

Nouvèl sou Sante pou Patisipan nou yo



*Yon Lyen ant Patisipan
an ak Plan Sante Prestige
Health Choice la*



Byen pwofite vizit kay doktè prensipal ou

Nou vle konnen sa w panse de travay nou. Chak ane, nou voye yon sondaj bay manm nou yo. Repons ou ba yo fè nou konnen sa ki enpòtan pou ou. Sa ba w posibilite pou w di nou sa w panse de sèvis nou yo.

Repons ou yo te montre nou sa w renmen kay Prestige Health Choice. Sepandan, gen kèk domèn kote nou ka pote amelyorasyon. Youn ladan yo se kominikasyon ant manm nou yo ak pwofesyonèl sante yo. Pandan randevou w la, pa bliye poze doktè prensipal ou (PCP) kesyon sa yo:

- Ki dyagnostik mwen?
- Ki jan pou m pran medikaman sa yo?
- Ki diferan tretman mwen ka suiv?
- Èske tretman an gen efè segondè?
- Èske m ap bezwen fè tès?
- Èske m bezwen pote chanjman nan abitud mwen yo?
- Ki sa medikaman ou preskri m yo pral fè?

Aprè vizit la, chèche konnen sa w sipoze fè. Toujou mande pou yo ba w enstriksyon sou dokiman ki ekri. Epitou, ou ka mande bwochi oswa sit Entènèt kote w ka jwenn plis enfòmasyon.



Health Plan Accredited by
AAAHC

2018 NIMEWO 1

Atik ki nan nimewo sa a

- ▶ Manadjè swen nou yo la pou ede w
- ▶ Byen pwofite vizit kay doktè prensipal ou
- ▶ Konprann avantaj medikaman sou preskripsyon w yo
- ▶ Depo manje Florid yo se yon resous ki nan kominote w
- ▶ Jere avantaj sante w yo grasa yon aplikasyon mobil
- ▶ Pran abitud ki bon pou sante kè w pandan tout ane a
- ▶ Fason ou ka goumen kont grip la
- ▶ Poze aksyon pou goumen kont grip la
- ▶ Manadjè swen nou yo ka kowòdone swen w yo



Konprann avantaj medikaman sou preskripsyon w yo

Nou vle w konprann avantaj medikaman sou preskripsyon w yo. Nou itilize yon lis medikaman prefere (preferred drug list, PDL). Lis sa a montre w ki medikaman mak ak ki medikaman jenerik ki disponib pou ou. PDL la gen enfòmasyon ki enpòtan konsènan medikaman sa yo. Pa egzanp, li fè w konnen ki jan ak ki lè ou sipoze pran yon medikaman sou preskripsyon.

Nou bay doktè prensipal ou lis sa a tou. PDL nou an disponib sou Entènèt. Li afiche tout medikaman nou peye pou yo. Si yo preskri w yon medikaman ki pa fè pati li sa a, pale sa ak doktè prensipal ou. Pou wè PDL la, ale sou sit Entènèt nou an nan www.prestigehealthchoice.com.



Depo manje Florid yo se yon resous ki nan kominote w

Se swen w yo ki gen premye plas nan travay Prestige Health Choice ap fè. Se poutèt sa nou travay nan tèt ansanm ak yon seri patnè nan kominote a. Nou fè sa pou ede w.

Feeding Florida se youn nan patnè sa yo. Rezo Feeding Florida a gen 13 depo manje nan tout eta a. Yo tout bay pwogram ak sèvis ki la pou ede w rete an sante. Pou jwenn plis enfòmasyon sou yo, ale sou sit Entènèt Feeding Florida nan www.feedingflorida.com.

Prestige Health Choice ka ede manm ki pale yon lòt lang yo jwenn sèvis pou ede yo nan lang pa yo. Nou ka mete w an kontak avèk yon anplwaye ki pale de lang oswa avèk yon entèprèt. Sèvis sa yo gratis. Si w bezwen dokiman ki ekri oswa sèvis nan yon lang ki pa anglè, fè nou konn sa. Tanpri rele ekip Sèvis pou manm yo gratis nan **1-855-355-9800 (nimewo TTY pou moun ki pa tande byen yo se 711)**, 24 è sou 24, sèt jou sou sèt. Prestige Health Choice bay manm ak pwofesyonèl sante yo sèvis kominikasyon sa yo:

- Sèvis TDD (telecommunications device for the deaf)/TTY (telephone typewriter, oswa teletypewriter) pou manm ki bezwen yo. TDD ak TTY se aparèy elektwonik ki la pou ede moun kominike pa ekri atravè yon liy telefòn. Yo la pou ede moun ki gen difikilte pou tande oswa pou pale.
- Sèvis pou ede moun pale sou kesyon jesyon swen sante yo nan yon lòt lang.

