

Elija una Cobertura que le Permita Disfrutar de una Vida Saludable

GUÍA PARA AFILIADOS DE SALUD HMO Y MÁS DE 2027

Para afiliados de planes básicos de CalPERS



HealthNet.com/calpers



Salud HMO y Más: Para afiliados de planes básicos de CalPERS



Salud HMO y Más está disponible en siete condados:
Imperial, Kern,¹ Los Angeles,¹ Orange, Riverside,¹
San Bernardino,¹ y San Diego,¹.

¹ Parte del condado.

El Plan Adecuado para Usted

Para tomar decisiones informadas durante la inscripción abierta, es importante tener toda la información posible. Tanto para los nuevos afiliados como para los que vuelven en 2027, esta guía puede brindarle ayuda para conocer su plan de Health Net.

La guía contiene respuestas a preguntas importantes acerca de lo siguiente:

- averiguar si su PCP está en nuestra red;
- garantizar que pueda continuar cualquier tratamiento que esté recibiendo;
- Usar el sitio web especializado para controlar su salud.
- ganar recompensas por trabajar para mejorar su salud.



Para comunicarse con Servicios al Afiliado, llame al **888-926-4921**.

¿Por Qué Elegir Health Net?

Health Net es cobertura de salud con la que puede contar. Por más de 45 años, hemos ayudado a los californianos en las distintas etapas de sus vidas, y lo seguiremos haciendo.

Creemos que todas las personas merecen tener una red de seguridad para la salud, sin importar la edad, los ingresos, el estado de empleo o el estado de salud actual. Con esta idea, simplificamos la manera en que puede obtener beneficios y servicios de atención de salud importantes. Y podrá obtenerlos en el lugar y el momento en que los necesite.



Aspectos destacados de lo que puede esperar del plan Salud HMO y Más



- 1** Deducibles médicos de \$0.
- 2** Hay copagos fijos para una gran parte de los servicios.
- 3** Su PCP se ocupa de la mayoría de sus necesidades de atención de salud.
- 4** No necesita una remisión para ver un obstetra o ginecólogo dentro del grupo médico. Solo debe programar una cita.
- 5** Puede cambiar de PCP hasta una vez por mes.
- 6** No es necesario completar un formulario de reclamo (excepto para la atención de emergencia fuera de la red).
- 7** Hay recompensas por mejorar la salud y el bienestar.
- 8** Tiene acceso a atención de salud del comportamiento ambulatoria brindada por un proveedor dentro de la red SIN una remisión de su PCP.
- 9** Cobertura de servicios quiroprácticos y de acupuntura a través de American Specialty Health Plans, Inc. (ASH).
- 10** Acceso a proveedores que participan de SIMNSA en México².

Consulte la *Evidencia de Cobertura* de Salud HMO y Más para conocer los beneficios específicos del plan.

² Se ha seleccionado una red de médicos contratados por Sistemas Médicos Nacionales, S.A. de C.V. (SIMNSA) para proporcionar servicios a los afiliados de Health Net Salud HMO y Más. Los familiares que viven en México no pueden recibir beneficios del plan de proveedores de California, salvo en caso de emergencia o atención requerida de urgencia, que están cubiertos en todo el mundo.

Un Tipo de Plan de Salud Diferente

*Usted merece lo mejor de su cobertura de salud. **Salud HMO y Más** fue diseñado para aquellas personas que quieren acceso a cobertura de atención de salud asequible y de calidad. Gracias a los copagos predecibles y a los proveedores de confianza, Salud HMO y Más es una excelente opción.*

Salud Network tiene un toque local

Puede confiar en los servicios que recibe de nuestros proveedores locales de la red del sur de California.

Encuentre proveedores de Salud Network en estos condados:

- Imperial
- Kern
- Los Angeles
- Orange
- Riverside
- San Bernardino
- San Diego

Brindamos cobertura internacional

Los afiliados de Salud HMO y Más y sus dependientes pueden recibir atención de médicos y centros de SIMNSA en México (Tijuana y Mexicali) con copagos más bajos y sin necesidad de una remisión. Su médico de SIMNSA coordinará toda su atención en México. Para encontrar un proveedor de SIMNSA, visite **SIMNSA.com** o llame al Centro de Comunicación de SIMNSA al **800-424-4652**.



