

el bienestar y usted

Su boletín para miembros de Assure Premier Plus (HMO D-SNP)

SALUDABLE TODO EL AÑO

Siéntase seguro en casa

Hola, <First name>:

Las caídas son una causa común de lesiones, especialmente para los adultos mayores. A veces puede resultar más difícil moverse o sentirse seguro en las actividades diarias después de tener una caída. Pero, con unos pocos cambios simples, usted puede hacer que su hogar sea mucho más seguro y seguir haciendo las actividades que disfruta.



Habitación	Consejos para la prevención de caídas	
Sala de estar	Coloque alfombras antideslizantes: Asegúrese de que las alfombras sean seguras o antideslizantes.	Utilice muebles de apoyo: Las sillas con apoyabrazos resistentes pueden ayudarlo a levantarse.
Dormitorio	Limpie los pisos: Ordene y mantenga los lugares de paso despejados.	Utilice iluminación brillante: Utilice luces para la noche y asegúrese de que las habitaciones estén bien iluminadas.
Baño	Instale barras de agarre: Colóquelas cerca del inodoro y en la ducha.	Mantenga los productos al alcance de la mano: Coloque jabones y champús en niveles de fácil acceso.
Cocina	Organice sus armarios: Mantenga los productos de uso diario en los estantes más bajos.	Utilice un taburete resistente: Utilice un taburete estable con asa si necesita alcanzar estantes altos.
Escaleras y pasillos	Instale una buena iluminación: Las luces con sensor de movimiento facilitan los traslados.	Marque los escalones: Utilice una cinta brillante en los bordes de los escalones para tener una mayor visibilidad.

