



Programas de Promoción de Salud

Programa de silla para el carro

South Country Health Alliance (SCHA) entregará una silla para carro por cada miembro de hasta 4 años de edad, junto con indicaciones de cómo utilizar la silla en forma segura. Para saber más sobre este programa y para fijar una fecha para recibir la silla para el carro para su niño/a, llame a su Departamento de Salud Pública local.

Educación Familiar para la niñez temprana (EFCE)

ECFE ofrece clases para familias con niños en edades desde recién nacidos hasta jardín de infantes. Las clases para padres e hijos ayudan a formar familias saludables y preparan a los niños para que sean exitosos en la escuela. Las clases de EFCE son gratuitas para los miembros de SCHA. Para mayor información llame a su distrito escolar local o a los servicios para miembros de SCHA.

Educación Comunitaria

Educación Comunitaria ofrece clases divertidas para ambos, niños y adultos. Las clases pueden ser una buena forma de mejorar sus aptitudes especiales o para aprender un pasatiempo nuevo. SCHA cubre hasta \$ 15 de la matrícula en la mayoría de las clases de Educación Comunitaria (hasta 5 clases por sesión de inscripción). Para mayor información llame a su programa local de Educación Comunitaria o a los servicios para miembros de SCHA.

Clases de educación para el embarazo y el parto

A veces se necesita de un poco de ayuda para sentirse lista para dar a luz. Algunos hospitales y programas de Educación Comunitaria ofrecen clases para el parto. Usted, como miembro de SCHA puede tomar estas clases en forma gratuita. Para mayor información llame a su hospital o a Educación Comunitaria. Pregunte sobre las clases disponibles y sobre cuándo debe inscribirse. Asegúrese de presentar su tarjeta de identificación SCHA!

Libro prenatal

SCHA está ansioso de entregarle el libro prenatal que fue hecho especialmente para miembros de SCHA. Está lleno de información sobre el embarazo y sobre los recursos que están disponibles para usted. Incluso trae un calendario para embarazo para que usted lo use semana a semana. Si usted está embarazada, infórmele a su trabajador financiero del condado. Luego llame al Departamento de Salud Pública del condado o a los servicios para miembros de SCHA y solicite su copia gratuita de "Embracing Life" (Abrazando la vida).

Recompensa por ejercicio BE FIT

Queremos ayudarle a estar en estado! Los miembros de SCHA que tengan 18 o más años de edad pueden asociarse a un club de salud participante y recibir hasta \$20 de crédito por ir al gimnasio por lo menos 8 días al mes. Para mayor información visite nuestro sitio en internet o llame a servicios para miembros de SCHA.

Programa de la tarjeta de regalo de SCHA

Para ser elegible para la tarjeta de regalo de \$ 25 usted debe ser miembro de SCHA en la fecha del servicio médico. También necesita que su proveedor de servicios médicos llene un cupón especial de SCHA. Para obtener el cupón, usted puede:

1. Hable con la enfermera de salud pública del condado.
2. Llamar a los servicios para miembros al 1-866-567-7242 (sin cargo) o al 1-877-824-5611 (TTY) y solicite uno.
3. Imprima uno de nuestra página web (www.mnscha.org)

Traiga el cupón para que su proveedor médico o el de su hijo/a lo firme en la visita apropiada, y envíelo a SCHA dentro de los 6 meses posteriores a la fecha del servicio para recibir su tarjeta de regalo de \$ 25!

Siga leyendo para saber sobre los distintos cupones que puede intercambiar por una tarjeta de regalo.

Más Naipes de Regalo Disponibles a USTED . . .

Tarjeta de regalo de cuidado prenatal

Si usted está embarazada es muy importante que visite al médico. Usted puede obtener una tarjeta de regalo de \$ 25 si realiza su primer visita al médico durante su primer trimestre (tres primeros meses) de embarazo. Usted se asoció a SCHA después de su primer trimestre? Ud. todavía puede obtener la tarjeta de regalo si visita al médico dentro de los 60 días posteriores a su asociación.

Tarjeta de regalo por cuidado post-parto

Es importante que visite al médico después del nacimiento de su bebé. SCHA le dará una tarjeta de regalo de \$25 si usted completa su visita con su proveedor médico a las 6 semanas posteriores al parto.

