



Usa tu voz: regístrate para votar

¡No permitas que tu comunidad sea silenciada! Usa tu poder y vota. En nuestra democracia, votar nos da una voz fuerte para responsabilizar a nuestros representantes electos por las decisiones que toman en nuestro nombre.

El primer paso es registrarse. ¡Ponte en acción! Regístrate para votar el 5 de noviembre de 2024.

Incluso si no puedes votar, habla con aquellos en tu vida que sí pueden y diles por qué su registro y votación son importantes para ti y tus seres queridos.

Tienes varias opciones para registrarte, pero la Junta Electoral debe recibir tu solicitud antes del 26 de octubre. Para obtener más información, visita <https://es.elections.ny.gov/voter-registration-process> y <https://vote.gov/es/registrar/ny/>.

Ocúpate de tu salud mental haciendo un seguimiento

Para mantenerse saludable después de la hospitalización y tratar los síntomas de salud mental, es muy importante realizar un seguimiento con un proveedor de atención de salud conductual dentro de los siete días posteriores al alta. ¡Podemos ayudarte a programar y tener una cita con tu proveedor! Para obtener información útil, visita: <https://es.achievementsolutions.net/achievementsolutions/en/amidacare/Home.do>.



¿Tenemos la información correcta?

Asegúrate de que tengamos registrada tu información de contacto correcta, incluido tu médico de atención primaria (PCP). Esto nos ayuda a coordinar mejor tu atención. Tener información incorrecta puede incluso afectar el pago de los servicios que se te brindan. ¡No queremos que accidentalmente recibas una factura de un proveedor fuera de la red!



Para corroborar tu información de contacto, llama Servicios al Socio al 1-800-556-0689 TTY 711 o consulta tu aplicación My Amida Care.

Queremos hablar contigo (y escucharte)

Cuando llames a Servicios al Socio para solicitar ayuda, completa nuestra breve encuesta posterior a la llamada para que podamos mejorar nuestros servicios y mejorar tu experiencia.

Guarda el número de teléfono de Servicios al Socio, 1800-556-0689, bajo el contacto "Mi plan de salud" para no perderte nuestros mensajes importantes.

Cómo mantenerte fresco en el calor

Cuando las temperaturas suben en verano, hay maneras de mantenerte fresco, ya sea en el interior o en el exterior.

No todo el mundo tiene aire acondicionado y quienes lo tienen puede que no siempre quieran utilizarlo.

Para mantenerte fresco en el interior:

- Mantente hidratado y bebe bebidas frías.
- Toma una ducha o un baño frío.
- Utiliza toallitas frías en las muñecas o el cuello.
- Cierra las cortinas o persianas para protegerte del sol.
- Duerme en sábanas transpirables de algodón, lino o bambú.

Para mantenerte fresco en el exterior:

- Mantente hidratado y bebe bebidas frías.
- Cúbrete la cabeza con un sombrero.
- Toma descansos regulares en el interior o en un área con sombra para evitar sufrir agotamiento por calor o insolación.
- Usa ropa holgada y de colores claros.
- Limita la actividad física a las horas más frescas del día (temprano en la mañana o en la noche).



¿Ya renovaste tu Medicaid?

¿Ya renovaste tu seguro médico de Medicaid? Si no lo renuevas, perderás la cobertura y es posible que no puedas obtener servicios de salud, incluidos los medicamentos.

Amida Care está para ayudarte. Llama a Servicios al Socio al 1-800-556-0689, TTY 711 para obtener ayuda.

Si aún no has recibido tu aviso de renovación de Medicaid por correo de NY State of Health (Marketplace) o de la Administración de Recursos Humanos (Human Resources Administrative, HRA), asegúrate de que tu información de contacto esté actualizada para no perderte esta importante carta.

Para actualizar tu información de contacto, llama al NY State of Health al 1-855-355-5777 (TTY: 1-800-662-1220) o inicia sesión en tu cuenta en https://nystateofhealth.ny.gov/index_es.html.

Si te afiliaste a Medicaid a través de la Administración de Recursos Humanos (ARH), llama a la Línea de ayuda de Administración de Recursos Humanos de Medicaid al 888-692-6116 o inicia sesión en tu cuenta en ACCEDE A ARH.

Reporta el fraude, desperdicio, o abuso

Es posible que recibas una carta verificando los servicios que has recibido. Si la información es incorrecta, comunícate con nuestra línea directa de cumplimiento al **1-888-394-2285 (llamada gratuita) TTY: 711.**



Llama también al número de la línea directa si sospechas algún caso de fraude, desperdicio o abuso que involucre tu atención. Cuando te comuniques, puedes brindar tu nombre y tu número, O puedes hablar de manera anónima. También puedes enviar un correo electrónico a compliance@amidacareny.org o escribirnos a Amida Care, a: Compliance Department, 14 Penn Plaza, 2nd floor, NY, NY 10122.

www.AmidaCareNY.org

Member Services: 1.800.556.0689 / TTY 711

Amida Care cumple con las leyes federales sobre derechos civiles. Amida Care no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-556-0689, TTY 711.

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-556-0689, TTY 711.



Department
of Health

Medicaid