Prestige Health Choice bay yon lòt nimewo telefòn pou resevwa mesaj TDD/TTY oswa li itilize sèvis relè eta a nan nimewo 711.





Jere avantaj sante w yo grasa yon aplikasyon mobil

Kounye a, ou ka jere avantaj ou yo pandan w pa lakay ou. Aplikasyon mobil Prestige Health Choice la fonksyone sou smatfòn Android ak iPhone. Li disponib nan lang anglè, espayòl ak kreyòl ayisyen. Jwenn enfòmasyon ki enpòtan pou ou:

- **Sa nou peye pou yo ak avantaj:** konsilte avantaj ou jwenn nan plan Prestige Health Choice la. Bay doktè prensipal ou enfòmasyon sa yo.
- **Kat idantifikasyon:** gade kat idantifikasyon manm ou an. Montre doktè prensipal ou li oswa lè w al chèche yon medikaman sou preskripsyon nan famasi w la.
- **Rapèl pou swen sante w yo:** suiv istwa eta sante w la. Gade tout dat ou te resevwa swen.
- **Rechèch pwofesyonèl sante:** chèche yon pwofesyonèl sante ki fè pati rezo a selon espesyalite li oswa non li. Fè yon rechèch ak kòd postal la epi jwenn lopital oswa sant swen ijan*.

Eskane l kounye a pou jwenn aplikasyon mobil la oswa ale sou Google™ Play Store oswa Apple® App Store®.



Apple



Android

*Ou bezwen aktive fonksyon ki pèmèt ou pataje kote w ye a sou telefòn ou.

Pran abitud ki bon pou sante kè w pandan tout ane a

Kounye a se moman pou kòmanse pran abitud ki bon pou sante kè w, yon seri abitud k ap itil ou pou tout ane a.

Ni presyon ateryèl ou ni nivo kolestewòl ou gendwa afekte sante kè w. Plis presyon ateryèl ou monte, sètadi plis ou fè tansyon, plis ou gen chans rankontre yon pwoblèm kè pi devan. Si tansyon w wo, atè w yo ak kè w sibi plis presyon. Lè gen twòp kolestewòl nan san w, li akimile sou parwa atè w yo. Sa ka lakòz maladi kè. Lè atè yo retresi, san k ap sikile pou rive nan kè a ralanti oswa li ka menm bloke.

Gen kèk bagay tou senp ou ka fè pou gen mwens chans gen yon maladi kè akòz tansyon oswa twòp kolestewòl.

- **Egzèsis:** American Heart Association nan rekòmande fè egzèsis ayewobik aktif pandan 40 minit twa oswa kat fwa pa semèn. Pale ak doktè prensipal ou pou mete sou pye yon pwogram egzèsis ki bon pou ou.
- **Rejim:** limite kantite grès satire, grès trans, sodyòm, vyann wouj, sirèt ak bwason ki gen sik ou pran. Si w manje vyann wouj, chwazi pati ki pi mèg ki disponib yo.



Engredyan

- 1 lb. pwatrin kodenn san po ki moulen e ki kase
- 3 gwo kawòt (ki dekale e ki koupe an plizyè moso)
- 3 kougèt mwayen (ki koupe an plizyè moso)
- 1 ti zonyon (ki koupe an ti moso piti)
- 1 kenn 28 oz. sòs tomat, san li pa gen sèl ki ajoute
- 1 kenn pwa cannellini 15 oz., san li pa gen sèl ki ajoute (rense l epi vide dlo a)
- 2 grenn lay mwayen (ki koupe an ti moso toupiti)
- 1 gwo kiyè epis italyen ki sèk (e ki fè ti myèt moso)
- 1/2 ti kiyè sèl
- 1/2 ti kiyè pwav
- 4 tas bouyon poul (magi) ki pa gen grès e ki pa gen anpil sodyòm



Enstriksyon

Nan yon gwo bòl, bwase tout engredyan yo, sof bouyon poul la. Mete soup la nan yon sache plastik 1 galon ou ka fèmen e ou ka mete nan frizè. Mete sache a plat nan frizè a. Kite l jele.