Tarjeta de regalo para los controles del bebé

Los “controles para los niños y adolescentes” son una parte regular del cuidado de salud de su hijo/a. Estas visitas son más completas que los controles comunes. Son importantes para mantener a su hijo/a saludable desde el comienzo de su vida. Se recomiendan controles para el bebé al mes y a los 2, 4, 6, 9, 12 y 15 meses de edad. Los niños que son miembros de SCHA pueden obtener una tarjeta de regalo de \$25 si se hacen por lo menos 6 controles en los primeros 15 meses de edad.

Tarjeta de regalo por el examen de evaluación de plomo

Alguna vez le hicieron un examen de detección de plomo a su hijo/a? Este sencillo examen de sangre se recomienda

para niños antes de que cumplan el año de edad y nuevamente cuando tienen 2 años. Los niños que son miembros de SCHA pueden recibir una tarjeta de regalo de \$ 25 si se hacen el examen antes de que cumplan el año de edad y de nuevo cuando tienen 2 años.

Tarjeta de regalo por las vacunas

Es muy importante que su hijo/a reciba todas las vacunas recomendadas. Los niños que son miembros de SCHA pueden obtener una tarjeta de regalo de \$ 25. Una tarjeta si tienen todas las vacunas a la edad de 2 años y otra tarjeta si tienen todas las vacunas a la edad de 12 años.

Tarjeta de regalo por la mamografía

Las mujeres de 40 años o más deberían realizarse una mamografía una vez al año. Esta radiografía de los senos se realiza para detectar el cáncer de mama en forma precoz. Es un examen importante, incluso para las mujeres que gozan de buena salud! Las mujeres miembros de SCHA que tienen más de 40 años de edad, pueden recibir una tarjeta de regalo de \$ 25 luego de realizarse la mamografía.

Quién es elegible?

Todos los miembros de SCHA son elegibles para estos programas siempre y cuando estén asociados a SCHA en la fecha del servicio o inscripción en la clase, y cumplan con los requisitos de la edad (si se aplican) para el programa. Si tiene preguntas, llame a los servicios para miembros de SCHA.

Servicios para miembros de SCHA

1-866-567-7242 www.mnscha.org

Attention. If you want free help translating this information, call the above number.

ملاحظة: إذا أردت مساعدة مجانية في ترجمة هذه المعلومات، فاتصل على الرقم الموجود أعلاه.

កំណត់សំគាល់ បើអ្នកចង់បានជំនួយបកប្រែព័ត៌មាននេះដោយមិនគិតថ្លៃ សូមទូរស័ព្ទ ទៅលេខទេសាងរ៉េប៊ី។

Pažnja. Ako vam je potrebna besplatna pomoć za prevod ove informacije, nazovite gomjji broj.

Ceeb toom. Yog koj xav tau kev pab txhais cov xov no dawb, thov hu rau tus xov tooj saud.

ໂປຼຕຊາບ. ຖ້າຫາກທ່ານຕ້ອງການ ການຊ່ວຍເຫຼືອ ໃນການເປ ື້ອອາມຕັ້ງກ່າວນີ້ພີ, ຈົ່ງ ໂທ ຕາມເລກ ໂທ ທີ່ຢູ່ຂ້າງເທິງນີ້.

Hubaddhu. Yoo akka odeeffannoona kun sii hiikamu gargaarsa tolaa feeta ta'e, lakkoofsa armaa olii bilbili.

Внимание. Если вам нужна бесплатная помощь в переводе этой информации, позвоните по указанному выше телефону.

Ogow. Iaddii aad dooneyso in lagaa kaalmeeoyo tarjama dda macluumaadkani oo lacag la'aan ah, wac lambarka kore.

Atención. Si desea recibir asistencia gratuita para traducir esta información, llame al número que aparece más arriba.

Chú Ý. Nếu quý vị cần dịch thông tin này miễn phí, xin gọi số nêu trên.

Esta información está disponible en otros formatos para personas con discapacidades llamando a South Country Health Alliance al 1-866-567-7242 (sin cargo), al 1-877-824-5611 (teléfono de texto) o a través del servicio de retransmisión de Minnesota al 711, o al 1-877-627-3848 (servicio de retransmisión STS)