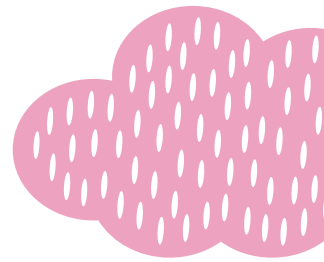


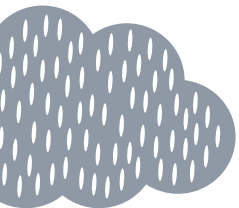
Bienvenido a

Brighter Beginnings

by CountyCare



Brighter Beginnings es un programa para ayudar a las familias que esperan un bebé y a los bebés a mantenerse saludables durante el embarazo y después de que nazca el bebé. El programa le guía a través de las citas prenatales y explica cómo puede asegurarse de que su bebé tenga cobertura médica. Brighter Beginnings también ofrece muchos recursos y recompensas, como asientos de auto y pañales gratis, para ayudar a mantenerle a usted y a su bebé saludables.



Un programa para familias que esperan un bebé y para bebés



su embarazo

Comparta la noticia de su bebé

Puede ganar una recompensa de \$50 en su Tarjeta de Recompensas Visa de CountyCare por informarnos de que está embarazada. ¡Es fácil! Complete el Formulario de Notificación de Embarazo en la página "Brighter Beginnings" en countycare.com/members/brighter-beginnings/.

Coordinación de atención

Puede inscribirse para tener un Coordinador de Atención que trabajará con usted durante todo su embarazo. Para obtener más información o para inscribirse, llame al 312-864-8200 y pida hablar con un Coordinador de Atención. También puede completar el formulario de Remisión a Coordinación de Atención en línea en www.countycare.com/members/member-resources/ en la sección Políticas, Procedures & Forms (Políticas, Procedimientos y Formularios). Un Coordinador de Atención se comunicará con usted directamente. Puede optar por salir del programa de Coordinación de Atención en cualquier momento llamando a su Coordinador de Atención o a Servicios para Miembros al 312-864-8200.

Obtenga apoyo nutricional durante su embarazo

Enfocarse en su nutrición durante el embarazo es vital, no solo para usted, sino también para su bebé. Todos los miembros de CountyCare pueden reunirse con un asesor de nutrición por teléfono para ayudarles a tener un embarazo saludable. Las visitas con dietistas no tienen costo para los miembros con condiciones crónicas diagnosticadas elegibles. Puede ganar \$50 en créditos de Instacart después de completar su primera visita por telesalud (usando su teléfono o computadora). Obtenga más información visitando Foodsmart.com/members/countycare.

Gane recompensas por ver a su proveedor prenatal

Puede ganar crédito en efectivo en su Tarjeta de Recompensas Visa de CountyCare por asistir a sus visitas prenatales. Recibirá una Tarjeta de Recompensas por correo y se agregarán \$50 a la tarjeta por visitas en el primer trimestre y \$10 se agregarán por visitas después del primer trimestre (hasta 14 visitas).

Recompensas

CountyCare ofrece beneficios adicionales gratuitos para apoyar un estilo de vida saludable. Visite countycare.com/rewards para ver una lista completa de recompensas o llame a Servicios para Miembros al 312-864-8200 (711 TTY/TDD) si tiene alguna pregunta.

CountyCare agregará \$50 cuando vea a su proveedor para un chequeo entre una y 12 semanas después del nacimiento de su bebé. Las recompensas se agregan a su tarjeta cuando recibimos información del consultorio de su médico. Su médico tiene 180 días para enviarnos esa información. Puede gastar el dinero en lo que necesite, como comida, transporte, servicios públicos y más, en la mayoría de los lugares que aceptan Visa. Tendrá seis meses para usar sus recompensas a partir de la fecha en que se agreguen a su tarjeta.

Doulas

CountyCare cubre servicios que le apoyan durante el embarazo y después de que nazca su bebé sin costo adicional para usted. Una doula es una persona de apoyo capacitada que puede apoyarle durante el embarazo, el parto y después de que llegue su bebé. Una doula no reemplaza la atención que recibe de sus otros proveedores de atención prenatal (médicos, parteras, enfermeras).

Una doula puede ayudarle al:

- Hablar con usted sobre su plan de parto y responder preguntas
- Estar a su lado durante el trabajo de parto y el parto para darle comodidad y ánimo
- Visitarle después del nacimiento para ayudar con la recuperación y el cuidado de su bebé
- Acompañarle a su cita de seguimiento después del parto
- Conectarle con recursos y servicios comunitarios si necesita ayuda adicional

Para obtener ayuda para encontrar una doula, llame al 312-864-8200 y pida hablar con un Coordinador de Atención.

