



OTOÑO DE 2020

MEMBER *Source*

Un boletín informativo para afiliados a CareSource®

La nueva **normalidad**

Mascarillas. Negocios cerrados. Distanciamiento social. Niños en Zoom para hacer las tareas escolares. El año 2020 trajo muchos cambios en nuestras vidas. Algunos son temporales; otros llegaron para quedarse.

En el caso de la atención médica, las cosas también cambiaron. La telesalud se convirtió en una parte rutinaria de la atención médica. En CareSource, trabajamos mucho para brindarle la información más reciente sobre cómo cuidarse a usted mismo y a su familia. Queremos que sepa que no importa cómo sea esta nueva normalidad, nosotros estamos a su disposición.

Visite nuestra página web sobre la COVID-19 en **CareSource.com/Covid19**. Si tiene alguna pregunta, llame a nuestro equipo de Servicios para Afiliados. Con gusto le ayudaremos. Nuestro compromiso es ofrecerle un *Cuidado de la salud desde el corazón.*



CareSource®

¡Nuestra aplicación móvil es fácil de usar!



Tarjeta digital de identificación (ID): vea y comparta su tarjeta digital de identificación de afiliado.



Encontrar un médico: encuentre un médico, una farmacia, un hospital y mucho más cerca de usted.



Llame a un enfermero: llame a la Línea de asesoría en enfermería CareSource24® y hable con un enfermero las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



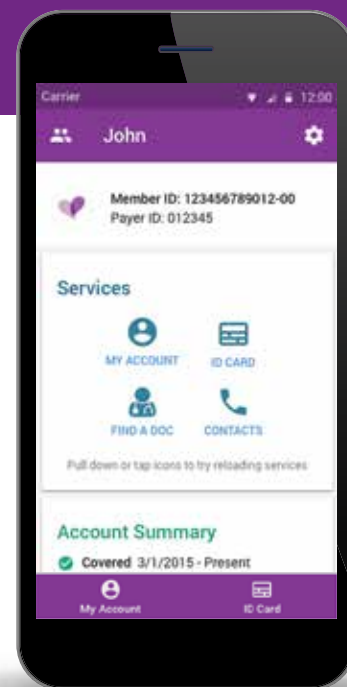
My CareSource® inicie sesión en su cuenta segura My CareSource.



MYidealDOCTOR®: hable con un proveedor de atención primaria las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



¡NUEVO! Centro de mensajes: reciba novedades y recordatorios de CareSource.



Y mucho más...

* Algunas funciones no se activarán hasta la fecha de entrada en vigencia de su plan.

Descargue la aplicación y visítela ahora.



Lo
nuevo

en beneficios adicionales

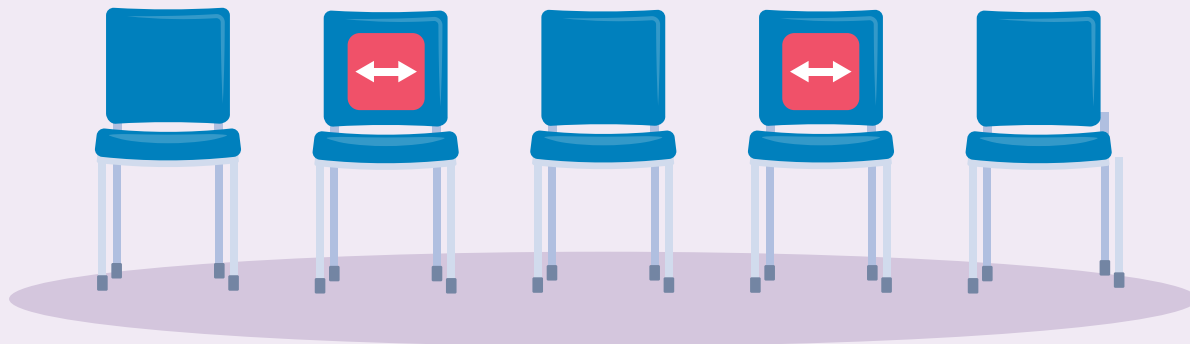
¿Ya vio los beneficios adicionales que ofrece CareSource? Desde **Amazon Prime®** hasta **YMCA®**, usted y su familia están cubiertos.

- ✓ **Tensiómetro gratuito** para afiliados inscritos en Administración de la atención con diagnóstico de hipertensión.
- ✓ **Juego de cama completo gratuito** para niños con asma que estén inscritos en Administración de la atención con diagnóstico de asma.
- ✓ **Suscripción gratuita a Amazon Prime®** cuando se inscribe, participa activamente en CareSource Life Services® o en Administración de la atención y realiza sus visitas de paciente sano y exámenes de salud.
- ✓ **Afiliaciones gratuitas** a grupos participantes para usted y sus hijos sin ningún costo.
 - ✓ **Boys & Girls Club®:** CareSource pagará la afiliación anual gratuita (de hasta \$65) a un Boys and Girls Club local.
 - ✓ **Girl Scouts®:** CareSource pagará la afiliación anual gratuita y le dará un vale para uniformes de niñas y adultos.
 - ✓ **YMCA®:** obtenga una afiliación familiar gratuita a los YMCA participantes cuando haya al menos un miembro de su familia en CareSource.