Enstriksyon pou fè manje a

Kite sache a dejele nan frijidè a pandan nuit la. Vide sa ki anndan sache a nan yon chodyè kote manje yo kuit dousman. Vide bouyon poul la nan chodyè a epi bwase l pou tout engredyan yo vin mele. Kouvri chodyè a epi kuit manje a ak yon ti dife piti pandan uit èdtan oswa jiskaske kodenn nan pa gen koulè woz ankò.

Nou jwenn resèt la nan men American Heart Association anba copyright 2017. Se mouvman Healthy For Good™ ki fè pati American Heart Association ki ba w resèt sa a. Pou jwenn plis resèt ki fasil, ki rapid e ki pa koute anpil kòb, ale sou www.heart.org/recipes.

Kalori nan
chak pòsyon

224

Grès satire nan
chak pòsyon

0,4 g

Sodyòm nan
chak pòsyon

314 mg

Fason ou ka goumen kont grip la

Sant pou kontròl ak prevansyon maladi (Centers for Disease Control and Prevention) rekòmande tout moun ki gen 6 mwa oswa plis pran yon vaksen pou grip chak ane. Piki kont grip yo gen gwo avantaj. Yo ka fè gen mwens grip ak mwens moun k al lopital poutèt yo gripe.

Prestige Health Choice bay piki kont grip gratis. Ou ka resevwa yo nan men doktè prensipal ou oswa nan yon famasi ki fè pati rezo a. Pou jwenn yon famasi ki fè pati rezo a, ale sou sit Entènèt nou an oswa rele ekip Sèvis pou manm yo gratis nan **1-855-355-9800 (nimewo TTY pou moun ki pa tande byen yo se 711)**, 24 è sou 24, sèt jou sou sèt.



Poze aksyon pou goumen kont grip la

1. Pran medikaman pou grip si doktè prensipal ou preskri w yo.
 - Si gen gwo risk pou w sibi konplikasyon akoz grip, pale sa ak doktè prensipal ou. Moun ki gen gwo risk se:
 - Timoun ki poko gen 5 an, sitou timoun ki poko gen 2 an.
 - Granmoun ki gen 65 an oswa plis.
 - Fi ki ansent.
 - Fi ki akouche sa poko gen de semèn.
 - Moun ki rete nan mezon retrèt oswa nan sant swen alontèm.
 - Si w pran grip la, gen kèk medikaman ki ka soulaje w.
 - Mande doktè prensipal ou plis enfòmasyon sou medikaman ki ka ede w.
 - Menm si w te pran piki kont grip la pou sezon sa a, depi ou gen gwo risk, kontakte doktè prensipal ou.
2. Chak jou, pran prekosyon k ap anpeche w gaye mikwòb yo.
 - Evite pran kontak ak moun ki maladi si sa posib.
 - Si w tonbe maladi, limite kontak ou ak lòt moun toutotan sa posib. Konsa yo pap tonbe maladi tou.
 - Lave men w souvan. Itilize dlo ak savon epi lave yo pandan omwen 20 segonn. Si w pa gen dlo ak savon, itilize yon dezenfektan pou men ki gen alkòl. Lèfini, netwaye epi dezenfekte sifas ak bagay ki kapab kontamine ak mikwòb grip la.
 - Evite manyen je w, nen w ak bouch ou. Se konsa mikwòb yo gaye. Kouvri bouch ou ak nen w avèk yon mouchwa lè w ap touse ak lè w ap estènye.
3. Sonje: li pa twò ta pou w pran piki kont grip la!
 - Toujou gen tan pou w resevwa pwoteksyon kont grip la. Mande doktè prensipal ou enfòmasyon sou piki kont grip la.

