

# 2026

## City of Seattle ጥቅማጥቅሞች በጨረፍታ (የSPOG\* ጥቅማጥቅሞች ሽፋን ያላቸው ሰራተኞች)

**ብቁነት**:- ለአዲስ ተቀጣሪዎች እና ጥገኞች፣ ይህ ቀን እንደ ከተማ የሰራ ቀን ተብሎ የተመደበው የወር የመጀመሪያ የቀን መቁጠሪያ ቀን ከሆነ ሽፋን በመጀመሪያ የሰራ ቀን ይጀምራል። ወይም ሽፋን የሚጀምረው በወሩ የመጀመሪያ የቀን መቁጠሪያ ቀን ለተመደቡበት ፈረቃ የመጀመሪያ የሰራ ቀን ተብሎ በተሰየመ ወይም እውቅና በተሰጠው ነው። የሥራ ስምሪትዎ ከዚህ ቀን በኋላ ከተጀመረ፣ ሽፋንዎ በሚቀጥለው ወር የመጀመሪያ ቀን ይጀምራል።

**ብቁ ጥገኞች**:- ለሽፋን ብቁ የሆኑ ግለሰቦች የትዳር ጓደኛዎ ወይም የቤት ውስጥ ጓደኛዎ፣ የተወለዱ ወይም የማደግ ልጆችዎ ወይም በጉዲፊቻ የተቀመጡ ልጆች፣ የቤት አጋርዎ ልጆች፣ የእንጅራ ልጆች እና እርስዎ ህጋዊ ሞግዚት የሆኑበት ወይም ብቃት ያለው የህክምና የልጅ ድጋፍ ማዘዣ (Qualified Medical Child Support Order) ሽፋን የሚያስፈልገው ልጅን ያጠቃልላል። የአዋቂዎች ልጆች ከ26 ዓመት በታች ከሆኑ ለሽፋን ብቁ ናቸው። ጥገኞችን ካከሉ፣ በCity of Seattle ዕቅዶች በኩል የሽፋን ብቃታቸውን የሚያረጋግጥ ሰነድ ይጠየቃሉ።

**ምዝገባ**:- ከተቀጠሩ በ30 ቀናት ውስጥ መምዘገብ አለብዎት። ከተቀጠሩበት ቀን ጀምሮ ባለት 30 ቀናት ውስጥ መምዘገብ ካልቻሉ፣ ወዲያውኑ ለጥርስ ህክምና እና ለመሠረታዊ የአይታ ሽፋን ይመዘገባሉ። የጥርስ ህክምና ሽፋንዎ በዴልታ የሞሽንግተን የጥርስ (Delta Dental of Washington) እቅድ ነባሪ ይሆናል።

**የጥርስ ህክምና**:- ዴልታ የሞሽንግተን የጥርስ ወይም የጥርስ ጤና አገልግሎቶችን (Delta Dental of Washington እና Dental Health Services) መምረጥ ይችላሉ። የጥርስ ህክምና ዕቅዶቹ ብቁ ለሆኑ ጥገኞች ሽፋንን ያካትታሉ። ፕሪሚየም ሙሉ በሙሉ በCity of Seattle ተሸፍኗል።

በ2026 ለጤና እንክብካቤ FSA ከትገኙ \$120 እስከ \$3,400 እና በ2026 ለየመዋዕለ ሕፃናት ዕቅድ \$7,500 መምረጥ ይችላሉ። በዚህ እቅድ ውስጥ ለመሳተፍ ከመረጡ እና ተሳትፎዎን ለመቀጠል ከፈለጉ፣ በከተማው ከፍት የምዝገባ ጊዜ ወቅት በየአመቱ እንደገና መምዘገብ ይኖርብዎታል።

