



EMC NOTICIAS

OTOÑO 2018

Beneficios de Atención Médica | Bienestar | Recursos

INSCRIPCIÓN ABIERTA PARA LOS BENEFICIOS

VIVA BIEN

ELIJA BIEN



OCT 1-19

B

eneficios

Su inscripción abierta es aquí! **Ahora hasta el 19 de octubre,**

Usted puede hacer cambios a sus beneficios sin experimentar un evento de vida que califique (matrimonio / divorcio / nacimiento / adopción / etc.). Asegúrese de tomar medidas durante la inscripción abierta de beneficios; de otra manera, **se lo inscribirá en el nivel solo para empleados del plan médico y sus dependientes no tendrán cobertura médica a partir del 1 de enero.**

Además de inscribirse o cancelar su inscripción en la cobertura médica, dental y de la vista, durante la Inscripción abierta, usted también puede

- ◆ Inscribir y dar de baja a dependientes para 2019
- ◆ Inscribirse en las Cuentas de Gastos Flexibles de Atención Médica y Guarderías / Ancianos (civiles y uniformes - empleados de la policía) **Nota:** Las elecciones de 2018 no se transfieren
- ◆ Aumentar la cobertura de discapacidad a largo plazo (empleados civiles)
- ◆ Inscribirse o aumentar el seguro de vida suplementario (empleados civiles)

Asegúrese de asistir a una feria de inscripción abierta para obtener una **vacuna contra la gripe** y reciba asistencia en persona para suscribirse a sus beneficios de atención médica 2019: **Del 15 al 19 de octubre en el Alamodome.**

Recuerde visitar nuestro [Centro Único para Inscripción Abierta de Beneficios](#) para toda su información, incluidos los detalles sobre nuestras sesiones de inscripción abierta. Las vacunas contra la gripe estarán disponibles en las Sesiones de Inscripción Abierta de este año, que se celebrarán en el Alamodome, del 15 de octubre al 19 de octubre.

Entre en contacto con el servicio de atención al cliente de Recursos Humanos en

AskHR@sanantonio.gov o 207.8705 si tiene alguna pregunta.

ÍNDICE

- 1.....Inscripción abierta para Beneficios
- 2.....Bienestar — IMMTrac2 / Consejos para dormir
- 3.....Encuéntrelo aquí - Beneficios para Empleados
- 4.....Pase de bus VIA/CHOOSE
- 5.....Beca UNAM/ Mejora

excellence in all we do

COREValues

Trabajo en equipo - Integridad - Innovación - Profesionalismo

Horario de Sesiones de Inscripción Abierta

10/15/18 - Mediodía a 5 PM

10/16/18 - 8 AM a 5 PM

10/17/18 - 8 AM a 5 PM

10/18/18 - 8 AM a 5 PM

10/19/18 - 8 AM a 1 PM

¿Sabía..?

- Las primas de atención médica (seguro médico, dental, de visión y seguro de vida) para los empleados civiles seguirán siendo las mismas en 2019 que ahora.
- Para agregar dependientes durante la inscripción abierta, comuníquese con [el Equipo de Relaciones con Empleados del departamento](#) para un formulario de inscripción.
- Para agregar dependientes, deberá proporcionar información de validación de dependientes.
- Si tiene otra cobertura de atención médica y desea renunciar / rechazar la cobertura médica de la Ciudad para 2019, debe hacerlo a través del portal de inscripción.



Palabras de Bienestar

Noticias de nuestra División de Bienestar de los Empleados



Metro Health está alentando a los empleados a considerar registrarse para el **Sistema de información de inmunización de Texas (ImmTrac2)** donde su información está protegida, disponible para profesionales de la salud, y se puede acceder y actualizar por el resto de su vida.



CIUDAD DE SAN ANTONIO
DISTRITO METROPOLITANO DE SALUD

El registro de inmunización de un individuo es un documento esencial que se utiliza a lo largo de su vida. El Programa de Inmunización del Distrito de Salud Metropolitano de San Antonio está trabajando para garantizar que el público firme los formularios de consentimiento para ImmTrac2, por lo que sus registros de vacunación pueden ser localizados fácilmente por cualquier proveedor médico en todo el estado. De acuerdo con el Proyecto de Ley de la Cámara de Representantes de Texas de 1921, no se puede retener información de identificación individual sobre una



persona para quien el consentimiento no pueda ser verificado. En efecto, si no proporciona su consentimiento, los proveedores médicos u otros profesionales de atención médica que puedan necesitarla no podrán acceder a su información de vacunación. A menudo se requiere que los adultos muestren pruebas de las vacunas en varios casos, como el empleo en centros de atención médica o guardería, viajes internacionales y admisión a la universidad. Si los registros de inmunización no están disponibles, una persona tendría que ser revacunada u obtener pruebas de inmunización en el laboratorio.