Para registrarse en estas afiliaciones, visite su club local o ingrese en línea con su ID de afiliado a CareSource. Necesitará el nombre y el apellido del afiliado y la fecha de nacimiento para registrarse.



Qué puede esperar en su próxima visita odontológica durante la COVID-19



En CareSource, nuestra máxima prioridad es protegerlo a usted, a nuestros proveedores y a la comunidad. Seguimos de cerca el coronavirus (COVID-19) y su impacto a nivel local y en todo el mundo. Mientras trabajamos con nuestras redes de proveedores, nuestro objetivo es ayudar a llevar a cabo y seguir todos los pasos para reducir el contagio.

Hable con su proveedor de atención odontológica para saber si ofrece servicios de teleodontología. La teleodontología le permite usar su teléfono, aplicación móvil o computadora para realizarse exámenes en cualquier momento y lugar. Llame a su proveedor para averiguar la mejor manera de programar una consulta de teleodontología. Visite **CareSource.com/Covid19** para obtener más información.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) cuentan con un plan que puede seguir para evitar enfermarse. El objetivo es detener el contagio de la enfermedad.

- ✓ Hágale saber a su proveedor de atención odontológica si tuvo algún síntoma, como fiebre, tos, dificultad para respirar u otros síntomas similares a los de la gripe antes de ir al consultorio.
- ✓ Dígale si usted o un miembro de su familia viajó a países con grandes brotes.
- ✓ También se le puede pedir que responda ciertas preguntas o complete formularios especiales.
- ✓ Debido al distanciamiento social, es posible que se les pida a los familiares que no se sienten en la sala de espera.

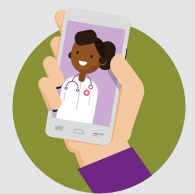
También le pueden pedir que use un tapabocas o una mascarilla. Visite [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/dental-settings.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/dental-settings.html) para obtener más detalles sobre las recomendaciones de los CDC que debe seguir en un consultorio odontológico. Tenga presente que las recomendaciones pueden cambiar con el tiempo.

Actualizaciones de la lista de medicamentos

Nuestro sitio web de CareSource tiene una lista de medicamentos en la que se pueden realizar búsquedas fácilmente y que se actualiza mensualmente. Para averiguar qué medicamentos están cubiertos, vaya al enlace *Encontrar mis medicamentos con receta en Herramientas y recursos*. Si no tiene acceso a Internet, podemos ayudarle. Llame a Servicios para Afiliados para saber si un medicamento está cubierto y si tiene algún costo para usted.



CareSource24[®] Línea de asesoría en enfermería



Nuestro equipo de enfermeros está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para hablar con usted. Podemos ayudarle si se enferma, se lesiona o tiene preguntas sobre su salud. Podemos ayudarle a determinar si necesita tomar medidas de cuidado personal, visitar a su médico, recibir atención de urgencia o ir a la sala de emergencias.

Llame al **1-844-206-5944** (TTY: 1-800-255-0056 o 711) para obtener más información.



Cómo prevenir la enfermedad renal diabética

Si tiene diabetes, sus niveles de azúcar en sangre son, con frecuencia, demasiado altos. Un alto nivel de azúcar en sangre puede dañar los riñones con el tiempo. Los riñones limpian la sangre. Si se dañan, los desechos se acumulan en el torrente sanguíneo en lugar de salir del cuerpo.

El daño renal causado por la diabetes se llama nefropatía diabética. Ocurre lentamente, con el correr de muchos años. La mayoría de las personas no presenta ningún signo ni tienen síntomas.

Al hacerse exámenes de rutina puede detener o retrasar el daño renal. Es la única manera de saber si tiene una enfermedad renal diabética. Un tipo de examen sirve para detectar proteínas en la orina. El otro es un análisis de sangre para saber cuán bien están funcionando los riñones.

Debería realizarse la evaluación de nefropatía todos los años si tiene diabetes tipo 2. También debería realizarse la evaluación si tuvo diabetes tipo 1 por más de 5 años. Hable con su proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) para obtener más información.



Cómo lidiar con **problemas de suministro de medicamentos**

Lidiar con lo desconocido es difícil. La COVID-19 cambió nuestras vidas. En el caso de los medicamentos, la COVID-19 demostró que nuestro suministro puede cambiar rápidamente. Puede haber problemas con el suministro de medicamentos incluso en momentos menos difíciles. CareSource sabe lo importante que es que usted tenga sus medicamentos a mano. Asegúrese de no quedarse sin medicamentos por un problema con el suministro con los siguientes consejos:



Llame a su farmacia con anticipación.



