



Help for **managing** **your care**

Do you need help taking care of your health? Maybe you are living with several illnesses. Or maybe you have a long-term condition such as cancer, high blood pressure or diabetes. Care management may be able to help.

Care managers are nurses and social workers. They can:

- **Help you understand your health problems.** They can help you learn how to take care of yourself.
- **Work with your doctors to get you the best care possible.** They can help schedule appointments. They can help coordinate care.
- **Connect you to services and resources in the community.** These could include food stamps or housing support.

You or your doctor may ask for care management. It is not required. Call Member Services at **1-844-366-2880** to find out more.

Ayuda para administrar su atención

¿Necesita ayuda para cuidar de su salud? Tal vez usted vive con varias enfermedades. O quizás tiene una enfermedad crónica, como cáncer, hipertensión arterial o diabetes. La administración de la atención puede ayudar.

Los gestores de atención son enfermeros y trabajadores sociales, quienes pueden:

- Ayudarlo a comprender sus problemas de salud. Ayudarlo a aprender a cuidarse a sí mismo.
- Trabajar con sus médicos para que reciba la mejor atención posible. Ayudarlo a programar las citas. Ayudarlo a coordinar la atención.
- Conectarlo a servicios y recursos en la comunidad. Es posible que los mismos incluyan cupones de alimentos o ayuda para la vivienda.

Usted o su médico pueden solicitar la administración de la atención. No es obligatorio. Llame a Servicios para Miembros al **1-844-366-2880** para obtener más información.



You have rights and responsibilities

SilverSummit Healthplan members have rights. They also have responsibilities.

Rights are things you can expect from your health plan. They include:

- Getting all the services we provide
- Being treated with respect
- Having your medical information kept private
- Getting a copy of your medical record

Responsibilities are things your health plan expects from you. They include:

- Asking questions if you don't understand your rights
- Keeping your scheduled appointments
- Having your member ID card with you at appointments
- Telling your doctor if you had care in an emergency room

You can find more rights and responsibilities in your member handbook. Read it online at [SilverSummitHealthplan.com](https://www.silversummithealthplan.com). Call **1-844-366-2880** to ask for a paper copy.

3 ways to help your baby Start Smart

There are things you can do to help your newborn get a healthy start.

- 1. See your doctor.** Call your doctor if you think you are pregnant. You should have regular checkups throughout your pregnancy. Your doctor can check you for problems and make sure your baby is growing as expected.
- 2. Have healthy habits.** Eat nutritious foods and get plenty of rest and exercise. Also be sure to stay away from tobacco, drugs and alcohol.
- 3. Sign up for Start Smart for Your Baby.[®]** This is a SilverSummit Healthplan program for women who are pregnant or who just gave birth. Call us for more information.

New to SilverSummit Healthplan?

Find details about your benefits and services in your member handbook and on our website. Visit [SilverSummitHealthplan.com](https://www.silversummithealthplan.com).

Pharmacy facts

SilverSummit Healthplan wants to help members get the medications they need. The preferred drug list (PDL) is the list of drugs SilverSummit Healthplan covers.

You can find the PDL at [SilverSummitHealthplan.com](https://www.silversummithealthplan.com). You can also call **1-844-366-2880** to find out if a drug is covered. Your doctor or pharmacist can help you find medications that are covered.



3 maneras de **ayudar** a su bebé con el programa **Start Smart**

Hay cosas que puede hacer para ayudar a su recién nacido a iniciar su vida de forma saludable.

- 1. Consulte a su médico.** Llame a su médico si piensa que está embarazada. Debe realizarse chequeos regulares durante su embarazo. Su médico puede evaluar sus condiciones médicas y asegurarse de que su bebé crece como se espera.
- 2. Tenga hábitos saludables.** Coma alimentos nutritivos, descanse mucho y haga ejercicio. También asegúrese de no consumir tabaco, ni drogas ni alcohol.
- 3. Regístrese en Start Smart for Your Baby.[®]** Este es un programa de SilverSummit Healthplan para mujeres embarazadas o que acaban de dar a luz. Llámenos para obtener más información.

