အဂီၢ်ဘၣ် ဒီး ကဘၣ်ဟ့ၣ် တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ 30% န့ၣ်လီၤ။

PrudentRx မၤတၢ်ဒိလဲၣ်

1

PrudentRx မၤသကိးတၢ်ဒီး ပနီၣ်ထူးထီၣ်ဘၣ်ထီၣ်ကသိပ်ကသီ တဖန် လၢကဟ်ဖျိ တၢ်တိကျတဖန်မၤစၢၢ် တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ အတၢ်တိကျတဖန် လၢ ကသိပ် ကသီလီၤဆီအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

2

လၢအ
ခဲအံၤ နမ့ၢ်အိၣ်ဘၣ်ကသိပ် ကသီ တမံၤ မ့တမ့ၢ် အါမံၤ ပၣ်ဃုာ် လၢနတၢ်တိကျတဖန်အကသိပ်ကသီ လီၤဆီစရိပူၤန့ၣ် နကဒီးန့ၣ်ဘၣ် လိာ်ပရၢတၢ် တူၢ်လိာ်မ့ၢ်တဘၣ်ဒီးတၢ်ကိးလီၤတဲစံၤ ဟဲလၢ PrudentRx န့ၣ်လီၤ။ ကရူၢ်ဖိတဖန်လၢကြးဝဲ ဘၣ်ဝဲ ခဲလၢက ဘၣ်တၢ်ဆဲးလီၤန့ၢ်အမံၤ ဒၣ်ဝဲဆူ PrudentRx တၢ်ဟ့ၣ်သးတၢ် အုၣ်ကီၤဘူးလဲတၢ်တိ ကျဲၣ် န့ၣ်လီၤ။

3

နကဟ့ၣ်ဘၣ် နီၢ်ကစၢၢ်တၢ်လၢက ဘူၣ်လၢကစၢၢ် 0\$ လၢ ကသိပ် ကသီလီၤဆီလၢကြးဝဲဘၣ်ဝဲ တမံၤလၢလၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။





CVS Health Virtual Primary Care

CVS Caremark | cvs.com/virtual-care

ImageFIRST ထေးဂ်းဘိလိကဆာထီတံတိကျတဖန်ဆူပတံကရကရိဒီးပဟ်ပံဖိဖိတဖန်အအိလါအကပါဆာစါဝဲဒ်ပတံအပူကလံတဖန်ဒီးဟ်လါမါစါတံ ဒီးန့ဘ်တံကွဲထွဲအကံစီဂဲဒိတ်ထီအဂီန့လါ ကရဖဲခဲလက်တဖန်လါအဆဲးလါမဲဖဲ Aetna ဆူဂျူဂီဝဲတံတိကျအပူ ဒီးန့ဘ် CVS လါယံခိတုတံကွဲထွဲ တံတိကျန့လါ စးထီလါတံလဲဒီးကွဲတံအိန်ဆူဂျူတုလါတံကွဲထွဲအရူန့ ပအုဂီမါစါန့လါ သ့ဆါကတီဘ်လါယံခိတုတံကွဲထွဲသ့ညီညီလါတပူလါ လါန့လါ နစူးကါ CVS Health Virtual Primary Care™ တလါထီကွဲလါအညီန့ပျာစဲပုရဲကျဲတံတဖန် သ့န့လါ တံစူးကါပုယုလါလါန့ဆူဂျူဂီဝဲတံတိကျအပူန့ မါန့ဘ်အါသ့ဖျိ Aetna®, CVS Health® ခိပနီတဖန်သ့ဝဲ ခိဖျိလါ တံအိန်ဆူဂျူဂီဝဲတံန့အလါန့ ကဲထီသးသ့လါတပူယံအဆဲးန့လါ™

စူးကါ CVS Health Virtual Primary Care လါတံဂီလါလ်အံအဂီ-

တံကွဲထွဲတံလိန်ဘ်

မါန့ဘ်သ့လါပုဒိတ်တံခိပဲဒီးဖိသံ 18 လါဆူဖိခိ

- တံကူး တံခိဘ် တံးကူး ဒီး တံလါ သး
- ယံဆါခါ ခိခါ ဒီး ဟါမါဆါ
- ဖံဘ်တံဆါအစါတဖန် ပုယုဒီး ဖဲ တံဘ်ကံ တံလါထီဂြဲ တံဖဲယံအုဒ် ဒီး တံဘ်ကူး
- တံဘ်ကံ (နံ နါဒုတြိ ဆံကျါ)
- တံမါန့ပဲကွဲကသံကသီ

သးခိန့ဆူဂျူတံမါစါ

အိန်လါပုဒိတ်တံခိပဲသးနံ 18 နံဒီးဆူဖိခိဂီ

- တံသ့ကံသးဂါ ဒီး တံသးဂါတဘ် လါဘ်စး
- တံသမဲထံကွဲတံသးဘ်ဆိသနဲ
- တံရဲကျဲကသံကသီ
- ဆိထွဲမါစါတံသးလါဘ် တံမါဘ် လါတံအိန်မူ ဒီး တံသဘ်ဘုအကျဲ
- တံမဲ ဒီး သက်ကဝဲဆူဂျူလါဘ်ထွဲ


ဂံခိထံတံကွဲထွဲအတံဖဲတံမါ

အိန်လါပုဒိတ်တံခိပဲသးနံ 18 နံဒီးဆူဖိခိဂီ

- ယံထါတံဆါတဖန် (တံသါအံ တံ ဆိခါ)
- တံကွဲထွဲဖဲဘု
- တံအိန်ဆူဂျူ ဒီး တနံတဘျီ တံ မါကွဲတံအိန်ဆူဂျူ
- တံမါလါလဲဒီးကွဲကွဲသးလါနီကစါ
- တံဆိတလဲဘ်လါဒီးမါပူကွဲကသံ ကသီ

လါအစါန့ဒီး သတံကလံတံကွဲထွဲ မ့တမံ တံလဲဆူ ဂီဂီအုဒီး၊ CVS Health Virtual Primary Care န့လုတဂု တထါတံအပူ အါန့ဒီးတံလဲထီဂြဲကသံသရဲကျဲတံအိန်သ့ဘ်န့လါ-

ကွဲဖဲ cvs.com/virtual-care မ့တမံ ဒီလါ QR ပနီ လါကဆဲးလါမဲ ဒီး ရဲလါတံသ့ဆါကတီ အဂီတကွဲ



CVS MinuteClinics



တၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၢ်လိာ်ဘၣ်အံၤအခါ, လၢတလၢအပူၤလၢနဂီၢ်

တဘျီတခိၣ်တၢ်တမံၤမဲၤကဲထီၣ်သးန့ၢ်လီၤ. နဖိအတၢ်ဘၣ်သမုၣ်တၢ်ဆါအပူၤန့ၢ်ဒီးဒိၣ်ထီၣ်ဖဲတၢ်ဟံၣ်ဒၣ်တၢ်ကူၤစါခိၣ်သ့ၣ်အဝဲဒါးအန့ၢ်န့ၢ်လီၤ. နလူၤထွဲဆူညါတပတီၢ်ဖဲန့ၢ်ကတၢၢ်န့ၢ်လီၤ. ပန့ၢ်ပၢၢ်လၢတၢ်တမံၤမဲၤကဲထီၣ်သးသ့ဒီးဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤဝဲအခါ, နအံၤဒီးလၢနကသ့ဒီးန့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢကြၢၢ်ဝဲဘၣ်ဝဲဒါးအပူၤန့ၢ်လီၤ. နဒီးန့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤခဲလၢဖဲ MinuteClinic တၢ်မၤစၢၤအလီၢ်သ့ဝဲလၢအတလၢအပူၤလၢနဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.*

- MinuteClinic မ့ၢ်ဝဲတၢ်လဲၤမၤကွၢ်သးတဘျီဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ကသိၣ်ဒါးအပူၤလၢတၢ်ဘုထၢဝဲ CVS ကသိၣ်ကျးဒီးကျးလၢတၢ်ပညိၣ်ယာ်ဝဲတဖၣ်ဒီးမ့ၢ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဆါကစဲးကစိးတၢ်ကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့အဒိၣ်ကတၢၢ်ဖဲကီၢ်အမဲၤရကၢအပူၤ, ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အညီလၢနတၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၢ်လိာ်ဘၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ.
- MinuteClinic ဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ်မၤစၢၤအကလုာ်ကလုာ်လၢအကတီၢ်စၢၤန့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. MinuteClinic အကသိၣ်သရၣ်လၢအကွၢ်ထွဲကူၤစါဆူၣ်ချ့ဒီးယုသ့ၣ်ညါတၢ်ဆူၣ်တၢ်ဆါအပူၤန့ၢ်, တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဒီးတၢ်ဆူၣ်တၢ်ဆါအတၢ်အိၣ်သးအကလုာ်ကလုာ်န့ၢ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်ကွဲးဝဲဒၣ်ကသိၣ်လၢကသိၣ်သရၣ်န့ၢ်လီၤတဖၣ်, ဖဲဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီၤကြၢၢ်ဝဲဘၣ်ဝဲအခါန့ၢ်လီၤ.
- တၢ်အိးထီၣ်တန့ၢ် 7 သီ, ပၢၢ်ယုာ်ဒီးဟါခိၣ်ဒီးန့ၢ်ကတၢၢ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ. နလဲၤမၤကွၢ်သးသ့တဘျီဖဲ မ့ၢ်တမ့ၢ် ရဲၣ်ကျဲၤလီၤဆိတၢ်သ့ၣ်န့ၢ်ဖးသီအဆၢကတီၢ်လၢအုထၢၣ်န့ၢ်ဖဲခိၣ်သ့ဝဲန့ၢ်လီၤ. လၢတၢ်မၤသ့မၤညိၣ်ထီၣ်အဂီၢ်, နလဲၤဟံးန့ၢ်ကသိၣ်လၢကသိၣ်သရၣ်န့ၢ်လီၤဖဲကသိၣ်ကျးသ့ဝဲန့ၢ်လီၤ.
- မ့ၢ်တၢ်လၢအညီဝဲဒ်န့ၢ်လိာ်န့ၢ်လီၤ MinuteClinic ဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအသိးန့ၢ်လီၤ. နဟံၣ်ဖိယိဖိလၢအဘၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤတဖၣ်ဒီးန့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျးအံၤအတၢ်ဘၣ်ဘျးသ့စ့ၢ်ကိးန့ၢ်လီၤ.