Nouvèl: yon nouvo konpayi k ap bay sèvis swen lakay



Nan dat 1ye avril 2018, se Coastal Care Center ki pral nouvo konpayi nou itilize pou bay sèvis swen lakay. Sèvis swen lakay gen ladan yo ekipman medikal dirab, swen sante lakay, ak sèvis enfizyon lakay. Si w resevwa sèvis swen lakay, ou ka kontinye jwenn yo nan men moun ki toujou konn ba w yo jis nan dat 31 me 2018. Si w ansent, lèfini ou resevwa sèvis swen lakay, ou ka kontinye resevwa swen an rapò ak gwosès ou jis apre akouchman an, lè w pap bezwen swen pòs-patòm ankò. Si w gen kesyon, tanpri rele ekip Sèvis pou manm yo gratis nan **1-855-355-9800 (nimewo TTY pou moun ki pa tande byen yo se 711)**, 24 è sou 24, sèt jou sou sèt.



Manadjè swen nou yo ka kowòdone swen w yo

Kèk manm ka bezwen yon seri sèvis Prestige Health Choice pa bay. Nou rele yo sèvis detache (carved-out services). Sèvis sa yo disponib atravè pwogram peman kont sèvis Medicaid la (fee-for-service, FFS) oswa nan men lòt pwofesyonèl sante. Si w kalifye pou sa, manadjè swen nou yo ka fè w konnen ki kote w ka jwenn sèvis sa yo. Yo ka kowòdone swen w yo.

Men kèk egzanzp sèvis detache sa yo:

- **Swen pedyatrik ki dire plis tan ak preskripsyon (prescribed pediatric extended care, PPEC).** Se sèvis gadri espesyalize ki ka dire jiska 12 èdtan. Pwogram FFS la peye pou yo. Sèvis PPEC yo disponib pou manm yo ant nesans yo ak laj 20 an. Yo gen ladan yo sèvis enfimiyè, swen pèsònèl, terapi devlopman ak fòmasyon moun ki pran swen timoun nan.
- **Pwogram iBudget pou sèvis lakay ak nan kominote a (home- and community-based services, HCBS).** Pwogram HCBS la pèmèt manm yo resevwa swen lakay yo olye yo oblije al yon lòt kote pou sa. Pou kalifye, yon manm dwe gen yon gwo andikap fizik oswa yon gwo maladi mantal. Sèvis sa a disponib pou manm ki gen 3 an oswa plis.
- **Sèvis pwogram lekòl ak sètifikasyon Medicaid (certified school match).** Sa gen ladan l swen enfimiyè ki nesèsè pou rezon medikal, administrasyon medikaman, òtòfoni, fizyoterapi ak ègoterapi, sèvis sante konpòtmantal, ak sèvis sosyal. Pwogram sa a disponib pou timoun ki poko gen 21 an e ki resevwa sèvis yo nan lekòl la.
- **Sèvis swen entèmedyè (intermediate care facility).** Se sèvis swen yon manm ka resevwa lakay li 24 è sou 24, kèlkeswa laj li. Manm nan dwe gen yon andikap ni entelektyèl ni devlopmanmantal pou l kalifye.
- **Analiz konpòtmantal aplike.** Sèvis sa a disponib pou manm ki poko gen 21 an e ki resevwa yon dyagnostik otis oswa twoub espèkt otis.
- **Sèvis dan.**

This information is available for free in other languages. Please contact our customer service number at **1-855-355-9800** or TTY/TDD **1-855-358-5856**, 24 hours a day, 7 days a week.

