

Se trata de su salud.

Hágase cargo.

Asistencia para dejar el tabaco

Acceso a 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 ayudarlo 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 afiliado.

Educación comunitaria

La educación comunitaria ofrece clases divertidas. Repase 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™

¡Queremos ayudarlo a estar en forma! Únase a un club de salud participante y reciba un reembolso de hasta **\$20** al mes para 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 miembros de SeniorCare Complete sin una cantidad mínima de días de asistencia requerida. Visite nuestro sitio web en www.mnscha.org o llame a Servicios para Miembros para obtener más información.

Local. Ágil. Confiable.
Cobertura de salud pensada para usted.

South Country Health Alliance Servicios para Miembros

1-866-567-7242 • TTY 1-800-627-3529 o 711
Estas llamadas son gratuitas.

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 document, 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

South
Country
HEALTH ALLIANCE

Para miembros inscritos en:

SeniorCare Complete (MSHO)
Minnesota Senior Care Plus (MSC+)



Los programas de bienestar
Take Charge!™ ayudan a
miembros de South Country
Health Alliance a alcanzar su
mejor salud y bienestar personal.

 Like us on
Facebook

#5965

7462-SPA



Tome el control de su salud
Sea recompensado

Se trata de su salud. **Hágase cargo.**

Be Rewarded™

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

\$25 de recompensa por visita dental

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 dental. Límite de una tarjeta de regalo por año calendario.

\$25 de recompensa por la prueba de detección de cáncer de cuello uterino

Los miembros de South Country de 21 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.

\$25 de recompensa por la prueba de glucosa en sangre para la diabetes (HbA1c)

Para ser elegibles para una **tarjeta de regalo de \$25**, deben ser actualmente miembros de SeniorCare Complete 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

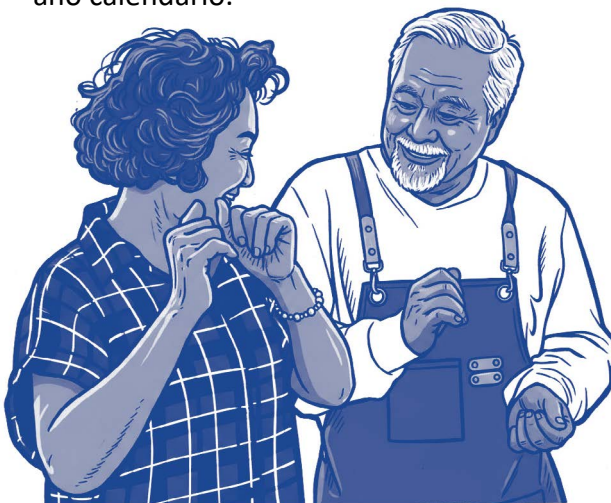
una recompensa con tarjeta de regalo por año calendario.

\$25 de recompensa por prueba de detección de cáncer colorrectal

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.

\$25 de recompensa por mamografías

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 en el transcurso de los 90 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 cupones desde nuestro sitio web en <https://www.mn-scha.org/members/wellness-programs/>.

¿Tiene preguntas?

Llame a Servicios para Miembros al

1-866-567-7242

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

Estas llamadas son gratuitas.

Horario de atención: de lunes a viernes,
de 8:00 a. m. a 4:30 p. m.