

Se trata de su salud.

Hágase cargo.

Asistencia para dejar el tabaco

Los miembros pueden acceder a la ayuda y educación por teléfono y en línea sin costo alguno.

Puede llamar a EXProgram al 1-833-EXCOACH (1-833-392-6224), los usuarios de TTY deben llamar al 711.



Atención de enfermería las 24 horas

Este útil servicio cuenta con enfermeras tituladas con experiencia que pueden responder a sus preguntas sobre salud. Pueden ayudarle a decidir qué hacer cuando esté enfermo o lesionado, y están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Educación comunitaria

La educación comunitaria ofrece clases divertidas. Refresque una habilidad especial o aprenda un nuevo pasatiempo. South Country cubrirá hasta **\$15** de la cuota de inscripción para la mayoría de las clases de educación comunitaria (hasta cinco clases por año calendario). Llame a su programa local de educación comunitaria o a Servicios para miembros para obtener más información.

Be Active™ (Sea activo)

¡Queremos ayudarle a estar en forma! Únase a un club de salud participante y reciba un reembolso de hasta **\$20** al mes para los miembros de MSC+ para sus cuotas de membresía cuando asista al menos 4 días al mes, y un reembolso de hasta **\$40** al mes para los miembros de SeniorCare Complete sin una cantidad mínima de días de asistencia requerida. Visite nuestra página web en www.mnscha.org o llame a Servicios para Miembros para obtener más información.

CON ENFOQUE EN

Comunidad, familia, salud

Servicios para miembros de South Country Health Alliance

1-866-567-7242 ♦ TTY 1-800-627-3529 o 711

Estas llamadas son gratis.

Attention: If you need free help interpreting this document, call the above number.

Digniin. Haddii aad u baahantahay caawimaad lacag-la'ann ah ee tarjumaadda (afcelinta) qorallkan, lambarka kore wac.

Atención. Si desea recibir asistencia gratuita para interpretar este documento, llame al número indicado arriba.

Thov ua twb zoo nyeem. Yog hais tias koj xav tau kev pab txhais lus rau tsab ntaub ntawv no pub dawb, ces hu rau tus najnpawb xov tooj saum toj no.



1-866-567-7242, TTY 711.

members@mnscha.org

#5965

H2419_7081_C Accepted SeniorCare Complete (HMO D-SNP) es un plan de salud que tiene contrato con Medicare y con el programa Minnesota Medical Assistance (Medicaid) para ofrecer a los afiliados los beneficios de ambos programas. La afiliación en SeniorCare Complete depende de la renovación del contrato.



Para miembros inscritos en:

SeniorCare Complete
Minnesota Senior Care
Plus (MSC+)



¡Hágase CARGO!

Los programas de bienestar ¡Hágase cargo!™ ayudan a los miembros de South Country Health Alliance a alcanzar su mejor salud y bienestar personal.





Hágase cargo de su salud
Sea recompensado

Se trata de su salud.

Hágase cargo.

Be Rewarded™ (Sea recompensado)

El programa Be Rewarded™ (Sea recompensado) ofrece recompensas a los miembros elegibles de South Country Health Alliance (South Country) que completen importantes servicios de atención preventiva a tiempo.

Recompensa por visita dental para personas mayores

Las visitas dentales periódicas ayudan a prevenir, encontrar y corregir los problemas de sus dientes y encías antes de que se agraven. Los miembros actuales de SeniorCare Complete (MSHO) y MSC+ pueden ser elegibles para una **tarjeta de regalo de \$25** por completar al menos una visita de atención dental preventiva. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

Prueba de detección de cáncer de cuello uterino

Su proveedor de atención médica puede completar la prueba de detección de cáncer de cuello uterino durante su examen de atención preventiva. Esta prueba de detección puede encontrar células anormales para que puedan tratarse antes de que se conviertan en cáncer. Las miembros de South Country de 21 a 65 años (o según lo recomiende el proveedor) que completen una prueba de detección de cáncer de cuello uterino son elegibles para una **tarjeta de regalo de \$25**. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

Glucosa en sangre para la diabetes (HbA1c)

Cuando vea a un proveedor con respecto a su diabetes, hágase la prueba de glucosa en sangre (HbA1c). Para ser elegibles para una **tarjeta de regalo de \$25**, deben ser actualmente miembros de SeniorCare Complete (MSHO) o MSC+, haberse realizado una prueba de glucosa en sangre (HbA1c) y tener un diagnóstico de diabetes mellitus tipo 1 o tipo 2. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

Prueba de detección de cáncer colorrectal

La evaluación preventiva para la detección del cáncer colorrectal por medio de la prueba correcta en el momento correcto puede encontrar pólipos y otras anomalías para que puedan tratarse antes de que se conviertan en cáncer. Los miembros son elegibles para obtener una **tarjeta de regalo de \$25** por completar la prueba de detección de cáncer colorrectal. Si usted tiene 45 años o más (o según lo que recomiende el proveedor), hable con su proveedor de atención médica sobre hacerse una evaluación y sobre cuál es la mejor para usted. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

Mamografía

Una mamografía es una radiografía de los senos que puede detectar signos tempranos de cáncer de mama. Las mujeres no siempre sienten los síntomas del cáncer de mama, por lo que es importante que se hagan una mamografía. Los miembros de South Country de 40 años o más (o según lo que recomiende el proveedor) que se realicen una mamografía son elegibles para una **tarjeta de regalo de \$25**. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

Para ser elegible para una recompensa de tarjeta de regalo:

1. Debe ser miembro de South Country en el momento de cada visita.
2. Debe completar los requisitos de visita de la recompensa.
3. Debe llevar el vale correcto a la visita con su proveedor y hacer que este lo firme y feche.
4. Debe enviar el vale completado a South Country dentro de los **60 días** posteriores al servicio.

Cómo obtener sus vales

- Llame a Servicios para miembros, o
- Pregunte al enfermero de salud pública de su condado, o
- Descargue e imprima los vales desde nuestro sitio web en www.mnscha.org.

¿Tiene preguntas?

Llame a Servicios para miembros al **1-866-567-7242**

Los usuarios de TTY deben llamar al **1-800-627-3529 o 711**

Estas llamadas son gratis.

El horario es de 8 a. m. a 8 p. m., de lunes a viernes (*de abril a septiembre*); de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana (*de octubre a marzo*)