Datos farmacéuticos

SilverSummit Healthplan quiere ayudar a los miembros a obtener los medicamentos que necesitan. La lista de medicamentos preferidos (Preferred Drug List, PDL) es la lista de medicamentos cubiertos por SilverSummit Healthplan.

Puede encontrar la PDL en **SilverSummitHealthplan.com**. También puede llamar al **1-844-366-2880** para consultar si se cubre algún medicamento. Su médico o farmacéutico puede ayudarlo a encontrar los medicamentos que están cubiertos.

Usted tiene derechos y responsabilidades

Los miembros de SilverSummit Healthplan tienen derechos y también responsabilidades.

Los derechos son aquellas cosas que usted puede esperar de su plan de salud. Entre las que se incluyen:

- Obtener todos los servicios que ofrecemos.
- Ser tratado con respeto.
- Mantener la privacidad de su información médica.
- Obtener una copia de su historial médico.

Las responsabilidades son aquellas cosas que su plan de salud espera de usted. Entre las que se incluyen:

- Hacer preguntas si no comprende sus derechos.
- Asistir a sus citas programadas.
- Llevar a sus citas su tarjeta de identificación de miembro.
- Comunicarle a su médico si lo atendieron en una sala de emergencias.

Puede encontrar más derechos y responsabilidades en su manual de miembros. Léalo en línea en **SilverSummitHealthplan.com**. Llame al **1-844-366-2880** para solicitar una copia impresa.

¿Es nuevo en SilverSummit Healthplan?

Encuentre detalles sobre sus beneficios y servicios en su manual para miembros y en nuestro sitio web. Visite **SilverSummit-Healthplan.com**.



SILVERSUMMIT HEALTHPLAN
2500 N. Buffalo Drive, 2nd Floor
Las Vegas, Nevada 89128
1-844-366-2880
SilverSummitHealthplan.com

PSRST STD
U.S. POSTAGE
PAID
Stevens Point, WI
Permit #422

Published by Manifest LLC. © 2019. 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. Manifest makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por Manifest LLC. © 2019. 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. Manifest no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.



How can we help you?

SilverSummit Healthplan is here to help you with many things.

Call Member Services if you need a paper copy of your member handbook or anything else on our website. We can help you find a doctor and make appointments. We can also help you get a ride to your health appointments (for members with transportation as a covered benefit). Call **1-844-366-2880** for these services.

Visit us online to learn more about health and your health plan. You can also find your member handbook online. Go to **SilverSummitHealthplan.com**.

¿Cómo podemos ayudarlo?

SilverSummit Healthplan está aquí para ayudarlo con muchas cosas. Llame a Servicios para Miembros si necesita una copia impresa del manual para miembros o algo más en nuestro sitio web. Podemos ayudarlo a encontrar a un médico y programar una cita. También podemos ayudarlo a conseguir transporte para sus citas médicas (para los miembros con transporte como beneficio cubierto). Llame al **1-844-366-2880** para estos servicios.

Visítenos en línea para obtener más información sobre la salud y su plan en particular. También puede encontrar el manual para miembros en línea. Visite **SilverSummitHealthplan.com**.

Statement of Non-Discrimination

SilverSummit Healthplan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. SilverSummit Healthplan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SilverSummit Healthplan:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, contact SilverSummit Healthplan at 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086).

If you believe that SilverSummit Healthplan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with:

Grievance and Appeals Coordinator
SilverSummit Healthplan
2500 North Buffalo Drive, Suite 250
Las Vegas, NV 89128
1-844-366-2880
(TTY/TDD 1-844-804-6086)
Fax 1-855-742-0125

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, SilverSummit Healthplan is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW.
Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Marketplace Plan: 1-866-263-8134 (TTY/TDD 1-855-868-4945)

Medicaid Plan: 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086)

English: Language assistance services, auxiliary aids and services, and other alternative formats are available to you free of charge. To obtain this, please call the number above.

