

HEALTHY moves



SUMMER / VERANO 2014

» Find us online! ¡Encuéntrenos en línea!
www.HomeStateHealth.com

¿Necesita ayuda adicional?

Queremos que se sienta saludable. Es por eso que ofrecemos servicios para la salud del comportamiento. Estos servicios pueden ayudarlo si está deprimido. Pueden asistirlo si tiene problemas con las drogas o el alcohol.

Trabajamos con una empresa llamada Cenpatico Behavioral Health para ofrecer:

- ▶ Evaluaciones
- ▶ Terapia
- ▶ Rehabilitación
- ▶ Tratamiento de día para adultos y niños

¿Desea obtener más información sobre los servicios para la salud del comportamiento? Llame al **1-855-694-4663**.

Usted puede obtener más información en www.cenpatico.com.



Do you need extra help?

We want you to feel healthy. That is why we offer behavioral health services. These services can help you if you are depressed. They can help you if you have drug or alcohol problems.

We work with a company called Cenpatico Behavioral Health to offer:

- ▶ Evaluations
- ▶ Therapy
- ▶ Rehab

- ▶ Day treatment for adults and children

Do you want to learn more about behavioral health services? Call **1-855-694-4663**.

You can also learn more at www.cenpatico.com.

» We are online

Visit www.homestatehealth.com to learn more about health and your health plan. Members can find the Member Handbook, our Health Library and lots more on the webpage.

3 FACTS about your privacy

- 1 Your privacy is important to Home State Health Plan.
- 2 We do all we can to guard your protected health information (PHI). By law, we must protect your health records.
- 3 You can read the Privacy Notice in your Member Handbook or on our website, www.homestatehealth.com. To request a Member Handbook, call Member Services at 1-855-694-4663.

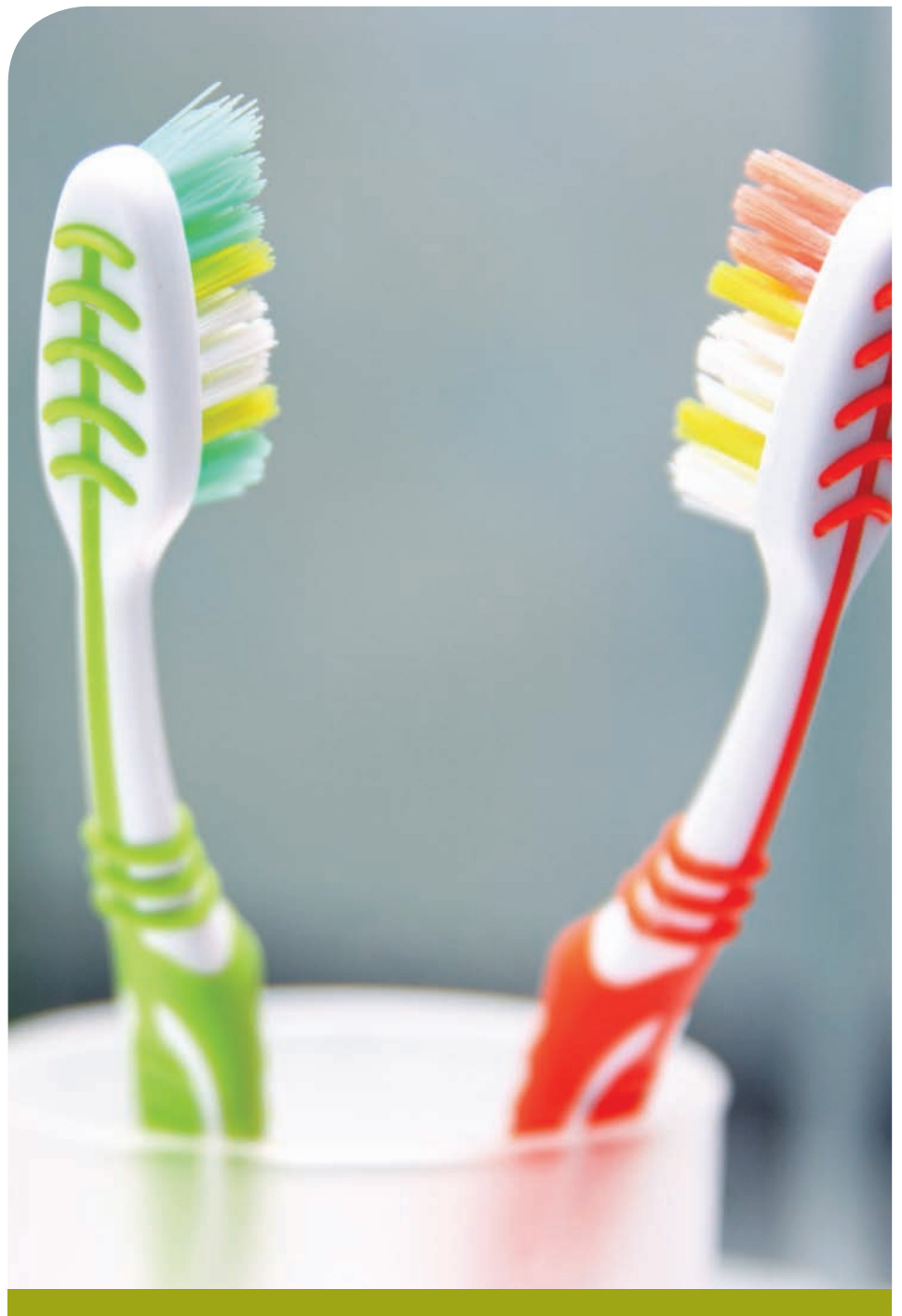
HOW TO TELL US IF YOU'RE UNHAPPY

Grievances and appeals are two ways to tell us if you are not happy with your health plan. It's good to tell us as soon as possible. We want to help you.