*ဖဲန့ၢ်မ့ၢ်ဝဲ Aetna ကရၢဖိအခါ, နမၤလီၤန့ၢ်ပၢၢ်အါထီၣ်ဘၣ်ပးတၢ်န့ၢ်ဘျးအံၤအဂ့ၢ်သ့ဝဲလၢအဘၣ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤဝဲလၢအကမၤစၢၤန့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢန့ၢ်လိာ်ဘၣ်, ဖဲန့ၢ်လိာ်ဘၣ်အံၤအခါ - လၢတလၢအပူၤလၢနဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. လၢနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂ့ၢ်ကတၢၢ်အဂီၢ်, ပဟ့ၣ်သဆူၣ်န့ၢ်လၢနအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးကသိၣ်သရၣ်ကူၤစါတၢ်အိၣ်ဆူၣ် မ့ၢ်တမ့ၢ် ကသိၣ်သရၣ်အဂၢၢ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ. တဘၣ်အဝဲသ့ၣ်ဘၣ်ပးဒီးန့ၢ်တၢ်လဲၤထီၣ်လိာ် MinuteClinic အဂ့ၢ်, မ့ၢ်တမ့ၢ် MinuteClinic ဆူၣ်န့ၢ်တၢ်လဲၤထီၣ်လိာ်အလီၢ်န့ၢ်ဒိအဂ့ၢ်ကျဲၤတၢ်ဆူၣ်အဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဆူၣ်သ့ဝဲန့ၢ်လီၤ.

CVS တၢ်ပၤဆူၣ်ရဲၣ်ကျဲၤနီၢ်တယၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ်

တၢ်မၤစၢၤလီၤနီၢ်ခိၣ်တယၢ်မ့ၢ်တၢ်လဲၤကျဲၤတဘျီန့ၢ်လီၤ. CVS တၢ်ပၤဆူၣ်ရဲၣ်ကျဲၤနီၢ်တယၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ် အိၣ်ဒိသိးကမၤစၢၤဘၣ်န့ၢ်လၢခိၣ်ခါကိးပတီၢ်ဒီးန့ၢ်လီၤ. တၢ်တီၢ်ကျဲၤ ဟ့ၣ်ဝဲ တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၢ်လၢ ဘျီဘၣ်ဆိတလဲသ့လၢနီၢ်ကစၢ် လၢနလိာ်ဘၣ်အံၤလၢတၢ်အစၢၤအိၣ်စိၣ်အိၣ်ကျဲၤအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်တီၢ်ကျဲၤ ကမၤတုၤထီၣ်ဘးစၢၤန့ၢ်တၢ်ညိၣ်တဖၣ် ဒီဖျိ-

- တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ လၢမံၤသကိးမံၤ လၢ ကသိၣ်သရၣ်အပူၤဘၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ဒါတဂၤ ပၢၢ်ယုာ်ဒီး ပုၤမၤစၢၤဖဲမၤတၢ်တဖၣ်ဒီး တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ဂီၢ်ပုၤကံၢ်စိ လၢဖိးသဲးစးတဖၣ်
- တၢ်အိၣ်ဂီၢ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤလၢနီၢ်ကစၢ်ဂီၢ် ထဲလၢနဂီၢ် ဘၣ်တၢ်ထုးထီၣ်ပၤလီၤလၢကတုၤထီၣ်ဘးန့ၢ်လိာ်ဘၣ်
- မၤဘၣ်လိာ်ဖိးဒု နီၢ်ခိၣ်ပုၤဒီးနီၢ်ခိၣ်တယၢ်အနီၣ်ထီၣ် ဒီး ပိးလီၤအဂ့ၢ်ဂၤတဖၣ် ဒ်အသ့အဘၣ်ဝဲအသိး လၢဆိၣ်ထွဲဒီးဟံၣ်ထွဲန့ၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီ
- Health Optimizer အဲးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ကျဲၤတဖၣ် တၢ်အိၣ်အရဲၣ်တဖၣ် တၢ်ဟံၣ်လီၤတၢ်ပညိၣ် ဒီး အဂ့ၢ်ဂၤလၢအကဲဘျးဒိၣ်



ဆူပ်ချူတင်နွဲဘျူးပပ်ဃုတ်တင်လာပဲၤ

Aetna | myaetnasupplemental.com | 800.607.3366

တင်နွဲဘျူးလၢတၢ်သးအိၣ်ဖီခိၣ် အတၢ်အုၣ်ကီၤဟဲခိၣ်ဖျါ Aetna န့ၣ် ဒီသဒါစၢၤန့ၣ်လၢ တၢ်လၢာ်ဘျုးလၢနီၢ်ကစၢ် အဒိၣ်အအါ မ့တမ့ၢ် လၢတတီၢ်သ့ၣ်ဟံးသး အဂီၢ်သ့န့ၣ် လီၤ။ ကွၢ်ဆိကမိၣ် နဆူပ်ချူဂ့ၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢဆိကမိၣ်ဟံးအဂ့ၢ် ဃုာ်ဒီးတၢ်အုၣ်ကီၤတၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ်အဘူးလဲအိၣ်လၢနီၢ်ကစၢ်။ ဟံးသ့ၣ်ဟံးသး တၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ်အါ တီၢ်ဟံးလီၤသးလၢ ကမၤလၢပုၤထီၣ်တၢ် တမ့ၢ်လၢကဆိတလဲ ဆူပ်ချူဂ့ၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤန့ၣ်တက့ၢ်။

တၢ်ဆိးက့ၢ်ဆါဘီအကါဒိၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤ

ImageFIRST မၤသကိးတၢ်ဒီး Aetna လၢကဟ့ၣ်ထီၣ် တၢ်ဆိးက့ၢ်ဆါဘီအ ကါဒိၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤ လၢမ့ၢ်တၢ်မၤလၢပုၤထီၣ် ဆူပ်ချူဂ့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤလၢပုၤမိၣ် ပုၤ ခိၣ်ဖျါတၢ်ဟ့ၣ်စၢၤပုၤမၤတၢ်ဖိ တၢ်အဘူးလဲလီၤလီၤ ဒီး လၢဒီးကံၤဒီးဂ့ၢ် အိၣ်လၢ တၢ်ဆိးက့ၢ်ဆါဘီ မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်သးအကါဒိၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဆူၤတၢ်ဆါတ နီၤအုၣ်ကီၤလၢပုၤသးလၢ တၢ်တီၢ်ကျဲၤအံၤအပူၤ ပပ်ဃုာ်ဒီး ခဲစၢၣ် သးပတုၢ်မၤ တၢ် ခိၣ်န့ၣ်သ့ၣ်ကျဲၤတၢ်ဘံး ခိၣ်န့ၣ်သးပုၤနီၣ်တၢ် ကလ့ၢ်တမၤတၢ်ဒီးတၢ်လီၤဘျူ န့ၣ်လီၤ။ ဒီးန့ၣ်တၢ်နွဲဘျူးတလၢာ်ခိၣ်သ့ၣ်လၢစ့ဒိကိၢ်လိၣ်စးထီၣ် \$10,000 တုၤလၢ \$40,000 အါထီၣ်တဘျီ \$10,000 လၢကစူးကါအံၤဒီးန့ၣ်တၢ်ဆါတၢ်အသိး န့ၣ် လီၤ။ ဖိသ့ၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤလၢပုၤမိၣ် ပပ်ဃုာ်ဒီးန့ၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတၢ်ဃုထၢ ဒီးန့ၣ်စ့ၢ်ကိး ဒီး တၢ်ဃုထၢအကျဲလၢ တၢ်ဃုထၢပုၤဒိမါဝၤတၢ်အုၣ်ကီၤလၢပုၤမိၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလံာ်တၢ်အုၣ်ကီၤ

တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလံာ်တၢ်အုၣ်ကီၤခိၣ်ဖျါ Aetna ဘၣ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤဝဲလၢအက မၤလၢပုၤထီၣ်ဆူပ်ချူဂ့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤလၢပုၤမိၣ်ပုၤခိၣ်ဖျါတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်နွဲဘျူးလီၤဆိ အလဲလၢတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢနီၢ်ကစၢ်တဖၣ်လၢအကဲထီၣ်ခိၣ်ဖျါတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး မ့တ မ့ၢ် တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလံာ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ထီၣ်ကူၤစါသးဖဲတၢ်ဆါဟံၣ်, တၢ်ကူ စါနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤ, တၢ်ကွၢ်ထွဲပုၤဆါလၢအနးတဖၣ်, ဝဲစိာ်တီဆုၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆိးလီၢ်အ ဂီၢ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢနီၢ်ကစၢ်ထၢပုၤလၢအမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလံာ် တၢ်အုၣ်ကီၤကျဲၤဘၢသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ။ တၢ်အုၣ်ကီၤအိၣ်ဝဲလၢန့ၣ်, နဒိမါဝၤဒီး/မ့တမ့ၢ် နဖိ(တဖၣ်)အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

တၢ်ကူၤစါယါဘျုးသးဘူးလဲတၢ်အုၣ်ကီၤ

တၢ်ကူၤစါယါဘျုးသးဘူးလဲတၢ်အုၣ်ကီၤခိၣ်ဖျါ Aetna အံၤဘၣ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤဝဲ လၢအကဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤကျဲၣ်စ့ဂ့ၢ်တၢ်ဒိသဒါလၢတၢ်အုၣ်ကီၤပုၤတဂၤလၢလၢခိ ဖျါတၢ်ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်နွဲဘျူးအလဲလၢတၢ်ထီၣ်ကူၤစါသးဖဲတၢ်ဆါဟံၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ နစူးကါတၢ်နွဲဘျူးလၢတၢ်မၤလၢပုၤက့ၤတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢနီၢ်ကစၢ်ထၢပုၤ ဒီးစ့စရီအါထီၣ်လီၤဆိလၢအကဲထီၣ်သးတဖၣ်အဂီၢ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ် လံးက့ၤတၢ်နွဲဘျူးအစ့ဒိကိၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤလီၤလီၤဆူၣ်အိၣ်ဒီးသန့ၤထီၣ် သးဖဲတၢ်ဟံးဖျါတၢ်အုၣ်ကီၤစ့စရီအဖီခိၣ်, လၢတၢ်တကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကူၤစါယါဘျုးအ ပုၤကလံာ်နီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ။