Si tiene problemas para conseguir sus medicamentos, llame a su proveedor tan pronto como sea posible. Incluso puede pedirle a la mayoría de las farmacias que llamen a su proveedor por usted.



Siempre hable con su proveedor antes de dejar de tomar un medicamento. Si deja de tomar un medicamento sin hablar con su proveedor, su afección puede empeorar.





¿De regreso a la ESCUELA?

Si sus hijos tienen previsto regresar a la escuela en otoño de 2020, se encontrarán con una nueva norma de rutina de lavado de manos, así como de limpieza y desinfección adecuadas. Si en su familia educan a los niños en el hogar o eligen la escuela en línea, puede ser útil hacer un plan.

Consejos para un **regreso seguro** a la escuela:



Enséñeles buenos hábitos de lavado de manos.



Mantenga a sus hijos en casa si están enfermos.



Envíe toallas, jabón y desinfectante para manos para guardar en escritorios y casilleros.



Hable con anticipación con ellos sobre el uso de mascarillas. Practiquen usarlas antes de que comience la escuela. ¡Consiga mascarillas que les gusten!

Fuente: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children/learning.html

Consejos para un **regreso virtual** a la escuela:



Definan el mismo horario de inicio y finalización de las tareas escolares para todos los días.



Definan una zona especial para estudiar o hacer tareas.



¡Tomen descansos al aire libre!

Encuentre maneras de hacer tareas de matemáticas, lectura y escritura al:



Cocinar juntos



Leer recetas juntos



Escribir cartas a personas que los niños no pueden visitar en persona



¡Gane \$15 dólares de recompensa de MyHealth!

CareSource se compromete a ayudarle a mejorar su salud y bienestar. Para proteger su atención médica, CareSource les pide a todos los afiliados de 19 años o más que completen una Evaluación de riesgos de salud (Health Risk Assessment, HRA). Solo toma unos minutos completar la HRA y puede ganar \$15 dólares de recompensa de MyHealth una vez que la haya completado*.



Puede completarla en línea en **MyCareSource.com**, al hacer clic en la pestaña *Salud*. La HRA les permite a sus proveedores de atención primaria coordinar su atención, a fin de abordar sus necesidades de atención médica. Llame al número de Servicios para Afiliados que figura en la última página para obtener más información.

*Consulte la sección de *Recompensas* del portal de afiliados para obtener más información sobre las recompensas de MyHealth.

Visitas posparto y EPSDT

Visitas posparto

Después de tener a su bebé, programe una visita posparto con su proveedor. Una visita posparto es importante tanto para usted como para el bebé. Permite asegurar que usted se esté recuperando bien y le da la oportunidad de hacer preguntas acerca de temas, como los anticonceptivos. También le permite a su proveedor de atención primaria (PCP) ver cómo se siente emocionalmente. Los proveedores saben que los cambios físicos y emocionales después del parto pueden ser estresantes.

Debería programar su primera visita en un plazo de tres semanas después del parto y un examen completo en un plazo de 12 semanas. Es posible que deba visitar a su proveedor antes si tuvo una cesárea o si se lo indican. Puede programar su visita posparto antes de dejar el hospital. CareSource también le puede ayudar a obtener transporte si lo necesita.

EPSDT

¿Sus hijos están listos para comenzar la escuela? Mientras prepara a sus hijos para ir a la escuela, ellos también necesitan realizarse sus exámenes de niño sano. Siga el Programa de detección periódica temprana, diagnóstico y tratamiento (Early and Periodic Screening, Diagnosis and Treatment, EPSDT) de CareSource. El programa EPSDT cubre los exámenes, las visitas al dentista y al oftalmólogo, las vacunas y mucho más para sus hijos. CareSource también puede ayudarle a obtener transporte para los exámenes de niño sano si lo necesita. Asegúrese de comunicarse con el PCP de sus hijos antes de que comience el año escolar para programar una cita.



Pacientes de Georgia

Plan de seguridad

Calidad es una palabra que se escucha habitualmente cuando se habla de atención médica. Pero, ¿qué significa realmente? Calidad es qué tan bueno es algo. Una calidad alta en términos de atención médica significa que CareSource quiere asegurarse de que usted:



Reciba la atención indicada



En el momento indicado



De parte de los expertos médicos indicados

Queremos ayudarle a usted y a su familia a mantenerse sanos y bien. Nuestro equipo controla las medidas que pueden mejorar su atención médica, como por ejemplo:

- La seguridad de la atención que le brindan los médicos, hogares de ancianos y hospitales.
- Su seguridad en casa, el trabajo o la escuela.

