

Prsrt Std
U.S. Postage
PAID
Burlington, VT
Permit No. 601



CountyCare Connection Volume 18, Issue 3

Visitas al PCP antes del regreso a clases

¡El verano se está pasando rapidísimo! Mientras que sus hijos disfrutan sus últimos días de vacaciones, no olvide sus necesidades de salud. Haga una cita para una visita de bienestar de sus hijos si no han ido al doctor este año.

Si acude al consultorio del doctor durante el verano, tiene la ventaja de contar con los formularios de salud y requerimientos que pide la escuela con anticipación. ¿Sus hijos necesitan vacunas antes de que empiecen las clases? ¿Necesitan medicinas dentro del horario escolar, como un inhalador? ¿Usted tiene a un joven atleta que quiere pertenecer a un equipo deportivo? Si es así, la escuela de sus hijos requerirá que su doctor llene ciertos formularios médicos. Su PCP puede llenar estos formularios durante una visita en su consultorio.

Existen otras razones por las cuales es buena idea acudir a una cita con el doctor. El PCP de su hijo o hija le ayuda a cuidar cualquier problema de salud, como el asma y la diabetes. Los PCPs también se encargan de abordar asuntos como el incremento o la pérdida de peso y brindan consejos de nutrición y ejercicio. Si se requieren medicamentos, el doctor de sus hijos los puede recetar. También puede referirlos a especialistas si es necesario.

Llame para hacer una cita de visita de bienestar para su hijo o hija antes de que acabe el verano. Si no está seguro de cómo comunicarse con el PCP de sus hijos, o si desea hacer algún cambio, puede llamar a CountyCare al 312-864-8200.

Gracias por elegir a
CountyCare

 **Dele "Like" a nuestra página de Facebook**

Si desea información sobre nuestros próximos eventos, por favor visite <http://www.countycare.com/about/events>



Contenido

Visitas al PCP antes del regreso a clases	1
Disfrute los mercados de alimentos frescos	2
Libros gratuitos para niños	2
Conserve su cobertura	2
Salud del hombre	3
Declaración de no discriminación	3

Mantenga su cobertura de seguro médico

En CountyCare deseamos hacer más fácil que conserve su cobertura de seguro médico. Le preguntamos a Heather Holberg, Gerente de Inscripciones de CountyCare, algunas recomendaciones sobre cómo renovar su cobertura.

Pregunta: ¿Por qué necesito renovar mi cobertura médica?

Respuesta: El Estado de Illinois debe asegurarse de que todas las personas que tienen Medicaid sigan siendo elegibles. Esto sucede una vez al año en el caso de la cobertura de seguro médico; y dos veces al año si además recibe beneficios de SNAP. El estado le enviará una carta con instrucciones y formularios. Estos formularios deberán ser llenados y reenviados antes de la fecha indicada. Esté pendiente de esta carta, ya que si no envía sus formularios, puede perder su cobertura.

Pregunta: ¿Qué pasa si no recibí una carta?

Respuesta: Las cartas son enviadas 60 días antes de que expire su cobertura. Si no ha recibido una carta o necesita ayuda con los formularios, CountyCare puede ayudarle. Llámenos al 312-864-7333.

Pregunta: ¿Qué sucede si se me pasa la fecha límite de renovación?

Respuesta: El Estado permite un período de gracia para estos casos. Este período de gracia dura 90 días después de que se vence su cobertura del seguro. Si usted termina el proceso de renovación dentro del período de gracia de 90 días, puede recuperar sus beneficios. Si su cobertura ha expirado, llame a CountyCare al 312-864-7333 tan pronto como le sea posible. Le ayudaremos con su renovación.

Pregunta: ¿Cómo puedo reenviar los formularios de renovación?

Respuesta: Usted puede reenviar sus documentos de varias maneras. De cualquier forma, siempre es bueno conservar una copia de la confirmación de su envío en caso de que surjan preguntas sobre el mismo más adelante.

En línea: ingrese a "Manage My Case" ("Administre mi caso") en <https://abe.illinois.gov/>
Facsimile al: 1-844-736-3563
Envíe los formularios por correo a: P.O. Box 19138, Springfield, IL 62763

Disfrute los mercados de alimentos frescos

El Sistema de Salud y Hospitales del Condado de Cook se ha asociado con Black Oaks Center y Healthy Food Hub para que le sea más fácil disfrutar frutas y verduras frescas en nuestros Mercados de Comida Fresca al aire libre. Usted puede usar su tarjeta activada LINK y duplicar su saldo, al gastar 20 dólares y recibir 20 más con Link Match, para comprar más de sus alimentos frescos favoritos en los mercados. Además de la tarjeta LINK, los Mercados de Alimentos Frescos reciben cupones para personas mayores de mercados de productores locales; cupones para el Programa de Nutrición para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) de mercados de productores locales; dinero en efectivo; y tarjetas de crédito y débito.

