



LA SALUD QUE USTED MERECE

2021, Volumen 3



Regálole a futuro

Es posible que la esperanza y la conexión hayan escaseado estos últimos años, pero ahora nos estamos acostumbrando a la sensación de pasar tiempo con nuestros seres queridos y abrazarlos nuevamente. Esta temporada navideña puede ser la primera en la que se reúna con muchos de sus amigos y familiares en un solo lugar desde 2019.

Este año, queremos alentarlos a que hagan un regalo que pueda marcar una diferencia en la vida de otra persona. No tiene que ser grande o costoso. Es posible que ni siquiera le cueste nada y que tenga un impacto sobre alguien que no tiene precio.

Honre a alguien con una donación benéfica. Evite la tarjeta de regalo y aporte a una organización benéfica que usted (o su destinatario) apoye. Muchos le permitirán donar a nombre de alguien y algunos incluso pueden ofrecer igualar la acción dólar por dólar, lo que le permitirá duplicar el importe que otorgue. Su empleador también podría ofrecer donaciones de contrapartida para ciertas organizaciones benéficas. ¿No sabe a dónde donar? Visite [charitynavigator.org](https://www.charitynavigator.org) para obtener ideas.

Regale su tiempo. Ofrézcase como voluntario para una organización local, limpie la basura en la playa o el parque, o done sangre en nombre de alguien. Puede no ser llamativo, pero es esmerado.

Apoyar a un negocio o creador local. Al apoyar a las empresas locales, está ayudando a su comunidad y al planeta reduciendo la huella ecológica resultante del transporte y los envíos. Considere apoyar a las empresas locales propiedad de mujeres o minorías en su área.

Reciba recompensa por ocuparse de su salud

Nuestro Programa de recompensas para miembros le brinda más oportunidades de ser recompensado por cuidar su salud. No deje que venzan; consulte su portal para miembros para ver para qué califica. Tiene hasta el 31 de diciembre de 2021 para registrarse, ganar y canjear sus recompensas. También puede llamar a un agente de Connect Concierge al **877-344-7364** (TTY: **711**), de 8 am a 8 pm, los siete días de la semana, para obtener ayuda.

Combata la gripe

Protegerse contra la gripe de temporada es más importante que nunca. Incluso si está vacunado contra el COVID-19, la vacuna contra la gripe agrega una capa adicional de protección de salud para usted y su familia. Visite a su médico o vaya a una farmacia local para hacerse vacunar. Obtenga más información en emblemhealth.com/flu.

También hable con su médico acerca de las vacunas contra la pulmonía y el herpes zóster. La pulmonía es una infección bacteriana que puede causar muchas enfermedades. Si tiene más de 65 años, corre mayor riesgo. El herpes zóster es una erupción dolorosa que aparece en la cara o el cuerpo. Si tuvo varicela, puede contraer herpes zóster y su riesgo aumenta con la edad.

Considere AdvantageCare Physicians (ACPNY): los miembros de EmblemHealth tienen acceso a proveedores dentro de la red en ACPNY, con más de 35 consultorios en todos los distritos de la ciudad de Nueva York y Long Island.* Visite acpny.com/flu para programar hoy mismo su cita para la vacuna contra la gripe**.



Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

*Residentes del Bronx reciben atención en tres ubicaciones de BronxDocs, una filial de AdvantageCare Physicians. AdvantageCare Physicians y BronxDocs son parte de la familia de empresas de EmblemHealth. Otros proveedores están disponibles en la red.

**Algunos miembros deben elegir un proveedor de atención primaria de ACPNY antes de programar una cita. Visite emblemhealth.com para ver una lista completa de los médicos y centros de su red.

Programa de telefonía SafeLink

Deseamos que a nuestros miembros les resulte más fácil recibir atención cuando la necesiten. El programa de telefonía SafeLink de EmblemHealth entrega un teléfono inteligente gratis con servicios de datos, minutos y mensajería a los miembros elegibles de bajos ingresos o aquellos con Medicaid.



Los miembros de SafeLink pueden ser elegibles para obtener llamadas y datos ilimitados a través del Beneficio de banda ancha de emergencia y también optar por recibir beneficios mejorados ilimitados temporales. Visite safelink.com o llame al **877-631-2550** para obtener mayor información.



Manténgase en contacto

Queremos asegurarnos de actualizarlo con información importante sobre el plan de salud. Inicie sesión en su portal seguro para miembros en emblemhealth.com o escaneando el código QR aquí. Asegúrese de actualizar su dirección de correo electrónico, número de teléfono celular e idioma preferido. También puede llamarnos al número que figura en su tarjeta de identificación de miembro.

Una comprensión saludable

Existen muchas palabras asociadas con su plan de seguro de salud. ¿Qué significan todas? A continuación, hemos detallado algunos términos clave. Visite nuestras ubicaciones de Neighborhood Care o llame al número de Servicio de atención al cliente que figura en su tarjeta de identificación de miembro si tiene preguntas. Visite emblemhealth.com/vecino para encontrar uno cerca de usted.

Dentro de la red: Profesionales de atención médica o centros que tienen contrato con su plan de salud. A veces los llamamos proveedores de la red o del plan.

Fuera de la red: Profesionales de atención médica o centros que no tienen contrato con su plan de salud. Dependiendo de su plan, es posible que pueda usar servicios fuera de la red, pero tenga que pagar más y quizás tenga que presentar una reclamación separada para que le reembolsemos el dinero.

Gasto máximo de bolsillo (MOOP): El máximo de bolsillo que pagará por los servicios de atención médica cubiertos de la Parte A y la Parte B de proveedores dentro de la red en cualquier año.

Proveedor de atención primaria (PCP): El médico que le brinda atención diaria. No es un especialista. También llamado médico de atención primaria.

Aproveche al máximo su plan

Visite el nuevo Centro de Recursos para Miembros de Medicare para aprovechar al máximo su plan. Aquí encontrará los beneficios y recursos del plan, información sobre bienestar, servicios de apoyo y más.

Obtenga más información en emblemhealth.com/medicaremembers.