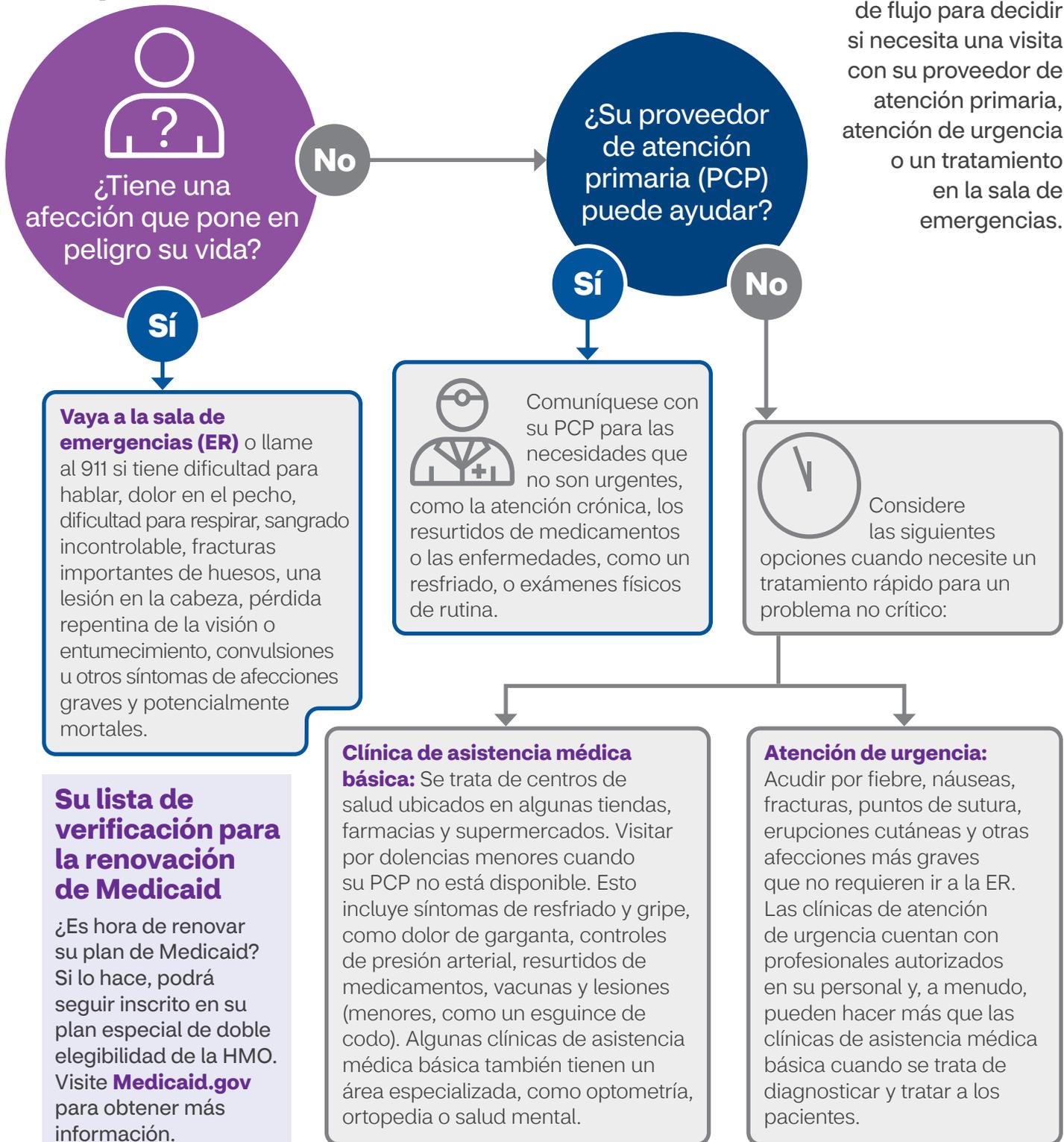
Recurso destacado



¿Ha programado su consulta anual de bienestar? Este examen cubierto es una oportunidad para analizar inquietudes de salud con su proveedor e incluso obtener una evaluación del riesgo de caídas. Llame a su equipo de atención al **1-844-362-0934 (TTY: 711)** de 8 AM a 5 PM, hora del Este, de lunes a viernes.

Encuentre la atención adecuada rápidamente

Utilice este diagrama de flujo para decidir si necesita una visita con su proveedor de atención primaria, atención de urgencia o un tratamiento en la sala de emergencias.



Su lista de verificación para la renovación de Medicaid

¿Es hora de renovar su plan de Medicaid? Si lo hace, podrá seguir inscrito en su plan especial de doble elegibilidad de la HMO. Visite [Medicaid.gov](https://www.Medicaid.gov) para obtener más información.

Formas de ahorrar con su plan Aetna

Asegúrese de utilizar todos los valiosos beneficios y servicios que su plan especial de doble elegibilidad de Aetna HMO tiene para ofrecer. Aquí tiene cinco que están a su alcance ahora mismo.

1. Utilice su tarjeta de beneficios adicionales de Medicare de Aetna

Obtenga ayuda para pagar los productos para ayudarlo a mantenerse saludable con su tarjeta de beneficios adicionales de Medicare de Aetna. Recibirá una asignación mensual que puede utilizar para ayudar a pagar ciertos gastos de todos los días. Llame al Departamento de Servicios para Miembros para obtener más información.

2. Ahorre en sus medicamentos con receta

Con su plan Aetna tiene un copago de \$0 por medicamentos con receta cubiertos por la Parte D en farmacias dentro de la red.



3. Disfrute de clases de acondicionamiento físico sin costo

Los miembros de Aetna tienen un beneficio de acondicionamiento físico de SilverSneakers® sin costo para usar en clases presenciales y en línea, cursos de habilidades para la vida en línea y más. Visite es.SilverSneakers.com hoy mismo.

4. Aproveche los exámenes anuales cubiertos

Su plan Aetna ofrece exámenes anuales cubiertos con copago de \$0. Su salud es nuestra prioridad. Además, no queremos que se estrese por gastos adicionales. Asegúrese de aprovechar sus

exámenes preventivos anuales, como su visita de bienestar anual, además de sus citas de audición y visión, todo sin costo adicional para usted.

