



ཕྱི་ལོ་ 2026 ཡི་མིང་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་པ།

དུས་ཚིགས། ཕྱི་ལོ་ 2024 ལྷ་ 10 ཚེས་ 6 རས་ཚེས་ 27 །

དགོས་དམིགས། ཕྱི་ལོ་ 2026 ལྷ་ 1 ཚེས་ 1 རས་འགྲུང་བ་ཐེབས་སྒྲིའི་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་།

བསྐྱར་ཞིབ་གནང་རྒྱ།

- དྲ་ཚིགས་ my.wisc.edu རས་ཁྱེད་ཀྱི་དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ལ་བལྟ་རྒྱ། (དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ **My Insurance Benefits** ཐོག་ནས་དེག་བྱ་རྒྱ།)
- ཕྱི་ལོ་ 2026 ཡི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པའི་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་དེ་སྤྱད་གཏམ་བཤད་ལ་ཞུགས་རྒྱ།
- ཁྱེད་ཀྱི་བརྟེན་གཏུག་སྒྲིལ་པ་ལྷོ་མའི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཁུངས་ (network) ལྷ་ཡོད་མེད་དེས་གཏན་བཟོ་རྒྱ། (འཕྲོད་བརྟེན་དང་སོ་བཅས་། མིག་བཅས་།)
- མི་སི་ཀོར་སིན་གཏུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱི་དྲ་ཚིགས་ wisconsin.edu/benefits-enrollment རས་ཁྱེད་སྤྱད་ལཱ་ལེན་གྱི་རིན་འབབ་ལ་གཟིགས་རྒྱ།

ཐག་གཅོད་གནང་རྒྱ།

- ཁྱེད་ཀྱིས་གཤམ་འཁོད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་རྒྱུ་མཐུད་ཉར་འདོད་ཡོད་ཆེ། དེས་པར་དུ་ལོ་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་དགོས་པ།
 - སྤྱོད་ལཱ་ལེན་གྱི་ཕྱིར་ཐོན་གནད་གཞི་བྱ་དག་པ། (Medical Opt-Out Incentive)
 - སྤྱོད་ལཱ་ལེན་གསོ་ག་དཔལ་བཅུག་ཁ [Health Savings Account (HSA)]
 - ཆོད་ཡོད་དམིགས་ཡུལ་གྱི་ཡངས་སྤྱོད་གཏོང་བཅུག་ཁ [Limited Purpose Flexible Spending Account (LPFSA)]
 - སྤྱོད་ལཱ་ལེན་གྱི་ཡངས་སྤྱོད་གཏོང་བཅུག་ཁ [Health Care Flexible Spending Account (Health FSA)]
 - རྒྱུ་ལཱ་ལེན་མི་ལོ་ཉིན་མོ་ལྷ་སྤྱོད་གྱི་ཡངས་སྤྱོད་གཏོང་བཅུག་ཁ [Dependent Day Care Flexible Spending Account (Dependent Care FSA)]
- ཁྱེད་ཀྱིས་མིང་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་དང་། འགྲུང་བཅས་། མེད་པ་བཟོ་ཆོག་
 - གཅིག་གྲུང་སོ་བཅས་ལྷ་སྤྱོད་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀྱི་མའའ་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (State Group Health Insurance) (སྤྱོད་ལཱ་ལེན་སོ་བཅས་)
 - སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (Preventive Dental) (མའའ་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཆོས་ལེན་ཆོག་པའི་ལེར་རྒྱུ་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་)
 - ལ་གསལ་བ་སོ་བཅས་ལྷ་སྤྱོད་ (Supplemental Dental) (དཔལ་བཅས་ཆེ་ལག་གསལ་བསྐྱར་གསོ་ཅན་གྱི་སོ་བཅས་རིན་འབབ་སྤྱོད་དོད་ལོན་)
 - ལ་གསལ་བ་མིག་བཅས་ལྷ་སྤྱོད་ (Supplemental Vision)
 - མི་སྤྱོད་དང་ནང་མི་ལོ་ཉིན་མོ་ལྷ་སྤྱོད་ (Individual and Family Group Life Insurance)
 - རྒྱུ་ལཱ་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (Accident Plan)
 - རྒྱུ་ལཱ་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (Accidental Death & Dismemberment (AD&D) Insurance)
 - རྒྱུ་ལཱ་ལེན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ Flexible Spending Accounts (FSA) – Health Care, LPFSA, Dependent Care

མིང་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་གནང་རྒྱ།

- ཁྱེད་ཀྱི་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་མིང་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་མ་ལག་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པར་དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ཐོ་ཁོངས་ (My Benefits account) དགོས་ཀྱི་ཡོད། གཤམ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐོ་ཁོངས་བཟོས་མེད་ཆེ། དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ (My Benefits) རྒྱུ་ལཱ་ལེན་ (Account) བཟོ་རྒྱུ་ཞེས་པ་ནས་ལས་སྤྱོད་ལ་གཟིགས་རྒྱ།
- [Workday](#) ཡི་ལ་འབྱེད་རྒྱ། དེ་ནས་མི་སྤྱོད་ (Personal) > ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་དང་དཔལ་སྤྱོད་ (Benefits and Pay) > ཐོས་བཏོན་དེ་ཐག་ (Suggested Links) > དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ (My Insurance Benefits) སྤྱོད་ལཱ་ལེན་
- ཁྱེད་ཀྱི་དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ (My Benefits) གི་དཔལ་རྟགས་ལག་བེད་སྤྱོད་ཀྱིས་དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་ (My Insurance Benefits) གི་ལ་འབྱེད་རྒྱ། དེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་དཔྱད་ལེ་ཕན་ཐོབ་ཐང་དང་རྒྱུ་ལཱ་ལེན་མི་དང་དུས་བཀག་གི་ཕྱི་ལོ་2024 ལྷ་ 10 ཚེས་ 27 ཉིན་རྒྱུ་ལཱ་ལེན་ ༥:30 སྤྱོད་ལཱ་ལེན་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་བྱ་རྒྱ།
- གཤམ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་བཟའ་ཁྲིའམ་རྒྱུ་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཁྱེད་ཀྱི་མིང་འཁོད་འཛུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཆེ་ལག་གསལ་བསྐྱར་གསོ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (Social Security Number) ། སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ (ཁྱེད་ཀྱི་བཟའ་ཁྲིའམ་གཉིས་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་ཆེ་ལག་གསལ་བསྐྱར་གསོ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལཱ་ལེན་) མཁོ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ།

གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཐ་ benefits.wisc.edu/2026 རས་ཤེས་དགོས་པ་གནང་རྒྱ།