ရဲၣ်ကျဲၤကွၢ်ထွဲလီၤနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

တၢ်ကူၤစါယါဘျါနီၢ်ခိၣ်လၢဒီးကွၢ်ထွဲ

Hinge Health | 855.902.2777 | help@hingehealth.com

ImageFIRST မၤသကိးတၢ်ဒီး Hinge Health ဒ်သိးကမၤစၢၤနၤလၢကမၤဘၣ်ကွၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်လၢနအံၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ။ Hinge Health ဟ့ၣ်ထီၣ်ဝဲ ဒီးကွၢ်ထွဲတၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢမၤဂ့ၤမၤသီထီၣ်တၢ်လၢ စူးကါဘၣ်ညီညီ တၢ်ကူၤစါယါဘျါခိၣ်ဖျါတၢ်ဂဲၤနီၢ်ခိၣ်ဂံၢ်ဘါ 15 မံးန့း န့ၣ်လီၤ။ တၢ်မၤန့ၢ်အီၤသ့ၤလၢတလၢအပူၤလၢနဒီးနဟံၣ်ဖိဖိတဖၣ် လၢသးန့ၣ် 18 န့ၣ်ဆူၣ်ခိၣ် လၢဆဲးလီၤမံၤလၢ Aetna ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝဲတၢ်တုၢ်ကျဲၤ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

Hinge Health မ့ၢ်ဝဲ ချါယံဆါ ဒီး ယံဆါဆါ အတၢ်တီၢ်ကျဲၤတခါလၢ ပုၤမၤတၢ်ဖိခဲလၢတဖၣ်လၢဆဲးလီၤဘၣ်မံၤ မၤန့ၢ်ဘၣ်အီၤသ့ၤလၢ Aetna ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝဲတၢ်တီၢ်ကျဲၤ ခိၣ်ဖျါ ImageFIRST န့ၣ်လီၤ။

Hinge Health ဟ့ၣ်ဝဲ ပိးလိတဖၣ် လၢနလိၣ်ဘၣ်အီၤလၢကဟူးဂဲၤဘၣ်ဒီးတဘျီ လၢနဟံၣ်ဖိတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၢ်အမ့ၢ် န့ၣ်လီၤ။ နတၢ်ဘၣ်ဆီတလဲတၢ်တီၢ်ကျဲၤ ဟံၣ်ယုၢ်ဒီး-

- ပုၤကူၤစါယါဘျါတၢ်လၢတၢ်မၤဟူးဂဲၤနီၢ်ခိၣ် ဒီး/မ့ၢ် တမ့ၢ် ပုၤန့ၣ်လိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ လၢကထူးထီၣ်ဟံၣ်လီၤဝဲ တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်တီၢ်ကျဲၤတခါ ထဲလၢနဂီၢ်။
- မၤန့ၢ်စူးကါ လီၢ်ယံၤခိတုၤ တၢ်ကူၤစါယါဘျါတၢ်လၢတၢ်မၤဟူးဂဲၤနီၢ်ခိၣ် ဒီးအလီၢ်အိၣ်။
- အဲးလၢန့ၣ်စၢၤကျဲၤ လၢတၢ်ဂဲၤဟူးဝဲဒီးခိၣ်ကူၤစါယါဘျါသး လၢနမၤအီၤသ့ၤလၢနဟံၣ်ဒီးလၢနဂံၢ်ဘါဒၣ်န့ၣ်။

တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဆံၣ်ဆါအတၢ်တီၢ်ကျဲၤ

CVS Health

တၢ်လဲလိာ် တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်ဆံၣ်ဆါ မ့ၢ်ဝဲ တၢ် 12 လါ အတၢ်တီၢ်ကျဲၤတခါလၢ သမံသမံးကွၢ်စၢၤနတၢ်ဆံၣ်ဆါ အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ။ ယုၤကွၢ်စၢၤကျဲၤအဂ့ၢ်ကတၢ်တဖၣ်လၢကရဲၣ်ကျဲၤနတၢ်ဆံၣ်ဆါ ဒီး ဒုးအိၣ်မူစၢၤဘၣ်န့ၣ်ဂ့ၢ်ဝဲဘၣ်ဘၣ် အိၣ်ဒိတၢ်သ့ၣ်ဆူၣ်သးဂဲၤ ဒီး မၤလၢပုၤထီၣ်နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂ့ၢ်ကတၢ် န့ၣ်လီၤ။ တလၢအါထီၣ်အပူၤကလိလၢနဂီၢ်ဘၣ်။

တၢ်တီၢ်ကျဲၤအံၤ ဟ့ၣ်န့ၣ် တၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢဆီတလဲဘၣ်သ့ သန့ၤထီၣ်သးလၢနတၢ်လိၣ်ဘၣ်လီၤဆီဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ။ နကန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်န့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်သး-

- မၤန့ၢ်ပုၤကသံၣ်
- တၢ်သ့ၣ်ဆါကတီၢ်ကသံၣ်သရၣ်
- တၢ်သမံထံကွၢ်လၢဒီးသဒါတၢ်ဆါ

လၢတၢ်သံကွၢ်ဘၣ်သးဒီး တၢ်လဲလိာ်တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်ဆံၣ်ဆါအတၢ်တီၢ်ကျဲၤ အဂ့ၢ်အကျိၤအဂီၢ် ဝဲသးစူၤ ကိးလိတံစံ 1.800.348.5238 တက့ၢ်။

လၢန့ၣ်အမံၤညါ နန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတဖၣ် သန့ၤထီၣ်သးလၢတၢ်လၢနဘၣ်သးဒီးလိၣ်ဘၣ်ဖိခိၣ်သ့န့ၣ်လီၤ။ တၢ်အိၣ်ဒီး Health Optimizer အဲးန့ၣ်, နအဲးထွဲကွၢ်ထွဲလီၤနကလူၤခိးဒီးသ့ၣ်တၢ်ဆီၣ်သန့ၤသ့- မၤန့ၢ်ပၢၢ်အါထီၣ်သးဘၣ်သးဒီး တၢ်ဆံၣ်ဆါအဂ့ၢ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်သဲကတီၢ်မၤဂၢၢ်ကျဲၤ တၢ်အိၣ်မူအလုၢ်လၢပုၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့- အိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢ ဘၣ်လိာ်ဒီးနတၢ်ဖိၣ်ယံးဟံၣ်နီၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအဂ့ၢ်- ဒီးအဂ့ၢ်ကၢန့ၣ်လီၤ။

လၢကအိၣ်ဘၣ်လၢတၢ်အကျိၤကျဲၤပူၤ နမၤန့ၢ်ဘၣ် နီၢ်ကစၢ်ဂီၢ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢ တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်ဆံၣ်ဆါဒီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ပုၤကူၣ်သ့လီၤဆီ အသရၣ်မ့ၢ်ကွၢ်ပုၤဆါတဖၣ် သ့န့ၣ်လီၤ။ တၢ်အဝဲန့ၣ် တလၢထီၣ်ကွၢ်ဝဲလၢ တၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤဟံၣ်လၢနတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်တီၢ်ကျဲၤ န့ၣ်လီၤ။

နမ့ၢ်အီၤတၢ်ဆံၣ်ဆါအကသံၣ်ကသီတဖၣ် မ့ၢ်တမ့ၢ် ဆဲးလီၤမံၤတ့ၢ်လံ လၢတၢ်ဆံၣ်ဆါအတၢ်တီၢ်ကျဲၤန့ၣ် တၢ်ကဆဲးလီၤဘၣ်နမံၤဒၣ်ဝဲဆူၣ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤအပူၤ ဒီး ကဒီးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်တူၢ်လိာ်မ့ၢ်အလိာ်တြၢၣ်တဘျီ လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲး ပုၤယုၢ်ဒီး လီၢ်ကီၢ်ကျိၤတလၢစု လၢနတၢ်သံကွၢ်သံဒီးအဂီၢ် န့ၣ်လီၤ။

မဲဂျီ

United Concordia Dental | unitedconcordia.com | 800.332.0366

တစ်နှစ်ကျမ်းဝဲဒ်ဒ်နမဲဂျီတစ်နှစ်ကျမ်းတဖန်အတင်တိကျမဲနဲအဖိခိဉ်စးထီဉ်ဖဲလါအီးကထိဘၢၣ် 1 သီ တုလီလါလါစးပထုဘၢၣ် 30 သီန့ၣ်လီၤ နှၤ မ့တမ့ၢ် နဖိလါအသဘူတဖန်မ့ၢ်ယုထၢဝဲလါတန့ၣ်လီၤ ဆဲးလီၤမဲမဲဂျီတစ်နှစ်ကျမ်းတဖန်အပူၤဖဲလါအီးကထိဘၢၣ် 1 သီန့ၣ်, နကဘၣ်အိဉ်ခိးတုလီလါတၢ်အီးထီဉ်တၢ်ဆဲးလီၤမဲဆူညါတဘျီအကတီၢ်တစု မ့တမ့ၢ် လဲၤခီဖျိတၢ် အိဉ်မ့တၢ်အိဉ်သးလါတၢ်ဆဲးလီၤမဲမဲဂျီတစ်နှစ်ကျမ်းအပူၤန့ၣ်လီၤ လါတၢ်ယုကွဲၤမဲကသံၣ်သရၣ်အဂီၢ်, ကွဲၤမဲ unitedconcordia.com တက့ၢ် ယုထၢ Elite Plus PPO ကရၢမၤသကိးတၢ်တက့ၢ်

CONCORDIA DENTAL PPO		
	ကရၢမၤသကိးတၢ်	ကရၢမၤသကိးတၢ်ဖဲတၢ်ချါ
တၢ်တိကျ်အနီၣ်အါကတၢ်	\$1,500	\$1,500
တၢ်ထုးစုၤလီၤစုသုတန့ၣ်တဘျီ (ပုၤနီၢ်တဂၤ/ဟံၣ်ဖဲဃီဖဲ)	\$50/\$150	\$50/\$150
တၢ်မၤစၢၤတၢ်ဒီသဒါ - တၢ်မၤကွၢ်, တၢ်မၤကဆဲးကဆီ, တၢ်ဒီကွၢ်အဲးစရူ	100%, တလိၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ	100%, တလိၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲ
တၢ်မၤစၢၤတၢ်အဂီၢ်ခိဉ်ထဲး - တၢ်ထၢန့ၣ်ပွဲၤ, တၢ်ထဲးမဲ, မ့တမ့ၢ် တၢ်ကူးကွဲးယါဘျီကိာ်ပူၤ	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 100%	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 80% ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 100% (NC/TX)
တၢ်မၤစၢၤတၢ်ဘျီဘၣ်မၤဂ့ၤထီဉ်ကွဲးတၢ်အရူဒိၣ် - တၢ်ကွဲးတၢ်မဲ, တၢ်ကူစါမဲဂံၢ်, တၢ်ထီမဲအပျီ	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 60%	ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 50% ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်အုၣ်ကီၤဘူးလဲဝဲလီၢ်ခဲ 60% (NC/TX)
တၢ်ကူစါဘျီဘၣ်မဲအဆၢကတီၢ်အယုာ်	50% အအါကတၢ်တုၤလါ \$1,500, တၢ်ထုးစုၤလီၤစုတသု	50% အအါကတၢ်တုၤလါ \$1,500, တၢ်ထုးစုၤလီၤစုတသု