Llámenos al 312-864-8200

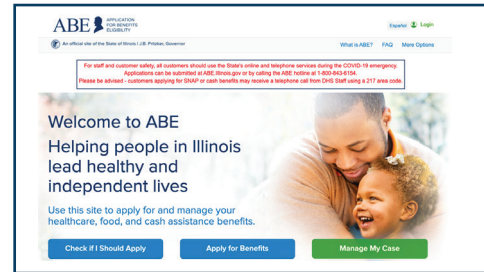


su bebé

Agregue a su bebé a su cobertura

Una de las cosas más importantes que puede hacer es asegurarse de que su bebé tenga cobertura médica. En la semana después de que nazca su bebé, llame a DHS al 1-800-843-6154 o inicie sesión en el Sistema de Solicitud de Elegibilidad de Beneficios (Application for Benefits Eligibility, ABE) en www.abe.illinois.gov.

Después de iniciar sesión en ABE, vaya a Manage My Case (Administrar mi caso) para agregar a su bebé y elegir permanecer en CountyCare. Recibirá una notificación por correo cuando su bebé haya sido agregado. Si necesita ayuda con esto, llámenos: 312-864-8200, opción 1.



Solicite una cuna portátil gratuita y un kit de sueño seguro

Si está embarazada, puede recibir un Kit de Sueño Seguro gratuito entregado en su casa cuando llame a Servicios para Miembros. Llámenos al 312-864-8200 en cualquier momento durante su embarazo para solicitar un Kit de Sueño Seguro. El kit incluye una cuna portátil con sábana ajustable, saco de dormir, libro para bebé y chupete.

Revise su presión arterial en casa

CountyCare cubre un monitor automático de presión arterial para que pueda revisar su propia presión arterial. La presión arterial alta puede causar problemas para usted y su bebé durante y después del embarazo. Si está embarazada, puede solicitar uno a su proveedor prenatal y recibirlo en su casa.

Hable con su proveedor sobre un extractor de leche

CountyCare cubre un extractor de leche eléctrico doble por año. Cuando nazca su bebé, su proveedor puede ordenar el extractor de varias compañías. Puede recogerlo o recibirlo en su casa.

Apoyo para la lactancia

El apoyo de lactancia (amamantamiento) está disponible de expertos en alimentación infantil, como un consejero o consultor certificado en lactancia. Estos proveedores a menudo se reúnen con usted en el hospital, en su casa o en la clínica para darle apoyo personalizado sin costo.

Los consultores de lactancia pueden ayudar al:

- Apoyar a las familias con la lactancia, el agarre, la producción de leche y la extracción
- Apoyar a las familias que usan fórmula, biberones o una mezcla de métodos de alimentación
- Hacer que alimentar a su bebé sea más fácil y cómodo, sin importar cómo elija alimentarlo

Para obtener ayuda para encontrar un consultor de lactancia, llame al 312-864-8200 y pida hablar con un Coordinador de Atención.



Visitas al médico y vacunación del bebé

Su bebé recibirá su propia Tarjeta de Recompensas de CountyCare.

Su bebé obtendrá una recompensa de \$50 cuando lo lleve a un chequeo dentro del mes posterior a su nacimiento y una recompensa de \$10 por cada una de sus próximas 5 visitas. Su bebé ganará una recompensa de \$10 por cada una de las vacunas que reciba hasta los 2 años de edad. Los miembros de 6 a 24 meses también pueden obtener \$75 adicionales y los miembros de 2 años o más pueden obtener una recompensa de \$10 por recibir la vacuna contra la gripe de su PCP, pediatra o una farmacia dentro de la red.

Cuando lleve a su bebé a estas citas, CountyCare depositará dinero automáticamente en la Tarjeta de Recompensas Visa de su hijo. Puede gastar el dinero en lo que necesite, como comida, transporte, servicios públicos y más, en la mayoría de los lugares que aceptan Visa. Tendrá seis meses desde la fecha en que se agreguen a la tarjeta de su bebé para usar las recompensas.

Busque sus cupones gratuitos para pañales

Todas las familias con un bebé menor de 2 años que estén al día con las vacunas del bebé recibirán un cupón digital mensual de \$10 para pañales que se puede canjear en los principales minoristas.

Obtenga un asiento de auto gratuito

Necesitará un asiento de auto en su auto para llevar a su bebé a casa. CountyCare da asientos de auto gratuitos a padres con niños de hasta 8 años. Llámenos en cualquier momento para solicitar un asiento de auto al 312-864-8200 y recibirá su asiento de auto por correo.



Si usa este programa para pagar el alquiler o los servicios públicos, el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (Housing and Urban Development, HUD) requiere que se informe como ingreso si solicita asistencia. Comuníquese con su oficina local del HUD si tiene preguntas.



Brighter Beginnings

by CountyCare

