



myhealth

CareSource se complace en incluir MyHealth* en su paquete de beneficios de Indiana sin costo alguno para usted.

MyHealth es una herramienta en línea que lo ayudará a mantenerse saludable. A través de esta herramienta, podrá:

-  Ser evaluado médicamente de forma interactiva
-  Encontrar guías detalladas con información acerca de necesidades de salud específicas
-  Dar seguimiento a las metas de ejercicios que se haya propuesto
-  ¡Además de usar otras herramientas de salud muy útiles!

MyHealth le ofrece información relacionada con:

-  Estar activo
-  Dormir bien
-  Presentar un menor nivel de estrés
-  Perder peso
-  Alimentarse de forma saludable



Con MyHealth ¡también puede recibir tarjetas de regalo por practicar actividades saludables!

PUEDE ELEGIR ACTIVIDADES COMO:



Resumen de las Necesidades Médicas de Indiana



Dejar de fumar



Experiencias de salud en línea



Cuidados preventivos y vacunas

Si desea acceder a todas las recompensas que se encuentran disponibles, visite la página de recompensas ingresando a **MyHealth**.

4/24

Para comenzar, solo debe ingresar a su cuenta de My CareSource™ a través de **MyCareSource.com**.

Si tiene alguna duda **acerca de MyHealth**, comuníquese con Servicios para Afiliados al **1-844-607-2829** (usuarios TTY: 1-800-743-3333 o 711) o visite **CareSource.com**.

MyHealth se encuentra disponible para los afiliados de CareSource mayores de 18 años.

CareSource cumple las leyes de derechos civiles estatales y federales y no discrimina basándose en la edad, sexo, identidad de género, color, raza, discapacidad, origen nacional, estado civil, preferencia sexual, creencia religiosa, estado de salud o estado de asistencia pública

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.

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。



CareSource.com