5. Manténgase seguro con su asignación para prevención de caídas

Recibirá una asignación anual para comprar productos de seguridad para prevenir caídas, como barras de apoyo y alfombras de baño antideslizantes. Llame al Departamento de Servicios para Miembros para obtener más información.

Recurso
destacado



Encuentre información útil

Consulte su *Evidencia de cobertura (EOC)* o visite es.AetnaMedicare.com/NJDSNP para obtener más información sobre lo siguiente:

- Beneficios cubiertos
- Asistencia lingüística
- Cómo presentar una reclamación para reembolsos
- Médicos dentro de la red
- Atención primaria, atención de emergencia, atención especializada, salud conductual y atención hospitalaria
- Restricciones de atención, cobertura y beneficios fuera del área de servicio de Aetna
- Atención fuera del horario de atención habitual
- Cómo presentar un reclamo y apelar una decisión

Para obtener una copia impresa de esta información, llame al Departamento de Servicios para Miembros al **1-844-362-0934** (TTY: 711) de 8 AM a 8 PM, los 7 días a la semana.

Consejo rápido: Recuerde tener registrada su dirección actual, número de teléfono y dirección de correo electrónico. Llame al Departamento de Servicios para Miembros para asegurarse de que esta información sea correcta.



<Return Address>

<Recipient's Name>

<Mailing Address>

Información de salud y bienestar o prevención

¿Tiene preguntas o inquietudes sobre su salud y bienestar? Comuníquese con su equipo de atención al **1-844-362-0934 (TTY: 711)** de lunes a viernes, de 8 AM a 5 PM, hora del Este. Se habla español. O visite **es.AetnaMedicare.com/NJDSNP** para obtener más información.

¿Ya lo sabía?



Hay cambios sencillos que puede hacer en el hogar para prevenir caídas y mantener la independencia.



Puede averiguar adónde ir para recibir atención en función de sus síntomas.



Su plan Aetna® ofrece beneficios que pueden ayudarlo a ahorrar dinero.

Aetna, CVS Pharmacy® y MinuteClinic, LLC (que opera o proporciona determinados servicios de apoyo de administración a clínicas de atención sin turno previo de MinuteClinic) forman parte de la familia de compañías de CVS Health®. Consulte la *Evidencia de cobertura* para leer una descripción completa de los beneficios, las exclusiones, las limitaciones y las condiciones de cobertura del plan. Aetna Assure Premier Plus (HMO D-SNP) es un plan de necesidades especiales de doble elegibilidad completamente integrado con un contrato con Medicare y un contrato con el programa Medicaid de New Jersey. La inscripción en Aetna Assure Premier Plus depende de la renovación del contrato. SilverSneakers es una marca comercial registrada de Tivity Health, Inc. © 2025 Tivity Health, Inc. Todos los derechos reservados. Si habla un idioma que no sea el inglés, los servicios gratuitos de asistencia en idiomas están disponibles. Visite nuestro sitio web en [AetnaBetterHealth.com/New-Jersey-hmosnp](https://www.aetna.com/betterhealth) o llame al **1-844-362-0934 (TTY: 711)**, de 8 a.m. a 8 p.m., los 7 días de la semana.

(CHINESE) 傳統漢語(中文)如果講英語以外的語言,則提供免費語言援助服務。請造訪我們的網站 [AetnaBetterHealth.com/DSNP](https://www.aetna.com/betterhealth) 或致電, 1-844-362-0934(TTY:711), 上午 8 時至下午 8 時,週7天

Puede obtener este documento de forma gratuita en otros formatos, como tamaño de letra grande, braille o audio. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al **1-844-362-0934 (TTY: 711)**, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., los 7 días de la semana. La llamada es gratuita.