တန့ၣ်တၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖဲဟ့ၣ်ဆိဉ်ထဲမဲဂျီဝဲအလဲ

စးထီဉ် လါအီးကထိဘၢၣ် 1, 2024

ပုၤမၤတၢ်ဖဲ	\$7.72
ပုၤမၤတၢ်ဖဲ + ပုၤဒီမၤဝါ	\$14.69
ပုၤမၤတၢ်ဖဲ + ဖဲ	\$14.69
ပုၤမၤတၢ်ဖဲ + ဖဲတဖန်	\$25.00
ဟံၣ်ဖဲဃီဖဲ	\$25.00

တၢ်အုၣ်ကီၤဝဲဒ်ဒ်ပုၤသဘူတဖန်တုၤလီၤအသးန့ၣ်ပွဲၤထီဉ် 26 န့ၣ်အကတၢ်တလါန့ၣ်လီၤ

*ဝဲသးစုၤကွၢ်ဘၣ်န့ၣ် United Concordia တၢ်အုၣ်ကီၤအလံာ်အုၣ်သးဒီးတၢ်န့ၣ်ဘျီအဂီၢ်ကျါတၢ်လါတၢ် မၤပုၤဝဲဒ်ဒ်တၢ်န့ၣ်ဘျီအတၢ်အုၣ်ကီၤအမဲၤစရူအဂီၢ်တက့ၢ်

**ပုၤအိဉ်ဆိးဖဲ North Carolina ဒီး Texas အပူၤမီၤ- တၢ်မဲဝဲဒ်ဒ်တၢ်န့ၣ်ဘျီလါထဲးဒ်တၢ်ယုထီဉ် UCCI တၢ်သိဉ်တၢ်သီလါမဲအပိးလီၤဖဲကိာ်မိဉ်တဖန်အါအပူၤန့ၣ်လီၤ- ဝဲသးစုၤကွၢ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤအလံာ်အုၣ်သးဒီးတၢ်န့ၣ်ဘျီအဂီၢ်ကျါတၢ်လါတၢ်သ့ၣ်ညါအါထီဉ်တၢ်ဂ့ၤလါပုၤအဂီၢ်တက့ၢ်- တၢ်ကျါဘၢ ကရၢမၤသကိးတၢ်ဖဲတၢ်ချါအတၢ်န့ၣ်ဘျီတဖန်ဆူ United Concordia's Maximum Allowable Charge (MAC), လါအမ့ၢ်တၢ်အုၣ်ကီၤအီလီၤအလဲလါမဲကသံၣ်သရၣ်အတၢ်မၤသကိးဖဲလီၢ်ကဝီၤပူၤ အလဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ- ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ပုၤရဲၣ်ကျါမၤစၢၤတၢ်ဖဲကထာဝဲဒ်ဒ်ကရၢမဲအစုအိဉ်တၢ်လါတၢ်မၤစၢၤအါ ထီဉ် MAC တၢ်ဟံၣ်န့ၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ

နယုထၢဝဲဒ်ဒ် United Concordia Dental မဲဂျီတစ်နှစ်ကျမ်းလါတၢ် တဆိမိဉ်ဘၣ်ဃးနဆဲးလီၤမဲတဆဲးလီၤမဲဆူညါဂျီဝဲ မ့တမ့ၢ် မိာ်တၢ် ထံၣ်အတၢ်တိကျ်အပူၤန့ၣ်လီၤ

နတဒီးန့ၣ်ဘၣ်မဲဂျီ ID ခးကွဲးလါနတလိၣ်ဟံၣ်ဖျါထီဉ်ဝဲတခါဖဲနလဲၤ ထံၣ်လီၢ်နမဲကသံၣ်သရၣ်အါန့ၣ်လီၤ- လါတၢ်စဲကျါထုးထီဉ် ID ခးကွဲး အဂီၢ်, န့ၣ်လီၤမဲ unitedconcordia.com



တာ်စူးကါတာ်ကွာ်ပုၤသဘျုးအစုၤလၢကျဲအါဘိ

တာ်ကွာ်ထွဲသဘျုး FSA တာ်ကွာ်ထွဲပုၤသဘျုးဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ပျဲလၢနကဟ်ဃာ်စုတချုးတာ်ဟ့ၣ်တၢ်ခိတာ်သွဲလၢတာ်ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တာ်ကွာ်ထွဲဖဲန့ၣ်ကတီၢ်အတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢနနီၢ်ကစၢ်စုထၢၣ်ပုၤကြးဝဲဘၣ်ဝဲဒၣ်သီးန့ၣ် မ့တမ့ၢ် နဒီမါဝါဖဲးမၤတၢ် မ့တမ့ၢ် ထီၣ်ကွဲာ်ပုၤသဘျုးကတီၢ်ကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်ဟ့ၣ်စုဆိၣ်ထွဲခိဖျါတာ်ဟ့ၣ်စုဆိၣ်ထွဲလၢတာ်ထုးစ့ၤလီၤသ့ဆူ FSA တာ်ကွာ်ထွဲပုၤသဘျုးအအိၣ်တချုးဒီးဖဲနစူးကါအီၤသ့အခါန့ၣ်လီၤ.

ဖဲတာ်အိးထီၣ်တၢ်ဆဲးလီၤမဲၤအကတီၢ်, နကဘၣ်ဆၢတၢ်လီၤဝဲလၢနကဟ်ဃာ်စုလၢစရီအံၤအဂီၢ်ဖဲ 2024 နံၣ်အပူၤထဲလဲၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နဟ့ၣ်စုဆိၣ်ထွဲသ့တုၤလၢ \$5,000, မ့တမ့ၢ် တုၤလၢ \$2,500 ဖဲလၢနမ့ၢ်ဆီဟံၣ်ဆီဃီဒီးတီၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ်က့ၤတာ်ခိတာ်သွဲလီၤဆီလီၤသးန့ၣ်လီၤ.

တာ်လၢာ်ဘျုးလၢနနီၢ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲ

- တာ်ကွာ်ထွဲပုၤသးပုၤဖဲန့ၣ်ကတီၢ်
- တာ်ကွာ်ထွဲဖဲသၣ်ဖဲန့ၣ်ကတီၢ်
- တာ်ကွာ်ထွဲဖဲကွဲာ်ပျဲဝဲအလီၢ်ခဲ
- ပုၤကွာ်ထွဲဖဲသၣ် (ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ, ဖဲနဟံၣ်ပူၤ မ့တမ့ၢ် ပုၤအဂၤတဂၤဂၤအဟံၣ်ပူၤ)
- ပုၤကွာ်ထွဲဖဲသၣ်ခိဖျါနဘူးနတၢ်လၢအမ့ၢ်ပုၤသဘျုးလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ခိတာ်သွဲ (ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ)
- ပီၤမ့ၣ်ကွာ်ထွဲဖဲသၣ် မ့တမ့ၢ် au pair
- တာ်ကွာ်ထွဲပုၤသးပုၤဖဲတာ်ကွာ်ထွဲအလီၢ်
- တၢ်ဆၢထီၣ်ဆၢလီၤဖဲတာ်ကွာ်ထွဲအလီၢ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲ (တာ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤခိဖျါပုၤရဲၣ်ကျဲမၤစၢၤတာ်ကွာ်ထွဲ)

တာ်လၢာ်ဘျုးလၢနနီၢ်လၢအတကြးဝဲဘၣ်ဝဲ

- ပုၤကွာ်ထွဲဖဲသၣ် (တဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ, လၢတာ်ပညိၣ်အဂၤတဖၣ်အဂီၢ်)
- ပုၤကွာ်ထွဲဖဲသၣ်ခိဖျါပုၤသဘျုးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ခိတာ်သွဲ (ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ မ့တမ့ၢ် လၢတာ်ပညိၣ်အဂၤတဖၣ်အဂီၢ်)
- တာ်ကွာ်ထွဲပုၤသးပုၤဖဲတာ်ကွာ်ထွဲအလီၢ် (တဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ, လၢတာ်ပညိၣ်အဂၤတဖၣ်အဂီၢ်)
- တၢ်မၤလိတၢ်ဂဲၤကလံာ်, တၢ်ဒုတနီၢ်ပီၤစု မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၢ်ကွဲာ်အတၢ်မၤလိတဖၣ်
- တၢ်မၤစၢၤတာ်ကွာ်ဘၣ်ကွာ်သ့, တၢ်မၤလိမၤဒီး မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤလိတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်လၢ ဖဲသၣ်(တဖၣ်အဂီၢ်)
- တၢ်မၤစၢၤဟံၣ်ဖဲဃီဖိ (တာ်ကွာ်ထွဲဟံၣ်, ပုၤကွာ်ထွဲဟံၣ်, တၢ်ဖိအိၣ်တုၤအိၣ်, ဒီးအဂၤတဖၣ်)





ကရိုသီးသမ္မဒီးတစ်စူးကွံသီးသတူက လ်ဒီးတင်သံတင်ပျ် (AD&D)

The Hartford | thehartford.com | 800.563.1124

ImageFIRST ကျ်ဘာယုဝဲတင်နှ်ဘျူးအထာ်ဘိတ်လါလါပုပုပုပု
ယုဒီးကျ်စုဂုဝဲတင်ဒီးသဒါလါနဒီးနဟံပဲဖိအဂီဝဲတင်ကထိပ်သတူ
ကလ်အတင်အိပ်သးအပူ မှတမာ် တင်သံတင်ပျ်န့လီ။ Group term
life ဒီး AD&D အုတ်ကီလုဝဲဘာဝဲဒ်တင်ဟ့ဒ်မၤစၤတဘျီပီလါတလ်
အပူလါနဂီဝဲအသိ 30 လါလ်အံအခိတ်ထံးတလါအခါန့လီ။