**እይታ**:- ከተማው በራዕይ አገልግሎት እቅድ (Vision Service Plan, VSP) በኩል የአይታ እቅድ ያቀርባል። የCity of Seattle ፕሪሚየምን ሙሉ በሙሉ ይከፍላል እና ብቁ ለሆኑ ጥገኞች ሽፋንን ያካትታል። ለዕቅዱ ዓመታዊ የዓይን ምርመራ በየአመቱ ይሸፍናል።

በ2026 የእቅድ ዓመት ጥቅም ላይ ያልዋለ የጤና FSA ገንዘቦች እስከ \$680 ድረስ ወደ 2027 የዕቅድ ዓመት ማስተላለፍ ይችላሉ። በአካውንት ውስጥ የሚቀረው ግን ብያንስ \$120 መሆን አለበት።

**ሕክምና**:- ከ Kaiser Permanente Standard Plan፣ Kaiser Permanente Deductible Plan፣ Aetna Preventive Plan፣ ወይም Aetna Traditional Plan ውስጥ መምረጥ ይችላሉ። ለአያንዳንዱ ዕቅዶች ወርሃዊ ወጪዎ እንደሚከተለው ነው:-

**የረጅም ጊዜ የአካል ጉዳተኝነት መድን**:- የSeattle Police Officer's Guild የረጅም ጊዜ የአካል ጉዳተኝነት መድን ይሰጣል። መምዘገብ ግዴታ ነው። ለዝርዝር መረጃ ወደ (206) 767-1150 ይደውሉ።

የሕክምና ዕቅድ	የሰራተኛ ወርሃዊ የፕሪሚየም መዋጮ ለሽፋን ያለው ወይም የሌለው ሰራተኛ የትዳር ጓደኛ/የቤት አጋር እና ልጆች
Aetna Preventive	\$145.36
Aetna Traditional	\$129.60
Kaiser Permanente Standard	\$107.52
Kaiser Permanente Deductible	\$ 79.70

**መሰረታዊ የቡድን ጊዜ የህይወት መሰረታዊ መድን (Basic Group Term Life Basic Insurance)**:- ከሁለት ዕቅዶች አንዱን መምረጥ ይችላሉ - መሰረታዊ የቡድን የህይወት መድን (Basic Group Term Life Insurance)፣ ይህም ከአመታዊ ገቢዎ አንድ ተኩል ጊዜ፣ ወይም የ \$50,000 የተወሰነ መሰረታዊ የቡድን ጊዜ የህይወት ኢንሹራንስ (Limited Basic Group Term Life Insurance)። ከተማዎ ከBasic Group Term Life Basic Insuranceን ወጪ 40% ታዋጣለች።

**ተለዋዋጭ የወጪ መለያዎች (Flexible Spending Accounts, FSA)**:- ከተማው በNavia Benefits Solution በኩል የጤና እንክብካቤ እና የመዋዕለ ሕፃናት FSA ይሰጣል። የጤና እንክብካቤ FSA ቅድመ ግብር ይላረጉን ለመጠቀም ብቁ ለሆኑ የህክምና፣ የጥርስ እና የአይታ ወጪዎች ተመላሽ ለማድረግ ይፈቅድልዎታል። የመዋዕለ ሕፃናት FSA ለጥገኛ ልጆች እስከ 13 ዓመት ድረስ፣ ለአካል ጉዳተኛ የትዳር አጋር/የቤት ውስጥ አጋር ወይም ለጥገኛ ወላጅ ብቁ ለሆኑ የመዋዕለ ሕፃናት ወጪዎች ክፍያ እንዲከፍሉ ይፈቅድልዎታል።

**ተጨማሪ የGroup Term Life Insurance**:- Group Term Life Insuranceን ከመረጡ ለራስዎ፣ ለትዳር አጋርዎ/ለቤትዎ ውስጥ አጋርዎ እና ለልጆችዎ የተጨማሪ ጊዜ የህይወት መድን ዋስትና መግዛት ይችላሉ። ለእርስዎ ያለው ከፍተኛው የህይወት ኢንሹራንስ ከአመታዊ ገቢዎ ስድስት እጥፍ ነው። የትዳር አጋርዎ/የቤትዎ ውስጥ አጋርዎ ለእራስዎ ከመረጡት የሽፋን መጠን 100% እስከ ከፍተኛው \$500,000 ነው። ለልጆችዎ \$2,000፣ \$5,000 ወይም \$10,000 ሽፋን መግዛት ይችላሉ።