Scripps Health es una opción en San Diego

Para nuestros afiliados de San Diego, ofrecemos acceso a **Scripps Health** junto con todos los demás proveedores de la red de Salud HMO y Más. Esto incluye acceso a **12 clínicas Scripps HealthExpress** en las que podrá recibir atención en el día para enfermedades y lesiones leves.

Sus Beneficios y Cobertura de Medicamentos

Resumen de beneficios

Beneficios ³	Salud HMO y Más
Visitas al consultorio de atención preventiva, incluidos los exámenes para mujeres saludables	\$0
Visitas al consultorio del médico	\$15 (cuando use las redes de Health Net o SIMNSA)
Telesalud mediante Teladoc Health	\$0
Visitas al consultorio de un especialista	\$15 (cuando use las redes de Health Net o SIMNSA)
Exámenes de la vista para detectar defectos refractivos	\$0
Rayos X y procedimientos de laboratorio	\$0
Visitas prenatales y posnatales al consultorio	\$0
Internación	\$0
Visitas al consultorio de salud del comportamiento	\$15
Atención de urgencia	\$15
Atención de emergencia	\$50
Servicios quiroprácticos/de acupuntura	\$15/máximo de 20 visitas

³Esta tabla es solo un resumen de beneficios. Todos los beneficios están sujetos a las definiciones, las limitaciones y las exclusiones establecidas en la *Evidencia de Cobertura* (por sus siglas en inglés, EOC). Se recomienda a los miembros de planes básicos que lean este documento antes de tomar una decisión definitiva.

⁴Máximo de 20 visitas combinadas por años calendario. Servicios administrados por American Specialty Health Plans, Inc. (ASH).

Conozca su cobertura de medicamentos

Saber acerca de sus beneficios de farmacia le permite controlar mejor su salud y sus finanzas. Usted puede reducir los costos y, al mismo tiempo, conseguir los medicamentos que mejor cubran sus necesidades de salud.

Los beneficios de farmacia están cubiertos a través de

un contrato directo de CalPERS con CVS Caremark. Luego de que se inscriba, recibirá una tarjeta de identificación de afiliado de Health Net con información sobre sus beneficios médicos y CVS Caremark.

Para consultar una lista completa de las farmacias y obtener información sobre lo que está cubierto, llame a CVS Caremark al **833-291-3649** o visite **caremark.com/calpers**.

Medicamentos con receta médica

Farmacia	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
Farmacia de venta minorista (suministro de hasta 30 días)	\$5	\$20	\$50
Farmacia de venta minorista (suministro de hasta 90 días de medicamentos de mantenimiento)	\$10	\$40	\$100 (copago de \$70 con una exención parcial del copago aprobada)
Farmacia con servicio por correo CVS Caremark® (suministro de hasta 90 días de medicamentos de mantenimiento)	\$10	\$40	\$100 (copago de \$70 con una exención parcial del copago aprobada)
Farmacia especializada (suministro de hasta 30 días)	\$5	\$20	\$50

Más Detalles sobre su Cobertura

Salud del comportamiento

Los beneficios de salud del comportamiento ofrecen tratamientos para problemas de salud mental y para trastornos por consumo de sustancias. Los proveedores de salud del comportamiento incluyen terapeutas, psicólogos, trabajadores sociales clínicos y psiquiatras.

¿Qué servicios están cubiertos?

Los beneficios de salud mental y para trastornos por abuso de sustancias incluyen:

- Sesiones con un terapeuta, psicólogo o psiquiatra.
- Seguimiento del tratamiento y atención posterior a este.
- Otros servicios ambulatorios o para pacientes internados que sean médicamente necesarios.

¿Cómo puedo obtener ayuda?