Español (Spanish): Servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, y otros formatos alternativos están disponibles para usted sin ningún costo. Para obtener esto, llame al número de arriba.

Tagalog (Tagalog): Mayroon kang makukuhang libheng tulong sa wika, auxiliary aids at mga serbisyo, at iba pang mga alternatibong format. Upang makuha ito, mangyaring tawagan ang numerong nakasulat sa itaas.

简体中文(Chinese): 可以免费为您提供语言协助服务、辅助用具和服务以及其他格式。如有需要, 请拨打上述电话号码。

한국어(Korean): 언어 지원 서비스, 보조적 지원 및 서비스, 기타 형식의 자료를 무료로 이용하실 수 있습니다. 이용을 원하시면 상기 전화번호로 연락해 주십시오.

Tiếng Việt (Vietnamese): Các dịch vụ trợ giúp ngôn ngữ, các trợ cụ và dịch vụ phụ thuộc, và các dạng thức thay thế khác hiện có miễn phí cho quý vị. Để có được những điều này, xin gọi số điện thoại nêu trên.

አማርኛ (Amharic):- ከክፍያ ላይ የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶች፣ ተቀጽላ እርዳታዎች እና አገልግሎቶች፣ እና ሌሎች አማራጭ ቅርጾች ያገኛሉ። ይህን ለማግኘት እባክዎን ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

ไทย (Thai): บริการช่วยเหลือด้านภาษา อุปกรณ์และบริการเสริม รวมทั้งรูปแบบทางเลือกอื่น ๆ มีให้ท่านใช้ได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย หากต้องการขอรับบริการเหล่านี้ กรุณาติดต่อทางโทรศัพท์ที่หมายเลขข้างต้น

日本語 (Japanese): 言語支援サービス、補助器具と補助サービス、その他のオプション形式を無料でご利用いただけます。ご利用をお考えの方は、上記の番号にお電話ください。

العربية (Arabic): خدمات المساعدة اللغوية والمعينات والخدمات الإضافية وغيرها من الأشكال البديلة متاحة لك مجاناً. للحصول عليها، يرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

Русский язык (Russian): Вам могут быть бесплатно предоставлены услуги по переводу, вспомогательные средства и услуги, а также материалы в других, альтернативных, форматах. Чтобы получить их, позвоните, пожалуйста, по указанному выше номеру телефона.

Français (French): Des services gratuits d'assistance linguistique, ainsi que des services d'assistance supplémentaires et d'autres formats sont à votre disposition. Pour y accéder, veuillez appeler le numéro ci-dessus.

فارسی (Persian): خدمات ترجمه، حمایت های؛ خدمات کمکی و سایر انواع دیگر به صورت رایگان در اختیار شما قرار می گیرند. برای به دست یابی به این خدمات، لطفاً با شماره تلفن بالا تماس بگیرید.

Samoan (Samoan): Auaunaga e lagolago i lau gagana, auaunaga fesoasoani atu, ma isi auaunaga e maua fua atu e leai se totogi. Pe a mana'omia ia auaunaga, vili le numera o loo tāua i luga.

Deutsch (German): Sprachunterstützung, Hilfen und Dienste für Hörbehinderte und Gehörlose sowie weitere alternative Formate werden Ihnen kostenlos zur Verfügung gestellt. Um eines dieser Serviceangebote zu nutzen, wählen Sie die o. a. Rufnummer.

Ilokano (Ilocano): Makaala kayo iti libre nga tulong para iti serbisyo nga kasapulan maipanggep iti lengguwahe, dadduma nga tulong ken serbisyo, umawag kayo laeng iti numero nga adda iti ngato.