



# Health coverage for individuals and families

## Get peace of mind with Regence



### The 10 Essential benefits

All of our plans cover primary care, emergency services, hospitalization, labs, maternity, mental health, pediatric dental (only off the Marketplace), preventive services, chronic disease and more.



### Network options

Across the Regence footprint, we offer the broad Individual and Family Network. Some areas offer additional plan options. In King County, we offer plans on our quality-focused UW Medicine and Eastside Health networks. In Pierce County, plans are on our quality-focused MultiCare Connected Care Network.



### Counseling and life-balance services

All plans come with the Individual Assistance Program, which includes four free counseling visits per incident. Life-balance services include legal help, financial, elder and child care resources, and more.



### Virtual care

All plans cover telehealth (care over phone, video or email).



### Preventive care

Stay on top of your wellness with 100% coverage when you see in-network providers for preventive care.



### Rx benefits

Each plan covers a wide range of prescription drugs at any of our 65,000 participating pharmacies.



### Savings to support a healthier life

Enjoy discounts on eye care, hearing care, alternative care, fitness clubs, over-the-counter health and wellness products, and more.



### Chronic care management

If you need it, we have specialized programs plus expanded benefits and Rx coverage to support you.



### Regence app and member website

Anytime access to your member ID card, benefit and claims information, a doctor search and many other member account features.



### Local customer service

Insurance can be confusing, and you probably have questions. That's why we have a team of experts available to assist you via phone or chat.



## Questions?

Call us at **1-888-REGENCE (1-888-734-3623)** (TTY: 711) or learn more at [regence.com](https://www.regence.com).

# Understanding metal levels

Each Regence plan is offered at one or more metal levels

## Gold level

This option offers a heavier premium and lighter out-of-pocket costs.

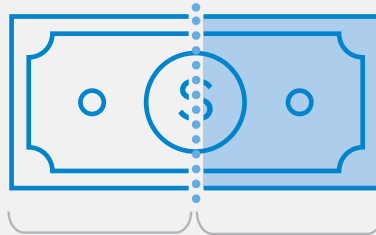


Monthly premium

Out-of-pocket costs

## Silver level

This option balances premium and out-of-pocket costs.

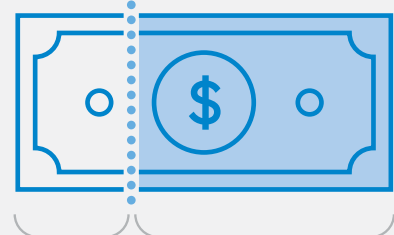


Monthly premium

Out-of-pocket costs

## Bronze level

This option offers a lighter premium and heavier out-of-pocket costs.



Monthly premium

Out-of-pocket costs

## Plans offered

### Traditional

This is a good fit if you:

- Are looking for a plan with office-visit copays
- Expect to need care several times during the year
- Can pay higher premiums in exchange for predictable out-of-pocket costs

### Cascade (available only on the Marketplace)

This is a good fit if you:

- Are looking for predictable out-of-pocket costs on medications and provider visits

### High-deductible health plans (HDHP) - Silver available only off the Marketplace

This is a good fit if you:

- Expect to need care rarely or only a few times a year
- Have or plan to use a health savings account (HSA)
- Can spend time planning and researching health care

### Care on Demand

This is a good fit if you:

- Want to use telehealth as your primary means of care
- Are generally healthy and need care occasionally or rarely

### Essential

This is a good fit if you:

- Are generally healthy and rarely need care
- Are willing to pay higher out-of-pocket costs in exchange for low premiums



Call us to learn more or visit [regence.com](https://www.regence.com).

Regence BlueShield serves select counties in the state of Washington and is an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

Regence BlueShield  
1800 Ninth Avenue | Seattle, WA 98101

REG-429784-21/10-WA  
© 2021 Regence BlueShield

Regence complies with applicable Federal and Washington state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity or sexual orientation. ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-344-6347 (TTY: 711). 注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-344-6347 (TTY: 711).



# Cobertura de salud individual y familiar

## Podrá estar tranquilo con Regence



### Los 10 beneficios esenciales

Todos nuestros planes cubren atención médica primaria, servicios de emergencia, hospitalización, laboratorio, maternidad, salud mental, servicios dentales pediátricos (sólo fuera del Portal de Seguros), servicios preventivos, enfermedades crónicas y más.



### Opciones de red de cobertura

A lo largo del área de servicio de Regence, ofrecemos una red individual y familiar amplia. Algunas áreas ofrecen opciones de plan adicionales. En King County, ofrecemos planes en nuestras redes enfocadas en calidad UW Medicine y Eastside Health. En Pierce County, los planes se encuentran en la red enfocada en calidad MultiCare Connected Care.



