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

CountyCare
HEALTH PLAN

WINTER 2019

¡Llegó el momento de la Inscripción Abierta!

La Inscripción Abierta de Medicaid se está llevando a cabo en este momento. Su plan de seguro médico actual es CountyCare y nos da mucho gusto que usted sea miembro de nuestro plan. CountyCare es el plan de Medicaid más grande del Condado de Cook. Recientemente, fuimos reconocidos como uno de los mejores Planes de Medicaid de Illinois para 2019-2020.

El proceso de Inscripción Abierta es sencillo. Usted recibirá una carta por correo del estado de Illinois, en la cual le pedirán a usted y a sus familiares elegibles que escojan un plan de seguro médico de Medicaid. Si desea quedarse en CountyCare, no necesita hacer nada: será reinscrito automáticamente.

Si desea obtener más información sobre CountyCare o si tiene cualquier pregunta sobre la inscripción abierta, por favor llámenos al 312-864-8200.

Tabla de contenidos

¡Llegó el momento de la Inscripción Abierta!.....1
Ahorre tiempo usando el Portal para Miembros.....2
Mantenga su cobertura de Medicaid.....2
Supere la depresión invernal.....3
Ayuda con su salud mental cuando la necesita y donde usted la necesita.....3
Vacúnese contra la influenza/gripe.....3

Gracias por elegir a CountyCare

¡DELE "LIKE" A NUESTRA PÁGINA DE FACEBOOK!

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

Envíe un mensaje de texto con la palabra COUNTYCARE al 37331 para recibir mensajes de texto con información sobre el programa de recompensas y actualizaciones de CountyCare.

Ahorre tiempo usando el Portal para Miembros

CountyCare cuenta con un Portal para Miembros en línea donde puede encontrar respuestas a sus preguntas sobre el cuidado médico en lugar de llamar a Servicios para Miembros.

El portal le permite:

- Imprimir una tarjeta de identificación temporal
- Actualizar su domicilio y número telefónico
- Cambiar de PCP
- Hacer preguntas acerca de su cobertura de seguro médico

Puede acceder al Portal para Miembros en www.countycare.com/portal. Es muy fácil crear una cuenta e ingresar. Lo único que necesita es su número de identificación de miembro que aparece en su tarjeta de identificación de miembro de CountyCare.

Mantenga su cobertura de Medicaid

Para conservar su cobertura de CountyCare de Medicaid, el estado necesita revisar su información cada año. Si además recibe beneficios de SNAP, la revisión se realiza cada seis meses. A este proceso se le llama renovación o redeterminación (REDE).

Usted debe recibir una carta con instrucciones del estado de Illinois, alrededor de 45 días antes de la fecha de vencimiento de su cobertura. Puede ser que necesite llenar un formulario y enviarlo para confirmar que sigue siendo elegible. Si necesita llenar el formulario, asegúrese de enviarlo al estado antes de la fecha de vencimiento que aparece en la carta; de otra manera podría perder sus beneficios del cuidado de la salud. También puede renovar en línea utilizando el sitio web de ABE (Application for Benefits Eligibility) en www.abe.illinois.gov.

Si ya es momento de su renovación y perdió o no recibió los formularios del estado, llámenos al (312) 864-7333 y le conseguiremos unos formularios nuevos. También podemos ayudarle a llenar los formularios en línea; o puede asistir a uno de nuestros eventos de redeterminación en persona para que le ayuden a llenar los formularios. Puede buscar las fechas y diferentes localidades en nuestro sitio web en www.countycare.com/members/redetermination-events.

Si tiene cualquier pregunta acerca del proceso de renovación/REDE o el sitio web de ABE, por favor llame a la Línea Telefónica de Redeterminación de CountyCare al (312) 864-REDE (7333).

Supere la depresión invernal

Los días cortos y los arduos inviernos de Chicago pueden ser muy difíciles. Existen formas para tratar de mantenernos de buen ánimo cuando el clima es realmente frío. Puede abrir sus cortinas y adquirir focos más brillantes para añadirle luz a su día; mantenerse activo; y realizar sus actividades favoritas en el interior de su casa, como leer, cocinar u organizar su hogar.

Si este sentimiento de depresión invernal persiste durante varios días seguidos o varias semanas, o si hay cambios en su trabajo, relaciones o hábitos de sueño, podría tener Trastorno Afectivo Estacional (Seasonal Affective Disorder o SAD, por sus siglas en inglés). Este trastorno es una clase de depresión relacionada con cambios en la luz del sol y el clima. Si cree que usted tiene estos síntomas, debe hablar con su doctor para que le recomiende un tratamiento.

Ayuda con su salud mental cuando la necesita y donde usted la necesita

CountyCare cuenta con una red completa de salud del comportamiento que brinda servicios de salud mental y para los trastornos por el uso de sustancias. Nos enorgullece poder ofrecer a nuestros miembros un acceso simplificado a los servicios de salud del comportamiento a lo largo de todo el Condado de Cook.

El Consorcio de Salud del Comportamiento (BHC, por sus siglas en inglés) es un grupo de proveedores que pueden hacer citas para servicios de salud del comportamiento en cualquiera de las agencias del Consorcio. Nuestras agencias se comprometen a dar citas de admisión dentro de un plazo de siete días para cualquier solicitud y de dos días para necesidades urgentes. El personal de admisión es bilingüe (español) y muchos de los servicios también están disponibles en español.

Para obtener más información, llame a CountyCare al 312-864-8200, seleccione el número 4 que corresponde a opciones para miembros, y luego seleccione 1 para salud del comportamiento.

Vacúnese contra la influenza/gripe

No es demasiado tarde para recibir su vacuna contra la influenza/gripe. Los miembros de CountyCare pueden ir con su PCP o a cualquier farmacia afiliada a la red de CountyCare por una vacuna gratis contra la influenza/gripe. Recomendamos una vacuna contra la influenza/gripe para todas las personas mayores de 6 meses de edad.

Está comprobado que estas medidas pueden ayudarle a mantenerse saludable:

- Lávese bien las manos con agua y jabón, frecuentemente.
- Limite el contacto con personas o superficies que podrían tener gérmenes de gripe/influenza.
- Cubra su boca al toser y estornudar para reducir la propagación de gérmenes.

Si llega a enfermarse, la recomendación tradicional todavía funciona: descanse, tome muchos líquidos y quédese en casa.

En CountyCare queremos asegurarnos de que nuestros miembros participantes se mantengan informados sobre sus derechos y responsabilidades como miembros de un plan de salud. El Aviso Anual para Miembros de 2018 brinda información importante para satisfacer sus necesidades de servicios del cuidado de la salud e información acerca de los Programas de Mejora de Calidad y de Aptitudes Culturales de CountyCare, entre otros. Puede encontrar una copia de este aviso en nuestro sitio web, en http://www.countycare.com/members/resources.

También puede comunicarse con Servicios para Miembros durante el horario de oficina al 312-864-8200/855-444-1661/711 TTD/TTY para recibir esta información en otros idiomas o para solicitar que le envíen una copia por correo.

CountyCare complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

ATTENTION: *If you speak ENGLISH, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 312-864-8200 / 855-444-1661 (toll-free) / 711 (TTY).*

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).*

注意：如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 *312-864-8200 / 855-444-1661 / 711.*

Este documento también está disponible en otros idiomas. Comuníquese con nosotros al 312-864-8200 para solicitar este documento en otro idioma.
De conformidad con las leyes federales de derechos civiles correspondientes, CountyCare no discrimina con base en raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.