**ድንገተኛ ሞት እና የአካል ጉዳት የመድን ዋስትና (የአደጋ ሞት እና የአካል ጉዳት (Accidental Death and Dismemberment, AD&D))**:- ለራስዎ ወይም ለራስዎ እና ለቤተሰብዎ (AD&D) የመድን ዋስትና መግዛት ይችላሉ። ሽፋን ከ\$25,000 እስከ \$500,000 ይገኛል።

\*በSeattle ፖሊስ መኮንኖች ማህበር (Seattle Police Officers Guild, SPOG) ዕቅዶችን የሚገዙ የSeattle Police Management Association አባላት እና የSeattle Police Officers Guild አባላትን ያካትታል። የSeattle ፖሊስ አስተዳደር ማህበር (Seattle Police Management Association, SPMA) አባላት - ለፕሪሚየም ወጪ ድርሻ ለመጋራት የመምሪያዎትን ጥቅማጥቅሞች ተወካይ ያነጋግሩ።

**የጡረታ ጥቅሞች**

የWashington ስቴት የጡረታ ስርዓቶች መምሪያ (Washington State Department of Retirement Systems):- በWashington State Department of Retirement Systems አባል መሆን ግዴታ ነው። ስለ እቅድ መረጃ ለማግኘት እባክዎ Washington State Department of Retirement Systemsን ያግኙ። ለጡረታዎ በከተማው በፈቃደኝነት የተላለፈ የካሳ ዕቅድ (City's Voluntary Deferred Compensation Plan) (ከዚህ በታች ይመልከቱ) በኩል መቆጠብ ይችላሉ።

**በፈቃደኝነት የተላለፈ የማካካሻ ዕቅድ (Voluntary Deferred Compensation Plan):-** በከተማው 457 የዘገየ የካሳ እቅድ (Deferred Compensation Plan) ውስጥ መመዘገብ በፈቃደኝነት ነው። በደመወዝ ተቀናሾች አስተዋፅዖ ማድረግ ይፈቀድልዎታል። እርስዎ የደላር መጠንን፣ የመዋጮውን አይነት እና የኢንቨስትመንት አማራጮችን ይወስናሉ። በከፍተኛ ጽኑ እስከ \$10 ያህል ማዋጣት ይችላሉ። የምዝገባ እና የአስተዋጽኦ ለውጦች በማንኛውም ጊዜ ሊደረጉ ይችላሉ። ከተማው ከእርስዎ አስተዋጽዖ ጋር አይዛመድም።

**የሕመም ፈቃድ:-** በተሰሩት መደበኛ ሰዓቶች ብዛት ላይ በመመስረት የሕመም አረፍት ያገኛሉ። የሙሉ ጊዜ ሰራተኞች በአመት የ96 ሰዓታት የሕመም አረፍት ያገኛሉ። ጥቅም ላይ ያልዋለ የሕመም ፈቃድዎን ሊወስዱ ይችላሉ። ከፍተኛ ክምችት የለም።

**ሌሎች ፈቃዶች:-** ከተማው የሚከፈል እና የማይከፈል የሰራ ፍቃድን ይሰጣል። የሚከፈልበት ፍቃዶች የወሊድ ፈቃድ፣ የቀበር ፈቃድ፣ የቤተሰብ እና የህክምና ፈቃድ፣ የእርግዝና እክል፣ የዳኝነት ግዴታ፣ የውትድርና ግዴታ ፈቃድ፣ የንቅለ ተከላ ለጋሽ ፈቃድ ሲሆኑ፣ የማይከፈልባቸው ፍቃዶች የሀይማኖት ፈቃድ፣ የማይከፈል የግል ፈቃድ እና የሰንበት አረፍት ናቸው።