¡CareSource tiene personal para ayudarles a sus médicos, enfermeros y hospitales a que le brinden la mejor calidad en atención posible!



Recordatorio: Los servicios de telesalud están disponibles en cualquier momento

Con el distanciamiento social y las nuevas normas de seguridad, muchos proveedores de atención primaria (PCP) ahora ofrecen servicios de telesalud. El servicio de telesalud consiste en una consulta con su PCP a través de su teléfono, aplicación móvil o computadora. Puede recibir atención para problemas comunes de salud sin consultar a un médico en persona. Pero, ¿cómo funciona? Siga los consejos que incluimos a continuación para su próxima consulta de telesalud.

Cómo programar su consulta

Al programar la consulta, haga preguntas para saber qué debe esperar:

- ¿Necesitará descargar una aplicación?
- ¿Su proveedor lo llamará?
- ¿Usted llamará a su proveedor?
- ¿La consulta será por teléfono o en línea?

Hable con su PCP si le preocupa tener que hacer una consulta de telesalud.

Antes de su consulta

- Anote las preguntas que quiera hacer durante la consulta.
- Encuentre un lugar tranquilo en el que pueda hablar abiertamente sobre cualquier problema que tenga. También puede responder las preguntas que le hace su proveedor sobre su salud.

Durante su consulta

- Sea abierto y honesto sobre su salud y cualquier síntoma que tenga.
- Si tiene inquietudes sobre la consulta y el tipo de atención que se ofrece, asegúrese de preguntar. La telesalud es algo nuevo para muchas personas. Es normal que tenga preguntas.
- Tome notas para que pueda revisar la información que recibió.

Al final de su consulta

Asegúrese de saber los próximos pasos o acciones que debe realizar.

- ¿Tiene que surtir una receta nueva?
- ¿Necesita realizarse análisis de laboratorio después de la consulta?
- ¿Necesita programar otra consulta?

Consulte con su PCP para averiguar cómo y cuándo puede realizar una consulta de telesalud. Si su PCP no ofrece servicios de telesalud o tiene un horario limitado, puede llamar a MYidealDOCTOR®. Tiene el mismo costo que una visita a su PCP. Puede comunicarse con MyidealDOCTOR las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año. Puede encontrar un enlace en la aplicación móvil de CareSource, llamar al 1-855-879-4332 o visitar myidealdoctortelehealth.com.



Cómo respirar mejor con asma

El asma dificulta la respiración. Puede afectar su vida diaria si no lo controla. Los medicamentos no curan el asma, pero pueden ayudarle a sentirse mejor. Tómelos exactamente como se lo indicó su proveedor de atención primaria. Eso significa que debe tomarlos de manera correcta, en el momento indicado.

Estos son algunos consejos para recordarle que debe tomar sus medicamentos para el asma y ayudarle a establecer una rutina:

- Colóquelos cerca de su cama para que los vea cuando despierte.
- Tómelos antes de cepillarse los dientes.
- Pídale a un familiar o a un amigo que lo llame para recordarle todos los días.
- Coloque notas adhesivas donde las vea para que le recuerden usar el inhalador al salir de su casa.
- Use un portapastillas semanal.
- Programe su teléfono u otra alarma.
- Marque su calendario para resurtir sus medicamentos una semana antes de que se le acaben.



Día nacional de devolución de **medicamentos con receta**

Los medicamentos con receta pueden ser una parte importante de su tratamiento. Pueden ayudarle si está enfermo. Pueden estabilizarlo en una emergencia de salud. Son herramientas útiles cuando se usan de manera correcta. Los medicamentos que se utilizan mal o que caen en las manos equivocadas pueden causar daño o la muerte. Es por eso que CareSource quiere recordarle que se deshaga de la forma correcta de los medicamentos que no usa o que están vencidos.

El día nacional de recolección de medicamentos es el **24 de octubre de 2020**. Es la oportunidad para deshacerse de los medicamentos que estén vencidos o que ya no está tomando. Para obtener más información o para encontrar sitios de recolección de medicamentos durante todo el año, visite takebackday.dea.gov.

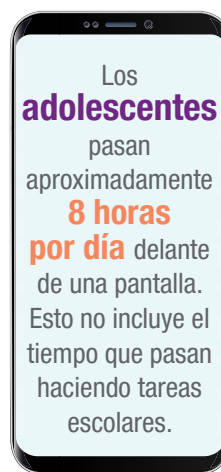




El tiempo frente a las pantallas y **SU SALUD**

Con las indicaciones recientes de permanecer en casa, muchos de nosotros hicimos maratones de series de televisión y videollamadas con nuestros familiares y amigos. ¡Pasamos más tiempo que lo habitual mirando nuestras pantallas! El exceso de tiempo frente a una pantalla puede ser perjudicial para nuestra salud.

¿Cuánto tiempo pasamos ante una pantalla?