Cómo registrarse:

- Descargue los formularios de sanantonio.gov/Health/HealthProfessionals/ImmunizationRegistry o puede pedirle uno a su proveedor de atención médica. Los adultos deben completar el formulario titulado Formulario de Consentimiento del Adulto (F11-13366 / inglés) o (F11-13366A / español) y, para menores de edad, los padres / tutores deben completar el formulario titulado Formulario de Consentimiento del Menor (C-7 / inglés) o (C-7A / español).
- Entregue los formularios completos a su proveedor de atención médica, envíelos por fax al (210) 207-0751 (Atención: Equipo de ImmTrac2), o envíelos por correo a: Sucursal de inmunización, a la atención de: Equipo de ImmTrac2, 111 Soledad St., Suite 600, San Antonio, TX 78205

Si tiene preguntas, llame al Programa de Inmunización de MetroHealth de San Antonio al (210) 207-5071.

Consejos para dormir bien por la noche

Según healthline.com, una buena noche de sueño es increíblemente importante para su salud, tan importante como comer saludable y hacer ejercicios. Hay muchas cosas que usted puede hacer para ayudarlo a obtener esos zzz de calidad. Aquí hay algunas ideas de nuestro Programa de Asistencia al Empleado (EAP), Deer Oaks (para obtener más ideas, consulte el boletín para empleados de octubre de 2018 en sanantonio.gov/EmployeeInformation/Wellness):

- Siga un horario regular de sueño. Vaya a dormir y despiértese a la misma hora cada día, incluso los fines de semana. Trate de evitar las siestas a última hora de la tarde o por la noche, ya que puede mantenerlo despierto por la noche.
- Desarrolle una rutina para acostarse. Tómese tiempo para relajarse antes de acostarse cada noche. Algunas personas ven televisión, leen un libro, escuchan música suave o se toman un baño caliente.
- Mantenga su dormitorio oscuro, ni demasiado caliente ni demasiado frío, y lo más tranquilo posible.
- Use un colchón cómodo, una almohada que le guste y suficientes mantas para la temporada.
- Haga ejercicios a horas regulares todos los días, pero no dentro de las 3 horas antes de su hora de acostarse.
- Haga un esfuerzo para salir mientras hay sol todos los días.
- Tenga cuidado con cuándo y cuánto come. Las comidas abundantes cerca de la hora de acostarse pueden mantenerlo despierto, pero un refrigerio ligero por la noche puede ayudarlo a dormir bien.
- Manténgase alejado de la cafeína al final del día. La cafeína que se encuentra en el café, el té, los refrescos y el chocolate caliente puede mantenerlo despierto.



¿Está buscando algo en el sitio web de la Ciudad? En cada edición de *EMC Noticias*, destacaremos una página específica del sitio y le señalaremos dónde puede encontrar información valiosa.

sanantonio.gov/EmployeeInformation/Benefits

Échele un vistazo a la nueva y mejorada página de información general de beneficios. Ubicada en el sitio web de información para empleados de la Ciudad de San Antonio, esta página es una excelente manera de encontrar información sobre los beneficios de sus empleados. Dividida en seis categorías principales: guías de inscripción de beneficios, elegibilidad, jubilación, proveedores de beneficios, otros beneficios y formularios, lo ayuda a encontrar información valiosa sobre beneficios de manera más rápida y fácil. Recuerde, usted puede acceder a este sitio web desde el trabajo o desde su casa.

CITY OF SAN ANTONIO
 GET CONNECTED RESIDENTS VISITORS BUSINESS YOUR GOVERNMENT ESPAÑOL

HUMAN RESOURCES DEPARTMENT
 sa.Gov Home > Employee Information > Employee Benefits

EMPLOYEE BENEFITS

EMPLOYEE INFORMATION HOME
 ABOUT >
 ADMINISTRATIVE DIRECTIVES
 BENEFITS >
 COMPENSATION & MY PAY >
 EMPLOYEE RELATIONS >
 EVENTS & NEWS >
 RETIRED EMPLOYEES >
 TRAINING >
 WELLNESS >

SA.GOV RELATED SITES
 EMPLOYEE ACCESS TO SERVICES & INFO (EASI)
 CAREER CENTER (JOBS)
 MORE...

HELPFUL LINKS
 BENEFITS PROVIDERS (VENDORS)
 VIRGIN PULSE PROGRAM
 CONTACT HR CUSTOMER SERVICE

Mailing Address
 P.O. Box 839966
 San Antonio, TX 78283-3966

Physical Address
 Riverview Towers Building
 111 S. Leonard, Suite 1300

BlueCross BlueShield of Texas
DON'T MISS OUT AGAIN
 Earn cash on your next medical procedure.
Member Rewards

CASH IN YOUR POCKET!
 Learn how to earn cash through the Member Rewards Program.