### Orientación y servicios de equilibrio de vida

La mayoría de los planes vienen con un Programa de Asistencia Individual. El cual incluye cuatro visitas de orientación gratuitas por incidente. Los servicios de equilibrio de vida incluyen recursos legales, financieros, para ancianos, cuidado de niños y más.



### Atención médica virtual

Todos los planes incluyen telemedicina (atención telefónica, por video o correo electrónico).



### Atención preventiva

Permanezca al día con su bienestar con 100% de cobertura cuando vea a un proveedor dentro de la red para cuidados preventivos.



### Beneficios de recetas

Cada plan cubre una amplia gama de medicamentos con receta en cualquiera de nuestras 65,000 farmacias participantes.



### Ahorros para apoyar una vida más saludable

Disfrute de descuentos en cuidados de la vista, auditivos, alternativos, centros de ejercicio, productos de salud y de bienestar de venta libre y más.



### Manejo de condiciones crónicas

Si lo necesitara, tenemos programas especializados además de beneficios expandidos y cobertura de medicamentos para apoyarle.



### El app de Regence y nuestro sitio digital para miembros

Tendrá acceso en cualquier momento a su tarjeta de identificación de miembro, beneficios e información de reclamos, búsqueda de doctores y muchas otras herramientas en la cuenta de miembro.



### Servicio al cliente local

Los seguros pueden ser complejos y usted probablemente tiene preguntas. Por eso tenemos un equipo de expertos disponible para asistirle por teléfono o chat.



## ¿Tiene preguntas?

Llame al **1-888-REGENCE**  
**(1-888-734-3623)** (TTY: 711)  
o aprenda más en [regence.com](https://www.regence.com).

# Entienda los planes metálicos

Cada plan de Regence es ofrecido en uno o más niveles

## Nivel Gold

Esta opción le ofrece una cuota de prima más alta y gastos de su bolsillo más bajos.

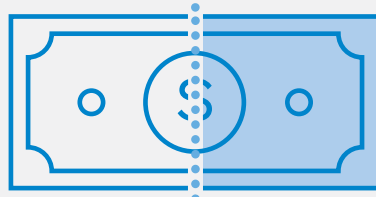


Cuota mensual

Gastos de bolsillo

## Nivel Silver

Esta opción equilibra sus gastos de prima y de bolsillo.

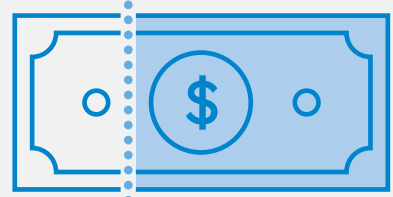


Cuota mensual

Gastos de bolsillo

## Nivel Bronze

Esta opción le ofrece una cuota de prima más baja y gastos de su bolsillo más altos.



Cuota mensual

Gastos de bolsillo

## Planes ofrecidos

### Traditional

Este plan se ajusta bien si:

- Está buscando un plan con copagos para visitas al consultorio
- Espera necesitar atención médica varias veces al año
- Puede pagar una cuota más alta a cambio de gastos de su bolsillo más predecibles

### Cascade (disponible sólo en el Portal de Seguros)

Este plan se ajusta bien si:

- Está buscando gastos de bolsillo de medicamentos y consultas predecibles

### Planes de salud de deducible alto (HDHP en inglés) sólo disponible fuera del Portal de Seguros

Este plan se ajusta bien si:

- Espera necesitar cuidados médicos raramente o sólo un par de veces al año
- Tiene o planea utilizar una cuenta de ahorros de salud (HSA)
- Puede utilizar su tiempo planificando e investigando sus opciones de cuidado médico

### Care on Demand

Este plan se ajusta bien si:

- Quiere utilizar telemedicina como su primer vehículo de cuidado médico
- Por lo general es saludable y necesita atención médica ocasional o raramente

### Essential

Este plan se ajusta bien si:

- Usted es generalmente saludable y raramente necesita cuidados médicos
- Está dispuesto a pagar más de su bolsillo a cambio de una cuota baja



Llámenos para aprender más o visite [regence.com](https://www.regence.com).

Regence BlueShield serves select counties in the state of Washington and is an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

Regence BlueShield  
1800 Ninth Avenue | Seattle, WA 98101

REG-429784-21/10-WA-SP  
© 2021 Regence BlueShield

Regence complies with applicable Federal and Washington state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity or sexual orientation. ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-344-6347 (TTY: 711). 注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-344-6347 (TTY: 711).