ဖဲတင်အိပ်သးလါနသံနပျ်အခါ, တင်ကဟ့ဒ်လီတင်အိပ်မူတင်အုတ်ကီအ
တင်နှ်ဘျူးကျဲသန့အုပျ်န့သါတင်ဖိလါနကျဲဟ်လီတဂါဂါအအိပ်န့
လီ။ နမုာ်သံလါအကဲထိပ်သးခီဖျိတင်ဘိတ်ဒိဘိတ်ထံးသတူကလ် မှတ
မာ် တင်ကထိပ်သတူကလ်ဒူးအိပ်ထိပ်တင်ဘိတ်ဒိဘိတ်ထံး, နတင်အုတ်ကီ
လုဝဲဘာအိပ်ဝဲ AD&D တင်အုတ်ကီအဖိလ်အစုလီလါတမံပီန့လီ။
Imagefirst တင်ဟ့ဒ်တင်အလဲလါပုသဘျူတင်အိပ်မူအဂီဝဲ, ဘိတ်ထွဲဒီးတင်
ယုထာ်ဒီးဟ့ဒ်တင်အလဲလါဖိသိဒီးပုနီဒီမါဝဲသးသမူအဂီဝဲန့လီ။

ကရိုသီးသမ္မ ဒီး AD&D	တင်မၤကကစၢ်ဟ့ဒ်ဝဲအလဲ 100%
ပုမၤတင်ဖိ	1x စးဒီးသန့ထိပ်သးဖဲတန့ တဘျီတင်ဒီးန့တင်ဟဲန့တု လါ \$200,000

တင်ရဲဂ်ကျဲလီတင်မၤစုလီစုလါပုသးန့အဂီဝဲ

- 65 တုလါ 69 န့- တင်မၤစုလီတင်နှ်ဘျူးအခိတ်ထံးခိတ်ဘိတ်တုလါ 65%
- 70 န့အုဖိခိတ်- တင်မၤစုလီတင်နှ်ဘျူးတုလါ 50%

နလိပ်ဘိတ်တင်အိပ်မူတင်အုတ်ကီ ဆံးအါလဲဂ်

တင်လက်ဘျုတ်လက်စုဖဲကတီအံ	စုကဒွဲအခးကု ကမၢ်အဂါတဖၣ်
ဟံဂ်အလ်းယံးယာ်/တင်ဒီး လဲဟံဂ်	တင်ဟ့ဒ်သိလ့ဂ်အလဲ
တင်လိပ်ခါဆူညါတဖၣ်	ဟံဂ်အုတ်ကီအိပ်မူတင်လက်ဘျုတ် လက်စုလါဘိတ်အဆါကတီ
တင်ကွၢ်ထွဲဖိသ့ တင်မၤလိခိလ့ဂ်ကုအလဲ နီဒီမါဝဲအတင်အိပ်ဘျူးလါ မူဒါ	

ဖဲနဟ်ဖိဂ်အါထိပ်တင်ဟံးမူဒါလါကျိစုဂုဝဲအဂီဝဲဝဲအလီဝဲခံ, တင်
ထိပ်သကြီတင်ဟ်ဖိဂ်ယုဒီးကတီအံန့န့ထိပ်ယုဒ်လဲဂ်



တၢ်နီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤ

The Hartford | thehartford.com | 800.563.1124

ImageFIRST ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤခိၣ်ဟ့ၣ်တၢ်အလဲလၢပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤအဂီၢ်တၢ်တီၢ်ကျဲၤခဲခါခီဖျိ Hartford လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤကျိၣ်စ့တၢ်တီၢ်စၢၤမၤစၢၤဖဲန့ၣ်ထီၣ်ပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤအခါ မ့တမ့ၢ် မၤတၢ်တသ့အခါန့ၣ်လီၤ။ ပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤတၢ်တီၢ်ကျဲၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဝဲလၢပုၤမၤတၢ်ဖိပုၤဆၢပုၤကတီၢ်လၢအကြၢၤဝဲတဖၣ်အဂီၢ်ဖဲတၢ်စးထီၣ်ဒီးလဲအဝဲသ့ၣ်အခါထံးတလၢအခါန့ၣ်လီၤ။

နီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤတစိၢ်တလီၢ် (STD) တၢ်တီၢ်ကျဲၤ

တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤ STD တၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်လၢကဆိတလဲန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်တနီၤနီၤလၢအတဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဖဲတၢ်မၤခီဖျိတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတစိၢ်တလီၢ်န့ၣ်လီၤ။ STD တၢ်န့ၣ်ကျဲၤဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်တၢ်ကြၢၤဝဲဒီးတနွံတဘျီတၢ်အလဲ 66.66%, တုၤလၢ \$2,000 တနွံဘၣ်တနွံအဂီၢ်, ဖဲန့ၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး မ့တမ့ၢ် ဆူးဆါအခါထံး 13 နွံအကတီၢ်ပုၤန့ၣ်လီၤ။

ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ, တၢ်ဆိတလဲတၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဝဲတမံၤလၢလီၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်ခိၣ်တၢ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ။	တၢ်မၤကကစၢ်ဟ့ၣ်ဝဲအလဲ 100%
တနွံတဘျီတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအစု	66.66%
တနွံတဘျီတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအစုအါကတၢ်	\$2,000
တၢ်စးထီၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်	8 သီ
တၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်အကတီၢ်	13 နွံ

တၢ်ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ် STD တၢ်န့ၣ်ကျဲၤခီဖျိ ImageFIRST; လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်အပူၤလၢနဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ တၢ်ဆိတလဲကျိၣ်စ့တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢတၢ်ဒီးန့ၣ်အီၤ တမံၤလၢလီၤန့ၣ်ဘၣ်ဟ့ၣ်ခိၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ။

နီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤယံၢ်ထၢ (LTD) တၢ်တီၢ်ကျဲၤ

တၢ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအံၤလၢတၢ်ဒိသဒါကျိၣ်စ့တၢ်ဝီလၢနဂီၢ်ဖဲန့ၣ်လဲၣ်ဘၣ်အီၤဒိၣ်ကတၢ်အခါ — ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ကဲထီၣ်ပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤဒီးဖဲမၤတၢ်တသ့နီၤတဘျီလၢအခါန့ၣ်လီၤ။ တၢ်တီၢ်ကျဲၤကမၤစၢၤစ့ၢ်ကီၤန့ၣ်လၢနတၢ်က့ၤမၤကဒါက့ၤတၢ်ဖဲတၢ်မၤ, ဖဲကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲအခါန့ၣ်လီၤ။

တၢ်ကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲဒီးပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤယံၢ်ထၢ — ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်မၤအဆၢကတီၢ်ပုၤ	တၢ်မၤကကစၢ်ဟ့ၣ်ဝဲအလဲ 100%
တလိတဘျီတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအစု	60%
တလိတဘျီတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအစုအါကတၢ်	\$7,500
တၢ်စးထီၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်	90 သီ
တၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်အကတီၢ်	SSNRA မ့တမ့ၢ် 3.5 နီၣ်

ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကမၤဘၣ်လီၤန့ၣ်ကျဲၤအစုခီဖျိတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအဂၤလၢနဒီးန့ၣ်ဘၣ်တဖၣ်, ဒ်အမ့ၢ်ပုၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်လိးက့ၤပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ။ န့ၣ်အိၣ်ဒီးမူဒါလၢတၢ်ဟ့ၣ်က့ၤတလိတဘျီတၢ်န့ၣ်ကျဲၤအစုကီၢ်စၢၤဖျိတၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်အသ့အဂီၢ်ဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်န့ၣ်ကဘၣ်ဟံးမူဒါလၢကီၢ်စ့ဒီးလီၢ်ကဝီၤတၢ်ခိၣ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

တၢ်မၤသကိးပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤအတၢ်န့ၣ်ကျဲၤတဖၣ်

ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကမၤစၢၤလီၤန့ၣ်ကျဲၤဖဲန့ၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤတၢ်န့ၣ်ကျဲၤခီဖျိတၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါ, ပုၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ, တၢ်ဟ့ၣ်လိးက့ၤပုၤမၤတၢ်ဖိ, ကီၢ်စ့တၢ်အုၣ်ကီၢ်ပုၤနီၤခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤ, တၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ကမၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်က့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤတၢ်မၤအတၢ်ဟံးန့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ။ ကွၢ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ်အုၣ်ကီၢ်အလံာ်အုၣ်သးလၢကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးအဂီၢ်တက့ၢ်။

မ့ၢ်ယကဘၣ်ဟ့ၣ်က့ၤယတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်အုၣ်ကီၤဖဲယဃုခဲးအခါၤ

မ့ၢ် နမ့ၢ်တဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်ဖြိမံယၢ်အလဲလၢတၢ်န့ၢ်ဘျးအဂီၢ်ဘၣ်န့ၢ်, ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကဆိကတီၢ်ကွံၢ်တၢ်န့ၢ်ဘျးခဲလၢတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အလဲန့ၢ်လီၤ. မ့ၢ်နမ့ၢ်ဒါလၢနကဘၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါပုၤလၢနကဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အပူၤဒဲလဲၣ်, လီၤဆိဒဲတၢ်ဃုခဲးလၢအယံာ်ထၢအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.

ကရၢတဖၣ်ကဘၣ်ရဲၣ်ကျဲအတၢ်ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အလဲဖဲအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဃုခဲးအကတီၢ်န့ၢ်လီၤ. နဟ့ၣ်တၢ်အလဲတတ်သ့ဝဲဖဲနဃုခဲးအခါ မ့တမ့ၢ် ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အလဲခဲးဖဲနက့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤတၢ်မၤအခါန့ၢ်လီၤ.

ဆုၤယီၤဖြိမံယၢ် (ခဲးဟ့ၣ်စ့ မ့တမ့ၢ် တၢ်န့ၢ်လီၤစ့လံာ်စးခိ) လၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အလဲဆူ-
ImageFIRST, ဖဲလီၢ်အိၣ်ဆိးထံးလၢလၢ်အံၤဖဲတၢ်အိၣ်ဖဲတၢ်ဃုခဲးပူၤအခါ-

ImageFIRST

တၢ်ဘျးစဲယုာ်- တၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ်

900 East 8th Ave, Suite 200, King of Prussia, PA 19406

*ပၣ်ယုာ်ဒီးနမံၤ, တၢ်ဆဲးကျိးအဂ့ၢ်အကျိၤ, ဒီးတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲတက့ၢ်.