BENEFIT ENROLLMENT GUIDES
ELIGIBILITY
RETIREMENT
BENEFITS PROVIDERS
OTHER BENEFITS
FORMS

Connect with the HUMAN RESOURCES DEPARTMENT
 Facebook, Twitter, YouTube, LinkedIn

QUICK LINKS
 FREQUENTLY ASKED QUESTIONS
 VIDEO LIBRARY
 LEAVE & HOLIDAY SCHEDULE

FEATURED
NOTICE OF PRIVACY PRACTICES
 How your medical information may be used, disclosed, and how you can get access to this information. >

POLICIES & LEGAL NOTICES
 Find out more about City policies and legal notices. >

Recordatorios del Lugar de Trabajo en la Ciudad

Con las elecciones intermedias que se llevarán a cabo en unas pocas semanas el 6 de noviembre, y la votación anticipada se iniciará el 22 de octubre,

aquí hay algunas cosas que recordar acerca de la Directiva administrativa 1.2 Actividad Política.

- * Los empleados de la ciudad pueden votar, expresar sus opiniones políticas personales en una reunión pública privada o no política, firmar peticiones, mostrar materiales de campaña en su propiedad y aceptar un empleo como juez electoral o de elecciones con las autoridades electorales del condado o federales.
- * Los empleados pueden contribuir con tiempo para campañas ajenas a la Ciudad siempre que no se realicen durante el horario de trabajo de la Ciudad o utilizando recursos de la Ciudad.
- * Los empleados no pueden participar en la gestión de campaña de un candidato para ningún cargo de la Ciudad.
- * Los empleados no pueden usar botones de campaña ni distribuir literatura de la campaña en el horario de la Ciudad, con el uniforme de la Ciudad, en propiedades de la Ciudad ni mostrar material de campaña en ningún vehículo de la Ciudad.



REGISTRO DE PASES DE AUTOBUSES VIA ESTÁ JUSTO VIRANDO LA ESQUINA

¡La ciudad de San Antonio se complace en ofrecer a los empleados la oportunidad de viajes gratis para ir a trabajar! Los empleados regulares, de tiempo completo y de medio tiempo que planean viajar para trabajar en un autobús o tranvía de línea principal VIA pueden inscribirse en línea para el Programa de Pases de Autobús VIA 2019 del 5 al 27 de noviembre. También tendrás la opción de completar un formulario en papel si no tiene acceso a una computadora en el trabajo. ¡Más información estará disponible en breve!

Viajar en el autobús es una forma ecológica de viajar desde y hacia el trabajo. Los pases de autobús VIA son para empleados de tiempo completo y medio tiempo para ayudar con el transporte desde y hacia el trabajo y desde y hacia las instalaciones de la Ciudad durante la jornada laboral. Usar un pase de autobús también es una forma ecológica de viajar. Los pases de autobús se ofrecen sin cargo para el primer pase; sin embargo, los pases de reemplazo cuestan \$ 60 cada uno.

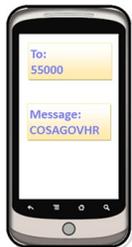


COSAPERKS

Hay algunos nuevos descuentos para empleados de la Ciudad para disfrutar, así que visite la [página COSAPERKS](#) de la [COSAweb](#) para todos los detalles. Las nuevas ofertas incluyen:

- ♦ Suscripciones de mitad de temporada a la temporada 2018-19 de la San Antonio Symphony
- ♦ \$ 200 de descuento en cualquier paquete de estudio de preparación para exámenes de Tutor the People
- ♦ Descuentos en las entradas de los Spurs para la temporada 2018-19.

También hay descuentos para el servicio de telefonía móvil, computadoras, alquiler de apartamentos y crioterapia.



¡Regístrese hoy para recibir mensajes de texto de COSAGOVHR! Esta es una forma rápida y fácil de recibir información sobre noticias de recursos humanos, oportunidades profesionales y alertas de emergencia. Tenga en cuenta que una vez que se registre, puede recibir hasta cuatro (4) mensajes por mes de COSAGOVHR. Tarifas por mensajes y datos pueden ser aplicadas. Para optar por no recibir este servicio, envíe el mensaje de texto STOP al 55000. Si prefiere registrarse para este servicio desde una computadora, simplemente visite messagingtoolkit.att.com/onlineSignup/COSAGOVHR/employees. Si tiene preguntas, comuníquese con el Servicio de Atención al Cliente de Recursos Humanos al 207-8705 o AskHR@sanantonio.gov.