¿Cómo afecta nuestra salud?



- Afecta su cerebro
- Daña la vista
- Reduce su capacidad de atención
- Puede perjudicar sus relaciones
- Puede causar obesidad
- Puede interrumpir su sueño

¿Cómo podemos reducir el tiempo frente a las pantallas?

Existen muchas formas de hacerlo.

Dígale **NO** a todas las pantallas:

- Durante las comidas
- Una hora antes de dormir
- En el baño

Dígale **SÍ** a:

- Leer un libro
- Comenzar o renovar un pasatiempo
- Hacer mucho ejercicio
- Pasar tiempo con amigos





CONCIENCIACIÓN SOBRE EL CÁNCER DE SENO

El cáncer de seno es el segundo tipo de cáncer más común en las mujeres estadounidenses. Es una enfermedad en la que las células en el seno crecen sin control. Las mujeres de raza blanca y negra desarrollan cáncer de seno casi con la misma frecuencia, pero en las mujeres de raza negra la tasa de mortalidad por esta enfermedad es más alta. Muchas cosas, como los antecedentes familiares o el envejecimiento, pueden afectar su riesgo de cáncer de seno. Sin embargo, puede reducir su riesgo de desarrollar cáncer de seno cuidando su salud de estas maneras:



Realice ejercicio regularmente.



Mantenga un peso saludable.



No consuma alcohol o limite su consumo a no más de una copa por día.



Si puede, amamante a sus hijos.

Manténgase informada y sana para reducir el riesgo de desarrollar cáncer de seno. También aumentará sus posibilidades de vivir si se lo diagnostican.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Protéjase de

LAS ESTAFAS POR COVID-19

La preocupación por la COVID-19 hizo que los fraudes y las estafas se hicieran más frecuentes. Debe estar alerta frente a cosas que parecen sospechosas. Algunas de las estafas de las que debe tener cuidado son las siguientes:

- Personas que venden curas para la COVID-19.
- Llamadas automáticas, llamadas de ventas, publicaciones en línea, correos electrónicos o personas que van puerta a puerta prometiendo desinfectantes para manos o kits de prueba a cambio de su número de Medicaid o Medicare.
- Correos electrónicos que parecen enviados por la Organización Mundial de la Salud o un CDC.
- Sitios web o aplicaciones falsos que comparten noticias sobre la COVID-19 para acceder a su teléfono, tablet o computadora.
- Personas que piden dinero para causas u organizaciones de beneficencia que no existen.
- Trabajadores de la salud que utilizan información de los pacientes para la prueba de COVID-19 y luego facturan otras pruebas.

¡Infórmenos si sospecha fraude o estafas! Llame a Servicios para Afiliados a CareSource y diga que quiere denunciar un fraude. Se le derivará a una línea directa de denuncia de fraudes. Puede llamar las 24 horas del día.

También puede informarnos acerca de estafas o fraude a través de estos medios:

Correo electrónico: fraud@caresource.com

Correo postal: CareSource
Attn: Special Investigations Unit
P.O. Box 1940
Dayton, OH 45401-1940

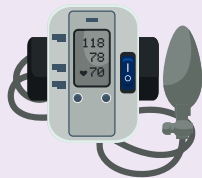
Fuente: [FDA.gov/coronavirus](https://www.fda.gov/coronavirus), [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)





Controle su presión arterial en su hogar y con su PCP

Controlar su presión arterial es excelente para su salud. La falta de control de la presión arterial aumenta el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. Es importante que tenga el hábito de visitar a su proveedor de atención primaria (PCP). Pídale que controle su presión arterial en cada visita.



Hable con su PCP sobre el control de la presión arterial en el hogar. CareSource puede pagar un dispositivo para medir su presión arterial.



Los controles de presión arterial en el hogar pueden ayudarle a llevar un registro. También pueden garantizar el funcionamiento de cualquier cambio en el estilo de vida que haya hecho (como consumir alimentos saludables y hacer actividad física durante minutos todos los días).



Los controles en el hogar pueden alertarlo a usted y a su PCP sobre posibles problemas de salud.

CareSource también ofrece un Programa de manejo de enfermedades gratuito que puede ayudarle a conocer su salud y cómo puede manejar mejor sus afecciones de salud específicas. Si desea obtener más información sobre la presión arterial y suscribirse al Programa de manejo de enfermedades, llame al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711).

Menos estrés con CareSource y myStrength

A veces, la vida puede ser abrumadora. CareSource and myStrengthSM pueden ayudarle a superar esos momentos difíciles con herramientas de autoayuda para fortalecer su mente, su cuerpo y su espíritu. myStrength ofrece:

- Actividades de empoderamiento, como el seguimiento de su estado de ánimo y una bitácora de acondicionamiento físico
- Artículos y videos para aprender sobre temas, como la ansiedad, el trastorno de estrés postraumático (PTSD, por sus siglas en inglés) y la depresión
- Citas inspiradoras diarias
- Ayuda para dejar de fumar
- Ejercicios de consciencia plena
- Consejos para padres y ayuda para manejar el estrés
- ¡Y mucho más!