ሰራተኞች በከተማው በኩል ከላይ ከተጠቀሱት ፈቃዶች በተጨማሪ ለWashington የሚከፈል ቤተሰብ እና የህክምና ፈቃድ ፕሮግራም(Washington Paid Family and Medical Leave Program) የማመልከት አማራጭ አላቸው።



**የሰራ/የሀይወት ፕሮግራሞች እና ጥቅማጥቅሞች**

የተሻሻለው 1/05/2026

**የሰራተኛ እርዳታ ፕሮግራም (Employee Assistance Program, EAP):-** ComPsych ለእርስዎ እና ለቤተሰብዎ አባላት የሪፈራል እና የምክር አገልግሎት ይሰጣል። እንደ ጭንቀት፣ ድብርት፣ እና፣ የቤተሰብ እና የግንኙነት ችግሮች ላሉ የግል ጉዳዮች ሚስጥራዊ እርዳታን ይቀበሉ። እያንዳንዱ የቤተሰብ አባል በዓመት ለስምንት ነፃ የአንድ ሰዓት ክፍለ ጊዜዎች ብቁ ነው።

**መጓጓዣ:-** ባጃቸውን በሚያሳዩበት ጊዜ ቃለ መሃላ የፈጸሙ መኮንኖች በተወሰኑ ኤጀንሲዎች ላይ በነፃ መጓጓዣ ማሽከርከር ይችላሉ። የቃለ መሃላ መኮንኖች የጉዞ እቅድ እርዳታን፣ የመኪና ፑል እና የቫንፑል ማዛመድን እና ሌሎችንም ጨምሮ የMyTrips ሰራተኛ የመጓጓዣ አማራጮች ፕሮግራምን ሌሎች አካላት ለመጠቀም ብቁ ናቸው።

**የሙያ ተልዕኮ ፈጣን አማካሪዎች:-** የፈጣን አማካሪዎች ሰራተኞች ግንኙነቶችን እንዲገነቡ እና የእነርሱን ሙያዊ ኔትዎርኮች በከተማ ክፍሎች ውስጥ ለማስፋት የሚረዱ የአንድ ጊዜ ስብሰባዎች ናቸው። የግል መረጃን (resumes) ለመገምገም፣ ለቃለ መጠይቆች ለመዘጋጀት እና ጠቃሚ የሰራ ግንዛቤዎችን ለማግኘት ተመካሪዎች ከአማካሪዎች ጋር መስራት ይችላሉ። ብቁ ለመሆን፣ መደበኛ የከተማ ሰራተኛ ወይም የሚከሉት የኮሌጅ ተለማማጅ መሆን አለበት። እንደ አማካሪ፣ ተመካሪ ወይም ሁለቱም [ዛሬ ይመዝገቡ!](#)

**በዓላት:-** ከተማዎ 12 አፊሴላዊ በዓላትን እና 2 የግል በዓላትን ታከብራላች። በማንኛውም ጊዜ ከተቆጣጠሪ ፈቃድ ጋር የግል በዓላትዎን መውሰድ ይችላሉ።

**ዕረፍት:-** በመደበኛ ክፍያ ሁኔታ በሰዓታት ላይ በመመስረት የአረፍት ጊዜዎን ይሰበስባሉ። የአረፍት ጊዜው በአገልግሎት ዘመንዎ ርዝማኔ ላይ የተመሰረተ ነው-ለአዲስ ሰራተኛ በዓመት 12 ቀናት እስከ ከ29 ዓመታት ቅጥር በኋላ 30 ቀናት በዓመት ድረስ። ጥቅም ላይ ያልዋሉ የአረፍት ጊዜዎች የአገልግሎት ዘመን አመታት ላይ በመወሰን በየአመቱ እስከ ከፍተኛው ድረስ፣ ወደሚቀጥለው ይሻገራሉ።