ELIGE : SAN ANTONIO

Estamos buscando empleados para compartir su historia sobre por qué eligió

trabajar para la Ciudad de San Antonio. Estas historias se presentarán en nuestra campaña de reclutamiento CHOOSE en curso. Su historia podría destacarse en un video o póster que usaremos para mostrar a otros por qué la Ciudad es un gran lugar para trabajar. Para más información, envíenos un correo electrónico a AskHR@sanantonio.gov.

CHOOSE: Opportunity
I Choose San Antonio because...

"After landing a job as a Collector in the Solid Waste Management Department and riding on the back of the truck for a few months, I was given the opportunity to obtain my commercial drivers license (CDL) and reach my goal of becoming a Side Loader Equipment Operator. Now, I can better provide for my family."

Enrique Sausedo
Side Loader Equipment Operator,
Solid Waste Management Department

CHOOSE: San Antonio
sanantonio.gov/careers

CHOOSE: Stability
I Choose San Antonio because...

"I chose to work for the City of San Antonio because of the stability it provides. The City offers good benefits, holidays, and opportunities to further your education. I'm a plumber and while at the City, I've been able to earn additional certifications in my field. I have now received all the certifications currently available to plumbers. I enjoy a comfortable work environment and am appreciative of an atmosphere where training is encouraged and provided. I look forward to a long career with the City."

Carolina Martinez
Plumber II,
Aviation

CHOOSE: San Antonio
sanantonio.gov/careers



Nuevo Catálogo de Entrenamiento 2018/2019 ahora disponible en sanantonio.gov/employeeinformation/training/

HOLA!
LEARN SPANISH

¿Sabía que puede tomar clases de español en la [Universidad Nacional Autónoma de México \(UNAM\) San Antonio](http://www.unam.mx)? Todos los empleados interesados deben completar una solicitud en línea antes del **9 de noviembre de 2018** en surveymonkey.com/r/2019UNAMSpring

Detalles de Becas:

- Abierto a empleados regulares de tiempo completo
- Las clases se ofrecen en la UNAM durante el propio tiempo del empleado
- La beca cubre el costo de la matrícula; sin embargo, los empleados son responsables de los libros de texto que varían en precio (\$ 90.00 - \$ 199.00) dependiendo del nivel de dominio.
- Todos los solicitantes serán notificados en enero, antes del registro de clases
- El registro de la UNAM es el 8 y 9 de enero
- Las clases comienzan el 14 de enero

Para obtener más información, llame al Servicio de Atención al Cliente de Recursos Humanos al (210) 207-8705.

UPGRADE

¡CONOZCA A SU NUEVA ASESORA!

ELIZABETH VELARDE, MPH

Si tiene algún crédito universitario y aún no ha completado su título o desea comenzar su viaje universitario, programe una cita con Elizabeth hoy mismo para aprender cómo el **Programa de Actualización** lo puede ayudar. Actualización es un servicio **GRATIS** que puede ayudarlo a obtener un camino para obtener su título.



Sirviendo como la nueva Asesora de Actualizaciones de la Ciudad, Elizabeth trabajará con usted hombro con hombro para proporcionar:

- orientación con el proceso de ayuda financiera,
- asesoramiento de carrera,
- planificación de transferencia,
- evaluación de expediente, y más.

Elizabeth tendrá horario de atención en la Biblioteca Central (600 Soledad, 78205) todos los martes y miércoles de 11 am a 1 pm. Las reuniones son solo por cita. Para programar su cita:

- llame o envíe un correo electrónico al Servicio de Atención al Cliente de Recursos Humanos al **207-8705** o AskHR@sanantonio.gov, o
- llame o envíe un correo electrónico a Elizabeth al **207-4522** o _velarde@saedpartnership.org.

Tenga en cuenta: Con el permiso del supervisor, los empleados pueden reunirse con Elizabeth en el horario de trabajo, y cualquier hora que caiga dentro de su día programado se considerará tiempo pagado.



Dado que EMC se centra en temas que afectan a todos Empleados civiles de la ciudad, es importante ofrecer oportunidades para que los empleados compartan sus comentarios e ideas. Existen muchas formas de que EMC lo escuche y aquí hay algunas: **Hable con su representante**—Cada grupo EEO tiene un representante en EMC o Envíe un **correo electrónico a EMC**—Envíe sus pensamientos y preocupaciones a EMC@sanantonio.gov. Es importante tener en cuenta que EMC no puede abordar problemas de empleados individuales. Consulte a su Socio de Negocios de Relaciones Laborales para obtener ayuda con los problemas individuales. Si sus ideas o asuntos afectan a todos los empleados, por favor comuníquese con su representante de EMC. **¡Nos encantaría saber de usted!**