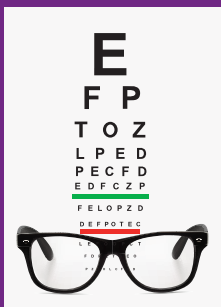
Su salud emocional es importante. Por ese motivo, CareSource ofrece myStrength en línea o a través de una aplicación móvil de forma gratuita.

- 1 Visite **bh.mystrength.com/CareSource** y haga clic en *Registrarse*.
- 2 Complete el proceso de registro y su perfil personal.
- 3 Descargue la aplicación en su teléfono desde mystrength.com/mobile



Tome el control de su bienestar y comience a vivir su vida plenamente.

¡Usted se lo merece!



MIRE...

Realícese
un examen
oftalmológico

CareSource se asocia con Superior Vision® para ofrecer atención oftalmológica de rutina a nuestros afiliados. Los servicios incluyen:

- Examen oftalmológico de rutina
- Lentes correctivos, monturas y lentes de contacto

Superior Health, una compañía de Versant Health, cuenta con una amplia red de proveedores en Georgia. Esto significa que es fácil pedir una cita.

Asegúrese de que su proveedor de atención oftalmológica se encuentre en la red de proveedores de Superior. Debe verificarlo antes de pedir una cita. Visite **FindADoctor.CareSource.com** para usar la herramienta en línea Encontrar un médico. También puede llamar a Servicios para Afiliados al número que aparece en la contraportada de este boletín informativo para obtener más información.



Sello de aprobación

Hay momentos en los que CareSource debe aprobar previamente algunos servicios o medicamentos antes de que usted los reciba. A esto lo denominamos autorización previa (PA). Esto significa que su proveedor debe obtener nuestra aprobación. Deben hacerlo antes de brindarle ciertos servicios. Ellos sabrán cómo hacerlo. Deben hablar con nosotros antes de que usted reciba sus servicios.

Es posible que deba pagar por los servicios si su proveedor no consigue una PA. Estas son algunas de las cosas que requieren una PA:

- Consultar a un proveedor fuera de la red (excepto en casos de emergencia)
- Recibir servicios no cubiertos por CareSource
- Algunos medicamentos con receta (como medicamentos de especialidad)

Visite **CareSource.com** para obtener más información sobre lo que necesita una PA. También puede encontrar la lista de lo que requiere una PA en su cuenta en **MyCareSource.com**. O bien, puede llamar al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación ID y hablar con un representante de Servicios para Afiliados. Estamos aquí para ayudarle a obtener la atención que necesita.



¿LO SABÍA?

Es importante **vacunarse contra la gripe** todos los años:

Los virus de la gripe de la última temporada de gripe serán distintos a los de esta temporada, porque el virus cambia todos los años. Necesitará una vacuna nueva todos los años para protegerse.



Consejos para una excelente entrevista

Usted pasa mucho tiempo buscando y postulando a empleos. Es una gran sensación cuando ese tiempo y trabajo duro resultan en una entrevista. A continuación, se incluyen algunos consejos útiles para causar la mejor impresión y conseguir su próximo empleo:

Investigue la empresa

- Infórmese acerca del empleador y la industria
- Busque su sitio web, cuentas de LinkedIn®, Facebook® y Twitter®
- Conozca la cultura, la misión y los valores de la empresa
- Averigüe quiénes son los actores principales de la empresa
- Busque noticias y eventos recientes de la empresa

Prepárese para la entrevista

- Practique las respuestas a posibles preguntas
- Utilice ejemplos para hablar sobre sus habilidades
- Lleve una copia de su currículum

Vístase para el éxito

- Sea profesional con sus palabras y acciones
- Asegúrese de que la ropa le quede, esté limpia y arreglada.

Sea puntual

- Llegue a su entrevista al menos 15 minutos antes para acomodarse

Haga preguntas

- Demuestre interés por el empleo escribiendo preguntas para hacer con anticipación

Envíe un correo electrónico de agradecimiento

- Muestre su gratitud enviando un correo electrónico de agradecimiento
- Pídale al empleador su tarjeta de presentación o correo electrónico
- Envíe el agradecimiento dentro de las 24 horas de haber tenido la entrevista



If you, or someone you're helping, have questions about CareSource, you have the right to get help and information in your language at no cost. Please call the member services number on your member ID card.

ARABIC

إذا كان لديك، أو لدى أي شخص تساعد، أية استفسارات بخصوص CareSource، فيحق لك الحصول على مساعدة ومعلومات مجاناً وباللغة التي تتحدث بها. للتحدث إلى أحد المترجمين الفوريين، رُجى الاتصال على رقم خدمة الأعضاء الموجود على بطاقة تعريف العضو الخاصة بك.