Le recomendamos disfrutar el sol, el aire fresco y la deliciosa comida de los Mercados de Alimentos Frescos.

Los Mercados de Alimentos Frescos están abiertos un día a la semana hasta el mes de octubre.

Centro de Salud de Cottage Grove del CCHHS
1645 Cottage Grove Avenue en Ford Heights.
Abierto los lunes de 10:00 a.m. a 2:00 p.m.

Centro de Salud de Oak Forest del CCHHS
15900 S. Cicero Avenue en Oak Forest
(entrada por 159th Street).
Abierto los miércoles de 10:00 a.m. a 2:00 p.m.

Centro de Salud de Robbins del CCHHS
13450 S. Kedzie Avenue en Robbins.
Abierto los viernes de 10:00 a.m. a 2:00 p.m.



¡Libros para niños gratuitos!

¡CountyCare inauguró un Club de Lectura!

Una forma fácil y divertida de que los niños aprendan sobre el mundo a su alrededor, es que lean libros nuevos. Si sus hijos tienen de 3 a 16 años de edad pueden recibir un libro gratis por correo cada tres meses. Solo tiene que llamar a Servicios de la Membresía de CountyCare al 312-864-8200 y pedir una copia del siguiente libro. ¿Le parece una buena idea? ¡Hay algo más! Junto con su libro, los miembros participantes de 5 a 16 años de edad también reciben una tarjeta de regalo Target con 10 dólares.

Algunos de los libros del Club de Lectura son:

- *La noche en la que naciste* de Nancy Tillman
- *Cachorros del palacio: Sunny y la sorpresa nevada* de Laura Dower
- *Bajo la sombra del volcán* de Caryn Jenner
- *Tomados de la mano: 10 hombres afroamericanos que transformaron a Estados Unidos* de Andrea Davis Pinkney & Brian Pinkney

Los libros que enviamos van desde libros de cartón para niños pequeños hasta libros de ciencia ficción e historia. Diversos miembros nos han dicho que a sus hijos les encanta recibir libros nuevos por correo. Además, la tarjeta de regalo de Target es un gusto adicional para todos.

¿Desea conocer más recompensas gratuitas que su familia puede ganarse solo por ser miembros de CountyCare?

También puede ganar cosas como minutos de celular y membresías de Weight Watchers, entre otras. Visite <http://www.countycare.com/rewardsprogram> o llámenos al 312-864-8200.

Recordatorios

Avisos anuales publicados en el sitio web

Por favor visite www.countycare.com/members/resources para obtener información que puede ayudarle a cuidar su salud y a usar su plan de seguro médico adecuadamente.

Nuevas formas de mantenerse en contacto

Siempre estamos buscando mejores formas de mantenerlo informado acerca de sus beneficios. Indíquenos cuál es la mejor forma de comunicarnos con usted, ya sea por mensaje de texto o correo electrónico. Infórmenos qué prefiere llamando al 312-864-8200, opción 1.

Declaración de no discriminación

La discriminación es ilegal. De conformidad con las leyes federales de derechos civiles correspondientes, CountyCare no discrimina con base en raza, color de piel, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. CountyCare no excluye a ninguna persona ni trata diferente a nadie debido a su raza, color de piel, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Para más información, por favor visite www.countycare.com/members/nondiscrimination-act

¡Ayúdenos a mantenerlo actualizado!

Mantenga al corriente su número telefónico y domicilio para que pueda recibir actualizaciones importantes sobre su cobertura. Visite <http://www.countycare.com/members/access-update-your-profile> o llámenos al 312-864-8200 / 855-444-1661.

Salud del hombre

Queremos mucho a los hombres que son parte de nuestras vidas. Ayúdenos a promover su salud y seguridad con las siguientes recomendaciones:

- **Coma bien**
Coma frutas y verduras todos los días. Limite la cantidad de azúcar, sal, grasa y alcohol.
- **Muévase**
El ejercicio sirve para el control del peso, la reducción del estrés, la salud mental y para reducir el riesgo de enfermarse.
- **No fume**
Es una de las peores cosas que le puede hacer a su cuerpo.
- **Vaya al doctor**
Los hombres por lo general evitan ir al doctor. ¡Recuérdelos que vayan!



Dele "Like" a nuestra página de Facebook.

Los Servicios de Inscripción de Clientes de Illinois ("Illinois Client Enrollment Services") le enviará información sobre las opciones de su plan de salud cuando sea momento de elegir un plan de salud, así como durante el período de Inscripción Abierta ("Open Enrollment").

De conformidad con las leyes federales de derechos civiles correspondientes, CountyCare no discrimina con base en raza, color de piel, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY). UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY).

Este documento también está disponible en otros idiomas. Por favor comuníquese con nosotros al 312-864-8200 para solicitar este documento en otro idioma.