တၢ်ကရၢကရိတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအတၢ်တီၢ်ကျဲ (AAP)

The Hartford | guidanceresources.com | 800.96.HELPS မ့တမ့ၢ် 800.964.3577

ပှၢ်ယဲၤသန့ ID- HLF902 ဒီပနီၢ်အမံၤ- ABILI

ပဝဲခဲလၢၢ်ပသ့ၣ်ညါလၢတၢ်အိၣ်မူကဲထီၣ်တၢ်လၢၤန့ၣ်တၢ်တၢ်ကျဲလၢၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ, ဒုၣ်ကမၤဒီးဟံၣ်ဖိယိတၢ်ကိတၢ်ခဲတဖၣ်ဒ်ကဲထီၣ်ပတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကိတၢ်ဂီၤဒီးပတသ့မၤတၢ်အဂ့ၢ်ကတၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ။ AAP, တၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤစီဖျိ Hartford, ဟ့ၣ်လီၤတၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤဒ်တၢ်ခူသ့ၣ်အသိးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးတဖၣ်လၢန့ၣ်ဒီးန့ၣ်သဘျူတဖၣ်အဂီၢ်လၢတလၢၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ။ နယုထီၣ်န့ၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲစံၣ်နီၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်ကိအကလၢၢ်အဂီၢ်သ့ဝဲ, စးထီၣ်ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်ကိကိးနံၤဒီးတုၤလၢတၢ်ကိတၢ်ခဲဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်လၢအမၤဘၣ်ဒိန့ၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ။

အဝဲအံၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်လၢတၢ်တီၢ်ကျဲဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤတဖၣ်-

- **AAP:** တၢ်လဲၤထီၣ်လိာ်မိၢ်သကိးမိၢ်ဒီးပုၤကူစါတၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိ 3 ဘျီ (တၢ်ကဲထီၣ်သးတဘျီဘၣ်တဘျီ), တဘျီစုၣ်စုၣ်တလၢၢ်အပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ။
- **တၢ်ဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးဖိးသဲစးတဖၣ်-** တၢ်ဆဲးကျိးလီၤတဲစိလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ဖဲ The Hartford ပုၤစံၣ်နီၤဖိးသဲစး, တၢ်စးထီၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တလၢၢ်အပူၤဒီးလီၤကဝီၤပီၤရီၤဒီးတၢ်ထုးစ့ၤအါထီၣ်တၢ်မၤစၢၤအလဲန့ၣ်လီၤ။
- **ကျိၣ်စ့ၣ်ဝီအဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးတဖၣ်-** တၢ်ဆဲးကျိးလီၤတဲစိလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ဒီးပုၤရဲၣ်ကျဲၤကျိၣ်စ့ၣ်ဝီန့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဆဲးကျိးလီၤတဲစိလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ဒီးကျိၣ်စ့ၣ်ဝီပုၤစံၣ်နီၤတဖၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲဒီးနီၤကစၢ်ကျိၣ်စ့ၣ်ဒီးတၢ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ။
- **တၢ်ဖိးတၢ်မၤ/တၢ်အိၣ်မူအဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးတဖၣ်-** တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဒီးသန့ၤဖဲတၢ်ကွၢ်ထွဲသ့ၣ်, တၢ်လုၢ်ဖိ, တၢ်သုးလီၤသုးကျိၤဒီးနီၤကစၢ်တၢ်မၤညီအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ။
- **တၢ်သမံသမိးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်-** တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ယုသ့ၣ်ညါတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အဂ့ၢ်လၢအ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ဖိခိၣ်ဒီးတၢ်ပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပိးလီၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ။
- **တၢ်ကကတံၢ်ကတီၢ်တၢ်လၢအ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ဖိခိၣ်-** တၢ်မၤန့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ကကတံၢ်ကတီၢ်တၢ်စုၤလီၢ်ခိၣ်ခိၣ်အတၢ်န့ၣ်ကျဲ, လၢအမၤညီထီၣ်တၢ်ကကတံၢ်ကတီၢ်တၢ်လၢအ့ၢ်တၢ်န့ၣ်ဖိခိၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ နမၤဝံၤအီၤဒီးထုးထီၣ်ထၢန့ၣ်လီၤဖဲန့ၣ်ဖျါထၢၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ။

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်မၤစၢၤတဖၣ် တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤကိးဆၢကတီၢ်ဒီး

တဘျီလၢၤဖဲန့ၣ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤယုာ်ဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤ/တၢ်အိၣ်မူအတၢ်ဂ့ၢ်ကိ, AAP အိၣ်ဝဲလၢနဂီၢ်, တနံၤ 24 န့ၣ်ရဲၣ်ပုၤပုၤန့ၣ်လီၤ။ ကသံၣ်သရၣ်လီၤဆီတဖၣ်အိၣ်ဝဲလၢတၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၣ်လီၤတၢ်ခူသ့ၣ် 24/7 န့ၣ်လီၤ။

AAP ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်ဖဲတၢ်အိၣ်မူ ကိးပုၤဒီး, ပၣ်ယုာ်ဒီး-

- တၢ်ကိတၢ်ခဲဖဲတၢ်ရဲၤလိာ်ဘၣ်ထွဲအပူၤန့ၣ်လီၤ။
- တၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢတၢ်သးပလၢၢ်/သးဂ့ၢ်ဝီန့ၣ်လီၤ။
- သးတၢ်ဆီၣ်သန့ၤဒီးတၢ်ကိတၢ်ဂီၤအတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢတၢ်ဖိးတၢ်မၤဟံၣ်ဖိယိ
- သံးစိၤကဲစိၤဒီးကသံၣ်မူၤဘျီတၢ်မၤဆါ
- နီၤကစၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်မူအတၢ်ကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်
- ကျိၣ်စ့ၣ်ဝီဖိးသဲစး မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်
- သးတၢ်ဆီၣ်သန့ၤ
- တၢ်ကွၢ်ထွဲသ့ၣ်ဒီးပုၤသ့ၣ်ကုသးပုၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်
- တၢ်သ့ၣ်တမံသးတမ့ၢ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်

စးထီၣ်မၤ

လၢကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးတဖၣ်-

ကိး- 800.964.3577

ကွၢ်လၢပှၢ်ယဲၤဖိခိၣ်- guidanceresource.com

401(k) တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါ

တၢ်အိၣ်သ့ၣ် | principal.com | 1.800.547.7754 | ကရူၢ်- 5-37290

ImageFIRST 401(k) တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါတၢ်တီၢ်ကျဲဘၣ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲလီၤဝဲလၢအကကတၢ်ကတီၤစၢၤနတၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်နကျိၣ်စ့ၣ်ဝဲတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ။

တၢ်တီၢ်ကျဲမၤတၢ်အကျိၣ်ကျဲဒ်လဲၣ်

401(k) တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါတၢ်တီၢ်ကျဲမၤညီထီၣ်တၢ်လၢနဂီၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်ကီၤဖၣ်တၢ်သးယံၤထီၣ်တၢ်ခိၣ်တၢ်သ့ၣ်အကတီၢ်န့ၢ်လီၤ။ ဖဲနဆဲးလီၤမဲၤဖဲတၢ်တီၢ်ကျဲပူၤအခါ, တၢ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်နီၢ်ကစၢ်စရိယုၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်သ့ၣ်ဖဲနမံၤအကျိၣ်, လၢတၢ်ဆိၣ်ထွဲခီဖျိ-

- နတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲ (တချုးဖဲတၢ်ထၢတၢ်ခိၣ်ဒီး/မ့တမ့ၢ် Roth). တၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်ဘျးလီၤစ့အထိးနါဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ၣ်ကလံာ်လီၤန့ၢ်လီၤ။
- တၢ်မၤကစၢ်ဒုးဘျးစဲတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲ - 1 နံၣ်ဝံၤအလီၢ်ခဲ။
- စ့ဒီးလၢန့ၣ်တုၤလၢ 3% ယုၢ်ဒီးတၢ်ဒုးဘျးစဲတၢ်နံၣ်တဘျီစ့အအါကတၢ် \$3,000

မ့ၢ်တၢ်ဒုးဘျးစဲကျိၣ်စ့တလၢ်အပူၤန့ၢ်လီၤ။

တၢ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲ

ImageFIRST ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် (တၢ်မၤဖးဖိကူၢ်ဒီးတၢ်မၤပုၤဆၢပုၤကတီၢ်) မ့ၢ်တၢ်ကြးဝဲလၢတၢ်ဆဲးလီၤမဲၤဖဲတၢ်န့ၢ်လီၤပုၤန့ၢ်ဖဲ 401(k) တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါအတၢ်တီၢ်ကျဲအပူၤဖဲ 30 သီဝံၤအလီၢ်ခဲလၢအိၣ်ထံးကတၢ်တလၢအခါန့ၢ်လီၤ။ ကရၢတဖၣ်အသးနံၣ်ကဘၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢ် 18 နံၣ်လၢတၢ်န့ၢ်လီၤပုၤန့ၢ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ။

တၢ်ထုးယံၤထီၣ်အကတီၢ်တဘျီယံၤဒီးဒၣ်အတၢ်လၢတၢ်မၤအါထီၣ်

30 သီဝံၤအလီၢ်ခဲလၢအိၣ်ထံး 1 သီန့ၢ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်န့ၢ်လီၤပုၤန့ၢ်ဖဲ 401k တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါတၢ်တီၢ်ကျဲအပူၤ, ဒီးတၢ်က ဆဲးလီၤနမံၤတဘျီယံၤန့ၢ်လီၤ။

နကဘၣ်ထုးထီၣ် တချုးဒီးဖဲတၢ်ထုးစ့ၤလီၤစ့လဲအိၣ်ထံး 1 သီန့ၢ်လီၤ။ တၢ်သ့ၣ်န့ၢ်လီၤစ့အူ 401k တၢ်တီၢ်ကျဲအပူၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်ဒီးန့ၢ်ခွဲလၢတၢ်ထုးထီၣ်တၢ်အိၣ်ဘျးလၢမူဒါအစ့ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်ဖဲတၢ်မၤအါဖိခိၣ်န့ၢ်လီၤ။

မ့တမ့ၢ်ဘၣ်လၢနသးအိၣ်ယုထၢထုးထီၣ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ် ဆိတလဲတၢ်သးယံၤထီၣ်န့ၢ်လီၤအမျးကယၢကစးထီၣ်သးယံၤအကတီၢ် 5% ဒီးမၤအါထီၣ်တဘျီယံၤ 1% လၢတနံၣ်ဘၣ်တနံၣ်အဂီၢ်, စးထီၣ်ဖဲလၢအိးကထိဘၣ် 1 သီ, တုၤလီၤလၢတၢ်သးယံၤအကတီၢ်တုၤယံၤအါကတၢ် 15% န့ၢ်လီၤ။