AMHARIC

እርስዎ፣ ወይም እርስዎ የሚያግዙት ግለሰብ፣ ስለ CareSource ጥያቄ ካላችሁ፣ ያለ ምንም ክፍያ በቋንቋዎ እርዳታና መረጃ የማግኘት መብት አላችሁ። ከአስተርጓሚ ጋር እባክዎን በመታወቁያ ካርዱ ላይ ባለው የአገልግሎቶች ቁጥር ይደውሉ።

BURMESE

CareSource အကြောင်း သင် သိမယူတဲ့ သင်အကူအညီပေးနေသူ တစ်စုံတစ်ယောက်က မေးမြန်းလာတာ သင်ပြောဆိုသော ဘာသာစကားဖြင့် အကူအညီနှင့် အချက်အလက်များအား အခမဲ့ ရယူနိုင်ရန် အခွင့်အရေးရှိပါသည်။ ဘာသာပြန်တစ်ဦးအား ခြွေးချွေးက ပြုပြု သင်္ကြန်၏ အသံဖြင့် ကြိုကြိုခေါ်ဝေါ်ရန် အသံဖြင့် ကြို ဝက်စ် ငြိမ်ဝပ်ကုသမှုကိုသိသည့် ဓာတ်ပုံ။

CHINESE

如果您或者您在帮助的人对 CareSource 存有疑问，您有权免费获得以您的语言提供的帮助和信息。如果您需要与一位翻译交谈，请拨打您的会员 ID 卡上的会员服务电话号码。

CUSHITE – OROMO

Isin yookan namni biraa isin deeggartan CareSource irratti gaaffii yo qabaattan, kaffaltii irraa bilisa haala ta'een afaan keessaniin odeeffannoo argachuu fi deeggarsa argachuuf mirga ni qabdu. Nama isiniif ibsu argachuuf, Maaloo lakkoofsa bilbilaa isa waraqaa eenyummaa keessan irra jiruun tajaajila miseensaatiif bilbilaa.

DUTCH

Als u, of iemand die u helpt, vragen heeft over CareSource, hebt u het recht om kosteloos hulp en informatie te ontvangen in uw taal. Als u wilt spreken met een tolk. Bel naar het nummer voor ledendiensten op uw lidkaart

FRENCH (CANADA)

Des questions au sujet de CareSource? Vous ou la personne que vous aidez avez le droit d'obtenir gratuitement du soutien et de l'information dans votre langue. Pour parler à un interprète. Veuillez communiquer avec les services aux membres au numéro indiqué sur votre carte de membre.

GERMAN

Wenn Sie, oder jemand dem Sie helfen, eine Frage zu CareSource haben, haben Sie das Recht, kostenfrei in Ihrer eigenen Sprache Hilfe und Information zu bekommen. Um mit einem Dolmetscher zu sprechen, Bitte rufen Sie die Mitglieder-Servicenummer auf Ihrer Mitglieder-ID-Karte an

GUJARATI

જો તમે અથવા તમે કોઈને મદદ કરી રહ્યાં તમે iથી કોઈને CareSource વિશે પ્રશ્નો હોય તો તમને મદદ અને મ હલતી મેળિનીનો અધિકાર છે. તે ખર્ચ વિન તમ રી ભ ય મ i ય ન કરી શક ર છે. દ ભ વપરો iત કરિ મ દે,કૃપા કરીને તમારા સભ્ય આઈડી કાર્ડ પર સભ્ય સેવા માટે ના નંબર પર ફોન કરો.

HINDI

यदि आपके, या आप जिसकी मदद कर रहे हैं उसके CareSource के बारे में कोई सवाल हैं तो आपके पास बगैर किसी लागत के अपनी भाषा में सहायता और जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है। एक दुभाषिए से बात करने के लिए कॉल करें, कृपया अपने सदस्य आईडी कार्ड पर दिये सदस्य सेवा नंबर पर कॉल करें।

ITALIAN

Se Lei, o qualcuno che Lei sta aiutando, ha domande su CareSource, ha il diritto di avere supporto e informazioni nella propria lingua senza alcun costo. Per parlare con un interprete. Chiamare il numero dei servizi ai soci riportato sulla tessera di iscrizione.

JAPANESE

ご本人様、または身の回りの方で、CareSource に関するご質問がございましたら、ご希望の言語でサポートを受けたり、情報を入手したりすることができます（無償）。通訳をご利用の場合は、お持ちの会員IDカードにある、会員サービスの電話番号までお問い合わせ下さい。

KOREAN

귀하 본인이나 귀하께서 돕고 계신 분이 CareSource에 대해 궁금한 점이 있으시면, 원하는 언어로 별도 비용 없이 도움을 받으실 수 있습니다. 통역사가 필요하시면 다음 번호로 전화해 귀하의 회원 ID 카드에 적힌 회원 서비스 팀 번호로 전화하십시오.