GRIEVANCES: If you contact us because you are unhappy with something about Home State Health Plan or one of our providers, this is called a grievance.

APPEALS: Home State Health Plan will send you a letter if we decide to deny or stop a service. You may ask that we change the decision. This is called an appeal.

Call Member Services at Home State Health Plan to learn more about these options. Members can also find additional information about grievances and appeals in the Home State Member Handbook.



Take care of your smile

Keep your smile bright and your mouth healthy. Brush your teeth twice a day and floss between teeth every day, too. And see your dentist at least once a year.

Here's how experts tell you to clean your mouth: Begin by flossing. Then, gently brush the front and insides of your teeth in a circular or up-and-down motion (not back-and-forth).

Aim the toothbrush at a 45-degree angle toward the gum line so the bristles can get underneath the gums.

Brush your molars using a back-and-forth stroke. Don't forget to also brush your tongue and rinse.

Call Home State Health Plan if you need help finding a dentist.

Cuide su **sonrisa**

Mantenga su sonrisa brillante y su boca sana. Cepílese los dientes dos veces al día y también use hilo dental todos los días. Y consulte con su dentista al menos una vez al año.

Así es como los expertos le dicen que debe limpiarse la boca: Comience por usar hilo dental. A continuación, cepille suavemente la parte frontal e interna de sus dientes con un movimiento circular o de arriba hacia abajo (no de atrás

hacia adelante). Apunte con el cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados hacia la línea de las encías de manera que las cerdas puedan llegar hasta debajo de las encías.

Cepille sus molares mediante un movimiento de atrás hacia adelante. No olvide cepillarse también la lengua y enjuagarse.

Llame a Home State Health Plan si necesita ayuda para encontrar a un dentista.

Estamos en línea

Visite www.homestatehealth.com para obtener más información sobre la salud y su plan de salud. Los miembros pueden encontrar el Manual para miembros, nuestra Biblioteca de la salud y mucho más en nuestra página web.

3 datos acerca de su privacidad

- 1 Su privacidad es importante para Home State Health Plan.
- 2 Hacemos todo lo posible para proteger su información de salud protegida (PHI, por sus siglas en inglés). La ley nos exige proteger sus registros médicos.
- 3 Puede leer el Aviso de privacidad en su Manual para miembros o en nuestro sitio web, www.homestatehealth.com. Para solicitar una Manual para miembros, llame a Servicios para miembros al 1-855-694-4663.



CÓMO INFORMARNOS SI NO ESTÁ SATISFECHO

Las quejas y apelaciones son dos maneras de informarnos de que no está satisfecho con su plan de salud. Es bueno que lo sepamos lo antes posible. Queremos ayudarle.

QUEJAS: Si se comunica con nosotros, porque no está satisfecho debido a algo con respecto a Home State Health Plan o uno de nuestros proveedores, esto se conoce como una queja.

APELACIONES: Home State Health Plan le enviará una carta

si decidimos denegar o detener un servicio. Nos puede pedir que cambiemos nuestra decisión. Esto se conoce como una apelación.

Llame a Servicios para miembros de Home State Health Plan para obtener más información sobre estas opciones. También, miembros pueden encontrar información adicional acerca de las quejas y recursos en la Home State libro de miembro.

Call Member Services if you need a paper copy of your Member Handbook or anything on our website. We can also help you find a doctor or get a ride to your appointments.* Call **1-855-694-4663**.

Llame a Servicios para Miembros si necesita una versión impresa de su Manual para miembros o de cualquier otra información en nuestro sitio web. También podemos ayudarle a encontrar un médico o conseguir transporte a sus citas.* Llame al **1-855-694-4663**.

**For our members receiving transportation as a covered benefit. Para los miembros que reciben transporte como un beneficio cubierto.*



¿Qué cuenta con cobertura?

¿Desea saber si un servicio está cubierto? Nuestro departamento de Administración de Utilización (Utilization Management, UM) le puede informar si un servicio médico está cubierto o no. UM puede consultar sus registros de salud y hablar con su médico.

Las decisiones de UM se basan en:

- ▶ Si el servicio es necesario.
- ▶ Si el servicio funciona bien.
- ▶ Si el servicio es el adecuado para usted.

UM no toma decisiones en función de razones financieras. No recompensamos a los médicos o al personal por denegar la atención.

¿Desea realizar alguna pregunta? Llame a nuestro equipo de UM al **1-855-694-4663**.

What is covered?

Do you have a question about whether a service is covered? Our Utilization Management department (UM) can tell you if a medical service is covered. UM may look at your health records and talk with your doctor.

UM decisions are based on:

- ▶ If the service is needed.
- ▶ If the service works well.
- ▶ If the service is right for you.

UM does not make choices based on financial reasons. We do not reward doctors or staff for saying no to care.

Do you have questions? Call our UM team at **1-855-694-4663**.



Published by McMurry/TMG, LLC. © 2014. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurry/TMG makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.



Publicado por McMurry/TMG, LLC. © 2014. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso expreso y por escrito de la editorial. La información en esta publicación es para complementar las recomendaciones de su proveedor de atención médica, no para sustituirlas. Consulte a su médico antes de realizar cambios drásticos en su estilo de vida o régimen de atención médica. McMurry/TMG no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.

Approved: July 31, 2014
HSHP 15018