401(k) တာ်အိၣ်ဘျးလာမူဒါအတာ်တီၣ်ကျဲၤအတာ်ဟီၣ်ထွဲ

တာ်ဟ်ပနီၣ်လီၤပုၤန့ၣ်သါတာ်ဖိ

တာ်တဟ်လီၤတၢ်စုၤလီၤခိၣ်ခိၣ်တာ်ရဲၣ်တာ်ကျဲၤအရူၤဒိၣ်မ့ၢ်ဝဲတာ်ဟ်ပနီၣ်လီၤပုၤန့ၣ်သါတာ်ဖိဒီးဒုးသ့ၣ်ညါအီၤတၢ်ဂ့ၢ်အသီဖဲတာ်အိၣ်မူဆီတလဲဝဲအလီၤခိၣ်န့ၣ်လီၤ တာ်ဟ်ပနီၣ်လီၤ မ့တမ့ၢ် တာ်မၤသီထီၣ်ပုၤန့ၣ်သါတာ်ဖိ မ့ၢ်တာ်လၢအချ့ဒီးအညီခိၣ်ဖျါတာ်န့ၣ်လီၤကွၢ် principal.com န့ၣ်လီၤ တာ်ကဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ပုၤန့ၣ်သါတာ်ဖိတၢ်စုၤတၢ်စုၤအမံၤဒီးအပုၤဂ့ၢ်ဝဲတာ်ဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ နမၤဝဲဒၣ်တာ်ဟ်ပနီၣ်လီၤတာ်လၢအ့ၣ်ထၢ်န့ၣ်ဒီးခိၣ်မ့ၢ်တသ့ဘၣ်န့ၣ်, နမၤန့ၣ်လီၤတၢ်ကွၢ်ဒိၣ်လၢစးခိၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ

တာ်မၤကစၢ်ဒုးဘျးစဲတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့

ImageFIRST ဒုးဘျးစဲတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတာ်ဟ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ 100% လၢအဘျၤလီၤဝဲတဘျီယီဖဲတာ်န့ၣ်လီၤပုၤန့ၣ်သါတာ်ဖိ 401(k) တာ်အိၣ်ဘျးလာမူဒါတာ်တီၣ်ကျဲၤအပူၤန့ၣ်လီၤ ထီၣ်ဘျီန့ၣ်န့ၣ်ဘျၤလီၤဝဲပုၤပုၤဖဲန့ၣ်တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဒီးတၢ်ဒီးန့ၣ်စ့အပူၤန့ၣ်လီၤ

တချုးတာ်ထၢ်တၢ်ခိ 401(k) တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့

တချုးတာ်ထၢ်တၢ်ခိတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ပျဲလၢနကမၤစ့ၤလီၤနတၢ်ခိတာ်သ့ၣ်အတာ်ဟ်န့ၣ်မဲကတီၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ လၢန့ၣ်အမံၤညါ, တာ်ဟ်န့ၣ်မဲနတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့အဖီခိၣ်မ့ၢ်ဝဲတာ်ခိလၢ တာ်သုးယံၤအကတီၢ်န့ၣ်လီၤ တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဒီးတာ်ဟ်န့ၣ်တမံၤလၢလၢမ့ၢ်ဝဲတာ်ခိတာ်သ့ၣ်ပုၤပုၤဒ်အမ့ၢ်တာ်ဟ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဂီၤဖဲနထုးထီၣ်အီၤအခါန့ၣ်လီၤ

Roth 401(k) တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့

နမၤဝဲဒၣ် Roth 401(k) တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဒီးတာ်ထၢ်စ့အခိအသ့ဝဲအလီၤခိ, အယီၤနတထံၣ်ဘၣ်တာ်ခိအတာ်န့ၣ်ဘျုးတဘျီယီဘၣ်န့ၣ်လီၤ တာ်ဟ်န့ၣ်တမံၤလၢလၢခိဖျါတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့တဖၣ်န့ၣ်အဖီခိၣ်မ့ၢ်ဝဲတာ်ခိတာ်သ့ၣ်ကလီၤဖဲနတၢ်န့ၣ်တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ကြးဝဲဘၣ်ဝဲအခါန့ၣ်လီၤ

တာ်ဟ်ပနီၣ် 2024 401(k) တာ်တီၣ်ကျဲၤ

- တာ်ဟ့ၣ်ထၢ်တၢ်သုးယံၤအကတီၢ်လၢတာ်ဟ်ဖိၣ်ယုာ် — ဖဲလၢအကမ့ၢ်ဝဲ 401(k) အလုၢ်လၢ, Roth 401(k) မ့တမ့ၢ် ခံခါလီၢ်— တာ်မၤအါထီၣ်အါန့ၣ်ဒီး \$23,000 လၢ 2024 တာ်ခိအဂီၢ်တသ့ဖဲန့ၣ်န့ၣ် 50 ဆူဖီလၢန့ၣ်လီၤ
- နသးန့ၣ်မ့ၢ် 50 မ့တမ့ၢ် ဆူဖီခိၣ်, နဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့အါထီၣ်စ့ \$7,500 ဖဲတာ်ချုးန့ၣ်တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့အကွၢ်ဂီၤပုၤသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ
- တာ်မၤကစၢ်ဒုးဘျးစဲတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့လၢတာ်ဟ်ပနီၣ်ဝဲလၢ 2024 အဂီၢ်မ့ၢ်ဝဲ \$69,000 (49 န့ၣ် မ့တမ့ၢ် ဆူဖီလၢ)

ပုၤအိၣ်ဆိးခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိအတာ်ဒုးလိၢ်ဒီးတာ်ကီတာ်ခဲလၢတာ်ထုးထီၣ်တာ်ဆိၣ်ထွဲစ့မၤစ့ၤလီၤတီလံာ်မိလၢတာ်လိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢကရၢအအိၣ်လၢတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့နီၣ်ဂံၢ်အဂီၢ် မ့တမ့ၢ် ကဘၣ်တာ်ထုးကွၢ်ခိဖျါတာ်အခိၣ်သ့ၣ်ဒီးနတၢ်န့ၣ်ဘျုးဝဲကျိၤန့ၣ်လီၤ

အဝဲအံၤမ့ၢ်ဝဲတာ်လၢအကဲဘျုးတနီၣ်နီၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤ

401(K): 401(k) တာ်တီၣ်ကျဲၤမ့ၢ်ဝဲတာ်ခိတာ်သ့ၣ်လၢအဘၣ်ဘျုး, တာ်ဟ်ဖျါထီၣ်တာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့တာ်အိၣ်ဘျးလာမူဒါအစရီခိဖျါတာ်မၤကစၢ်အါဂၢၤဆူအဝဲသ့ၣ်အပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ တာ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အမံၤဖဲ U.S. Internal Revenue Code (ကီၢ်အမဲရကၢဒွဲပူၤတာ်ဟ်န့ၣ်အခိအတာ်သိၣ်တာ်သီ) ဝဲအလီၤခိန့ၣ်လီၤ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့ဆူအဝဲသ့ၣ် 401(k) စရီတဖၣ်အပူၤသ့ၣ်ခိဖျါတာ်ဟ်းဃာ်စ့အလဲတဘျီယီ, ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတာ်မၤကစၢ်တဖၣ်ဒုးဘျးစဲဒီးတာ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့တနီၣ်နီၣ် မ့တမ့ၢ် ခဲလၢဘၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ တာ်ဘျုးလီၤစ့အတာ်ဟ်န့ၣ်ဖဲ 401(k) တာ်တီၣ်ကျဲၤဒ်ညီန့ၣ်အပူၤတမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တာ်ခိတာ်သ့ၣ်တူၤလီၤလၢပုၤမၤတၢ်ဖိထုးထီၣ်ကွၢ်စ့အဝဲန့ၣ်တစု, အါတကွၢ်ဖဲအိၣ်ဘျးလာမူဒါဝဲအလီၤခိန့ၣ်လီၤ

တာ်ထၢ်ဆိတၢ်ခိ- တာ်ထၢ်ဆိတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့အခိမ့ၢ်ဝဲတာ်ဆိၣ်ထွဲစ့လၢတာ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤပုၤန့ၣ်တာ်တီၣ်ကျဲၤအဂီၢ်, တာ်အိၣ်ဘျးလာမူဒါစရီ မ့တမ့ၢ် တာ်သုးယံၤထီၣ်တာ်ခိအကတီၢ်အဂၢၤတဖၣ်လၢတာ်ဘျုးလီၤဝဲထံးလဲၣ်လၢအဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့တချုးဖဲတာ်ထုးစ့ၤလီၤကီၢ်စ့ဖိၣ်ဒီးလီၢ်ကဝီၤတာ်ခိတာ်သ့ၣ်တဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ အဒိ, နမ့ၢ်ထၢ်န့ၣ်လီၤ \$10,000 ဆူ 401(k) အပူၤန့ၣ်, တလိၣ်နဟ့ၣ်တာ်ခိအလဲဖဲတာ်ဟ်န့ၣ် \$10,000 အဖီခိၣ်ဖဲန့ၣ်လၢတာ်ဒီးန့ၣ်အါအခါန့ၣ်လီၤ တာ်ထၢ်ဆိတၢ်ဟ့ၣ်ဆိၣ်ထွဲစ့အခိမ့ၢ်ဝဲပဒိၣ်အတာ်မၤကျိၤကျဲၤလၢအဟ့ၣ်သဆၣ်န့ၣ်လၢနကလီၤကီၢ်နတၢ်အိၣ်ဘျးလာမူဒါန့ၣ်လီၤ



ဆပ်ဖိကီဖိလါတင်ဘုဉ်အီအတင်အုဉ်ကီ

Nationwide | petinsurance.com | 888.899.4874

ပသးအိဉ်မၤစၢၤဝဲဒၣ်ဆပ်ဖိကီဖိလါတင်ဘုဉ်အီအတင်အုဉ်အိဉ်ချ့ဒီးတၢ်ဘဉ်ဒိသတူဉ်ကလၢတၢ်အုဉ်ကီအတၢ်တိကျါဒိဖျါထံလီၢ်ကီပုၤန့ဉ်လီၤ တၢ်ဆဲးလီၤမံၤဖဲတၢ်တိကျါအပူၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်အိဉ်ဟံးကိးဆၢကတီၢ်ဒီးလၢဒိတန့ဉ်အဂီၢ်, ဒီးတၢ်တိကျါဟ့ဉ်လီၤမၤစၢၤတၢ်အုဉ်ကီအကလၢကလၢလၢထီဉ်, သၣ်မံၤ, ထီဉ်, ဒီးဆပ်ဖိကီဖိလါတင်ဘုဉ်ကီအကလၢကလၢဖဲထုးစ့ၤလီၤစ့အနီဉ်ထီဉ်န့ဉ်လီၤ န့ဉ်လီၤကွၢ် petinsurance.com လၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလၢအုဉ်န့ဉ်န့ဉ်မ့ၢ် မ့ၢ်ကိး 1.888.899.4874 လၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤဒိဖျါတၢ်မၤစၢၤပုၤပူၤစူးကါတၢ်ဖိအခၢဉ်စး တက့ၢ်