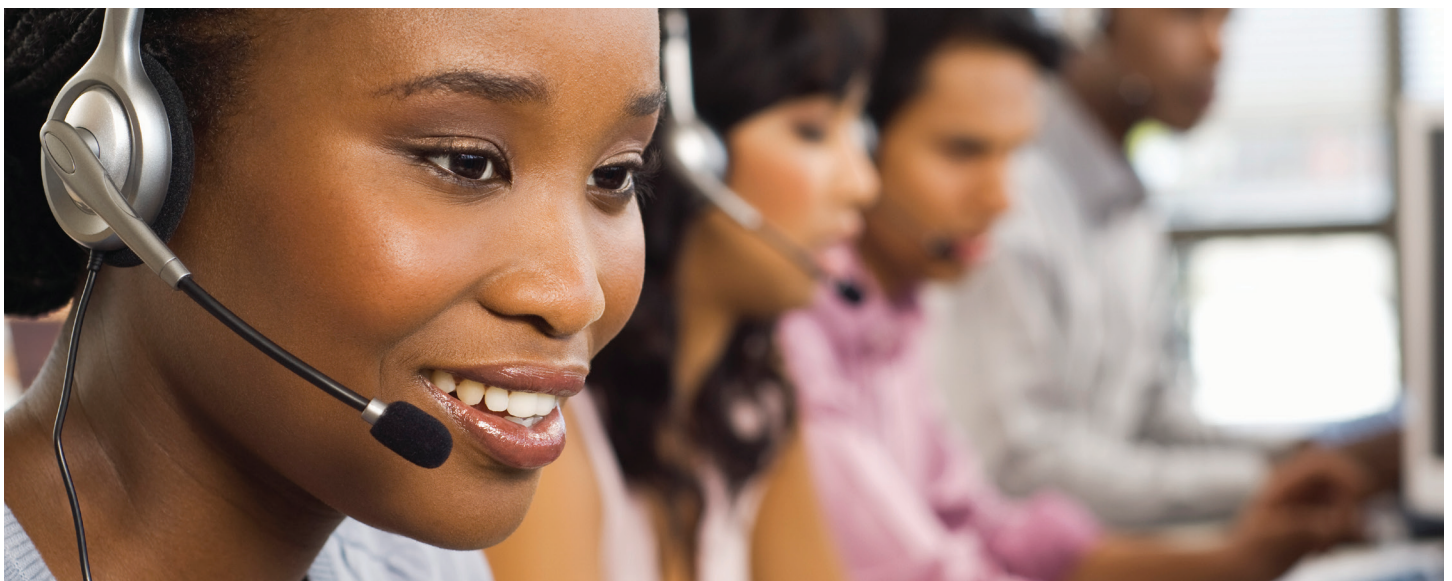
Esta información está disponible en otros idiomas de forma gratuita. Comuníquese con nuestro número de servicio al cliente al **1-855-355-9800** o TTY/TDD **1-855-358-5856**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Enfòmasyon sa a disponib gratis nan lòt lang. Tanpri rele sèvis kliyan nou annan nimewo **1-855-355-9800** oswa **1-855-358-5856** pou moun ki pa tande byen, 24 sou 24, 7 sou 7.

Tout imaj nou itilize anba lisans e se pou ilistre sa n ap di yo nou itilize yo sèlman. Nenpòt moun ki sou imaj sa yo se yon modèl li ye.

PRES_1815470

Pou konnen si ou menm oswa yon manm fanmi w kalifye pou sèvis detache, kontakte ekip Repons rapid nou an. Rele l nan nimewo gratis **1-855-371-8072 (nimewo TTY pou moun ki pa tande byen yo se 711)**, lendi pou vandredi, soti 8:00 nan maten rive 6:30 nan aswè. Epitou, ou ka pale sa ak manadjè swen Prestige Health Choice te asiye w la.





HEALTH CHOICE®

Leading the Way to Quality Care

11631 Kew Gardens Ave.
Suite 200
Palm Beach Gardens, FL 33410

Health and wellness or prevention information
Información de la salud y el bienestar o preventiva
Enfòmasyon prevansyon oswa enfòmasyon
konsènan sante ak byennèt

Nouvèl sou Sante pou Patisipan nou yo



*Yon Lyen ant Patisipan
an ak Plan Sante Prestige
Health Choice la*

Manadjè swen nou yo la pou ede w

Pa gen okenn lòt moun ki gen menm sante avè w. Si w gen dyabèt, yon twoub kadyovaskilè oswa yon lòt pwoblèm kwonik, ou gendwa kalifye pou pwogram jesyon swen konplèks la. Si w kalifye, ou ka enskri nenpòt lè. Ou ka deside kanpe nenpòt lè w vle tou. Pou konnen ki avantaj pwogram sa a ka ba w, ou ka:

- Poze doktè prensipal ou (PCP) kesyon sou sa.
- Si se egzeyate yo pral egzeyate w nan lopital la, poze moun ki responsab egzeyat la kesyon sou sa.
- Si w gentan gen yon manadjè swen, pale sa avè l.
- Rele ekip Repons rapid nou an nan nimewo gratis **1-855-371-8072 (nimewo TTY pou moun ki pa tande byen yo se 711)**, lendi pou vandredi, soti 8:00 nan maten rive 6:30 nan aswè.