PENNSYLVANIA DUTCH

Wann du hoscht en Froog, odder ebber, wu du helpscht, hot en Froog baut CareSource, hoscht du es Recht fer Hilf en Information in deine eegne Schprooch griegel, un die Hilf koschtet nix. Wann du mit me Interpreter schwetze witt, Bel alstubleift met het Ledenservice nummer op uw lid ID -kaart.

RUSSIAN

Если у Вас или у кого-то, кому Вы помогаете, есть вопросы относительно CareSource, Вы имеете право бесплатно получить помощь и информацию на Вашем языке. Для разговора с переводчиком. Пожалуйста, позвоните по телефону отдела обслуживания клиентов, указанному на вашей идентификационной карточке клиента.

SPANISH

Si usted o alguien a quien ayuda tienen preguntas sobre CareSource, tiene derecho a recibir esta información y ayuda en su propio idioma sin costo. Para hablar con un intérprete. Por favor, llame al número de Servicios para Afiliados que figura en su tarjeta de identificación.

UKRAINIAN

Якщо у вас, чи в особи, котрій ви допомагаєте, виникнуть запитання щодо CareSource, ви маєте право безкоштовно отримати допомогу та інформацію вашою мовою. Щоб замовити перекладача, Зателефонуйте за номером обслуговування учасників, який вказано на вашому посвідченні учасника

VIETNAMESE

Nếu bạn hoặc ai đó bạn đang giúp đỡ, có thắc mắc về CareSource, bạn có quyền được nhận trợ giúp và thông tin bằng ngôn ngữ của mình miễn phí. Để nói chuyện với một thông dịch viên. Vui lòng gọi số dịch vụ thành viên trên thẻ ID thành viên của bạn.

CareSource cumple con las leyes sobre derecho civil estatales y federales y no discrimina por motivos de edad, género, identidad, color, raza, incapacidad, origen nacional, estado civil, preferencia sexual, filiación religiosa, estado de salud o estado de asistencia pública. CareSource no excluye a las personas, ni las trata diferente debido a la edad, el género, la identidad de género, el color, la raza, una incapacidad, el origen nacional, el estado civil, la preferencia sexual, la filiación religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública.

CareSource brinda ayuda y servicios gratis a las persona con incapacidades que deseen comunicarse de manera eficaz con nosotros, como: (1) intérpretes de lengua de señas calificados y (2) información escrita en otros formatos (impresión en tamaño grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos). Además, CareSource brinda servicios de idioma gratis a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como: (1) intérpretes calificados y (2) información escrita en otros idiomas. Si necesita estos servicios, llame a Servicios para Afiliados al número que figura en su tarjeta de identidad (ID).

Si cree que CareSource no le ha proporcionado los servicios antes mencionados o lo ha discriminado de otra forma basándose en la edad, el sexo, la identidad de género, el color, la raza, una discapacidad, el origen nacional, el estado civil, la preferencia sexual, la filiación religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública, puede presentar una queja ante:

CareSource
Attn: Civil Rights Coordinator
P.O. Box 1947, Dayton, Ohio 45401
1-844-539-1732, TTY: 711
Fax: 1-844-417-6254

CivilRightsCoordinator@CareSource.com

Puede presentar una queja por correspondencia, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, el Coordinador de derechos civiles se encuentra disponible para ayudarle.

Puede, además, presentar un reclamo relacionado con los derechos civiles de forma electrónica en el Portal de reclamos de la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights), disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correspondencia o teléfono a:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW Room 509F
HHH Building Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Los formularios de reclamos se encuentran disponibles en
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.



PO Box 723308
Atlanta, GA 31139 0308

CareSource.com

Cómo contactarnos

Departamento de Servicios para Afiliados:

1-855-202-0729

(TTY: 1-800-255-0056 o 711)

CareSource24®

Línea de asesoría en enfermería las 24 horas:

1-844-206-5944

(TTY: 1-800-255-0056 o 711)

Únase a nosotros



Facebook.com/**CareSourceGA**



Twitter.com/**CareSource**



Instagram.com/**CareSource**



Pinterest.com/**CareSource**

INFORMACIÓN IMPORTANTE DEL PLAN

¡Queremos saber DE USTED!

Nuestros afiliados nos importan.

¡Es por eso que queremos saber de usted!

Haga clic en el enlace que se encuentra a continuación y háganos saber qué temas le gustaría ver en sus boletines informativos trimestrales. La encuesta solo toma de 2 a 3 minutos.

CareSource.com/NewsletterSurvey

Gracias por confiarle sus necesidades de atención médica a CareSource.