မ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်တၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်အတၢ်န့ၢ်ဘျး

ImageFIRST အမ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်တၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်အတၢ်န့ၢ်ဘျးအုဉ်ကီလုၢ်ဘၢန့ၢ်ဖဲန့ၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်တၢ်လဲၤမ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်အဂီၢ်ဖဲဟီဉ်ခိဉ်ချ့တၢ်လီၢ်တပူၤလၢလၢန့ဉ်လီၤ တၢ်ဆဲးလီၤန့ၢ်မံၤတဘျီဃီဖဲမ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်တၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်အတၢ်န့ၢ်ဘျးအပူၤဒီးသန့ထီဉ်သးဖဲန့တၢ်ဖဲတၢ်မၤ, ဒီးန့ဉ်ဟ့ဉ်န့တၢ်အပူၤကလၢကလၢခဲလၢအဖိခိဉ်န့ဉ်လီၤ ဖဲသးသမ့ၤလီၤမံၤဖဲတၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်မ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်အခါ, တၢ်ကဟ့ဉ်အါထီဉ်မ့ၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်တၢ်လဲၤတၢ်ကွၢ်အတၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ်အလဲန့ဉ်လီၤ မၤလီၤတၢ်လၢနကမၤဝဲဒၣ်တၢ်ဟံးပနီဉ်လီၤပုၤန့ၢ်သါတၢ်ဖဲတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအဆၢကတီၢ်န့ဉ်တက့ၢ်

ပဟ့ဉ်လီၤမၤစၢၤအါထီဉ်တၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ်လၢအဟ့ဉ်န့တၢ်ဃုထၢအါန့ၢ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲဆုဉ်ချ့ဒီးတၢ်ဒိသဒၢတၢ်ဟဲန့ဉ်လီၤ

တၢ်ဟ့ဉ်လိးကွၢ်တၢ်မၤလိအလဲ

ImageFIRST ဟ့ဉ်သဆဉ်ပုၤကိးဂၤလၢအကဆဲးဂဲၤလီၢ်လၢတၢ်မၤလဲၤထီဉ်လဲၤထီအနီၢ်ကစၢ်သးန့ဉ်လီၤ တၢ်ဆဲးတူၢ်လီၢ်တၢ်မၤလိမၤဒီးဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကကြးဝဲဘဉ်လၢတၢ်ဟ့ဉ်လိးကွၢ်တၢ်မၤလိအလဲအအါကတၢ်တုၤလၢ \$5,000 လၢတန့ဉ်ဘဉ်တန့ဉ်အဂီၢ်ဖဲတၢ်မၤလိအပတီၢ်တမံၤလၢလၢ မ့ၢ်တမ့ၢ် ဖျါကွီလီၢ်အုဉ်သးန့ဉ်လီၤ တၢ်အုဉ်ကီဟ့ဉ်လိးကွၢ်တဖၣ်လၢန့မ့ၢ်ဒီးန့ၢ်အပတီၢ် C မ့ၢ်တမ့ၢ် ဂ့ၤထီဉ်န့ၢ်အလီၢ်န့ဉ်လီၤ ကွၢ်ဘဉ်ကျဲသန့ဒီးတၢ်မၤကျါကျဲအမံၤရဲဉ်လၢကသ့ဉ်ညါအါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢပုၤအဂီၢ်တက့ၢ်










တၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အလဲလၢတၢ်ဃုခွဲးအိဉ်ပတုဉ်, နံၤသဘျု, ဒီးတၢ်ဃုခွဲးလၢတၢ်သ့ဉ်အုးသးအုးအဂီၢ်

ImageFIRST ဟ့ဉ်ဝဲဒၣ်တၢ်အလဲလၢတၢ်ဃုခွဲးအိဉ်ပတုဉ်လၢတၢ်ဟးကသ့ဉ်ကသီ, နီၢ်ကစၢ်အမုၢ်န့ၢ်, တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ, နံၤသဘျု, ဒီးတၢ်သ့ဉ်အုးသးအုးအဂီၢ်န့ဉ်လီၤ ဝံသးစူၤကွၢ်ဘဉ်ကျဲသန့ဒီးတၢ်မၤကျါကျဲအမံၤရဲဉ်လၢကသ့ဉ်ညါအါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢပုၤအဂီၢ်တက့ၢ်

Malloy Medicare ပုၤဟ့ဉ်ကူဉ်တၢ်တဖၣ်

ပမၤသကိးတၢ်ဒီး Malloy Medicare ပုၤဟ့ဉ်ကူဉ်တၢ်တဖၣ် လၢကဟံးဖျါထီဉ်စၢၤ နတၢ်ဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ဘိဘဉ်ဃးဒီး Medicare အဂ့ၢ်န့ဉ်လီၤ Malloy Medicare ပုၤဟ့ဉ်ကူဉ်တၢ်တဖၣ် မ့ၢ်တၢ်အိဉ်ယၢၤ တလၢကဘူးလဲလၢပုၤတဂၤလၢလၢလၢန့ဉ်လီၤမ့ၢ်တုၤပုၤတီၤ မ့ၢ်တမ့ၢ် ကြးဝဲဘဉ်ဝဲလၢ Medicare အဂီၢ်န့ဉ်လီၤ အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်ဝဲ ထံလီၢ်ကီပုၤဒိပနီဉ်တဖၣ် လၢကအိဉ်ကတီၢ်သးလၢကစံးဆၢ Medicare အတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်ဖဲတအိဉ်တၢ်လီၢ်တပူၤလၢလၢန့ဉ်လီၤ ဆဲးန့ဆဲးကျါ Malloy ပုၤဟ့ဉ်ကူဉ်တၢ်တဖၣ် အခါ တၢ်ကဟ့ဉ်ဘဉ်န့ၢ် တၢ်သ့ဉ်ညါန့ၢ်ပၢ်ဘဉ်ဃးဒီး Medicare အဂ့ၢ်လၢလၢပုၤပုၤန့ဉ်လီၤ ကရၢခၢဉ်စးလၢအိဉ်ဒီးလီၢ်တၢ်ပုၤဖဲသဲးစး တဂၤကန့ဉ်ကျဲယုၤန့ၢ်လၢ Medicare အကူဉ်အဆၢတဖၣ် ဒီးစံးဆၢန့တၢ်သံကွၢ် မ့ၢ်တမ့ၢ် တၢ်ဘဉ်ယိဉ်အဂ့ၢ်တဖၣ်န့ဉ်လီၤ ကိးလီၢ်တံစီ 1.800.933.8129 မ့ၢ်တမ့ၢ် ဆုၤလီၢ်ပရၢ answers@malloymedicare.com လၢကမၤလီၢ်ပၢ်အါထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တက့ၢ် န့ဉ်လီၤကွၢ်လၢပပုၤယဲၤသန့ဖဲ malloymedicare.com သ့စ့ၢ်ကိးန့ဉ်လီၤ

ပုလဲတၢ်ဆဲးကျဲ

ဆူၣ်ချ့ၣ်ဝီ၊ မၢ်တၢ်ထံၣ်	Aetna	ဆူၣ်ချ့ၣ်ဝီ- 800.962.6842 မၢ်ထံၣ်တၢ်ဝီ- 877.973.3238	ဆူၣ်ချ့ၣ်ဝီ- aetna.com မၢ်ထံၣ်တၢ်ဝီ- Aetnavision.com	
ကသံၣ်ထံလဲ*	CVS	833.268.1269	caremark.com	
AAP/EAP တၢ်ကရၢကရိတၢ်တိၣ်မၤစၢၤအတၢ်တီၢ်ကျဲ	The Hartford	1.800.96.HELPS (800.964.3577)	ပှ်ယဲၤသန့ ID- HLF902 ခိပနီၣ်အမံၤ- ABILI guidanceresources.com	
မဲၣ်ဝီ	United Concordia Dental	800.332.0366	unitedconcordia.com	
HEALTHCHAMPION	The Hartford	800.964.3577	thehartford.com/employee-benefits/ value-added-services	
တၢ်ဘၣ်ဒိသတူၢ်ကလၢ်, တၢ်ဆိးကွၢ်ဆါဘီအ ကီၤဒိၣ်, တၢ်ကူၤမၤယါဘျါသးဘူးလဲ	Aetna	800.607.3366	myaetnasupplemental.com	
သဲးတၢ်အုၣ်ကီၤ	LegalEASE	800.248.9000	legaleaseplan.com/imagefirst	
STD နီၣ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤတစီၢ်တလီၢ် LTD နီၣ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤယံၢ်ထၢ	The Hartford	888.301.5615	abilityadvantage.thehartford.com	
ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိလၢတၢ်ဘျဲးအီၤအတၢ်အုၣ်ကီၤ	Nationwide	888.899.4874	petinsurance.com	
FSA စုစရိတၢ်စူးကါသ့ကျဲအါဘိ	PayFlex	888.678.8242	payflex.com	
တၢ်ဟံၣ်ကီၢ်တၢ်အိၣ်ဘျဲးလၢမူဒါ 401(K) တၢ်တီၢ်ကျဲ	Principal	800.547.7754	principal.com	
တၢ်အိၣ်မူဒီး AD&D တၢ်ဃုထီၣ်တၢ်မၤဆူၣ် ထီၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်အုၣ်ကီၤ	The Hartford	800.563.1124	abilityadvantage.thehartford.com	
LTC - တၢ်အိၣ်မူကတီၢ်/တၢ်ကွၢ်ထွဲပုၤဒီးတၢ်ဖိကတီၢ်ယံၢ်	Chubb	855.241.9891		

*ဝဲသးစူၤတီၢ်နီၣ်, Caremark တၢ်မၤစၢၤပုၤစူးကါတၢ်ဖိ အလီၤတစီၢ်နီၣ်ဂီၢ် ဒီး ပှ်ဘျဲးစဲ ကအိၣ်ပတုၣ်ကွၢ်တုၤလၢ 10/1/24 န့ၣ်လီၤ