Si necesita ayuda, llame al número de teléfono de Beneficios y Citas de Salud Mental que figura al dorso de su tarjeta de identificación de afiliado de Health Net. Los representantes de Servicios al Cliente y administradores de atención con licencia están disponibles para atender su llamada. El personal de salud del comportamiento puede hacer lo siguiente:

- Responder todas sus preguntas sobre los beneficios.
- Ayudar a conseguir ayuda inmediata en caso de crisis o emergencia.
- Ayudar a encontrar un proveedor disponible⁵.

No necesitará aprobación para las citas ambulatorias con un proveedor de la red.

Continuidad de la atención

Cuando cambia de plan de salud durante el período de inscripción abierta, no quiere que la atención médica que recibe se vea interrumpida.

El Programa de Continuidad de la Atención (por sus siglas en inglés, COC) fue creado para garantizar que no se suspendan determinados tratamientos que usted recibe. Esta es una lista de las condiciones elegibles para COC:

- una afección aguda;
- una afección crónica grave, hasta un año de cobertura;
- un embarazo (incluida la duración del embarazo y la atención posparto inmediata);
- salud mental materna, hasta 12 meses desde el diagnóstico o desde el final del embarazo;
- un recién nacido de hasta 36 meses de edad, hasta un año de cobertura;
- una enfermedad terminal; o
- una cirugía u otro procedimiento que haya sido autorizado y programado por su plan de salud anterior como parte de un tratamiento documentado dentro de los 180 días anteriores a la fecha de entrada en vigor del nuevo plan.



Antes de inscribirse, comuníquese con el Programa de COC de Health Net al **888-926-4921** para que sepamos lo que necesita.

Cómo Comenzar con Health Net



No olvide presentar su nueva tarjeta de identificación de afiliado de Health Net cuando reciba servicios.

Encuentre un PCP o actualícelo

Compruebe que su grupo médico y su PCP estén dentro de la red del nuevo plan⁶.

Encontrar proveedores es fácil con nuestra herramienta en línea "Find a Provider" (Buscar un proveedor) en **healthnet.com/calpers**. Allí también puede ver una lista de grupos médicos dentro de la red.

Recuerde que cada miembro de la familia puede elegir su propio PCP y grupo médico de acuerdo a sus necesidades.

Nota importante: Asegúrese de anotar el nombre del médico y del grupo médico, y el número de identificación de afiliación del proveedor (de 10 dígitos). Deberá completar esta información en la sección "Notas" del sitio web de myCalPERS cuando se inscriba.

Esto ayudará a garantizar que los datos en su nueva tarjeta de identificación de afiliado sean correctos.

Inscríbase en su plan a través del sitio web de myCalPERS

Estas son las dos maneras de llegar al sitio web para inscripciones de CalPERS:

- 1** Ingrese en **healthnet.com/calpers** y haga clic en *Enrollment* (Inscripción) > *How to Enroll* (Cómo inscribirse), o bien
- 2** ingrese directamente en **mycalpers.ca.gov**.

Asegúrese de tener a mano el nombre del grupo médico y el número de identificación del PCP.

Su tarjeta de identificación de afiliado de Health Net

Después de inscribirse, recibirá por correo las nuevas tarjetas de identificación de afiliado de Health Net. Todos los afiliados de CalPERS con planes de Health Net recibirán una tarjeta de identificación de afiliado de Health Net.

Asegúrese de que su nueva tarjeta incluya al PCP que eligió. Si algún dato es incorrecto, llame a Servicios al Afiliado de CalPERS al **888-926-4921**.



Haga Más con Nuestras Herramientas en Línea

Cuando se inscribe en Health Net, obtiene mucho más que el acceso a la atención de salud. Tendrá un sitio web personalizado de su plan de salud de Health Net, ¡exclusivo para empleados de CalPERS!



Encuentre lo que necesita, al alcance de su mano:



Acceda a su tarjeta de identificación de afiliado digital.



Consulte los beneficios de su plan de salud y obtenga información actualizada.



Encuentre atención: busque centros de atención de urgencia, hospitales o médicos.



Encuentre apoyo y recursos para la comunidad LGBTQ+.



Acceda a atención virtual con Teladoc Health.



Obtenga actualizaciones importantes sobre su cobertura y beneficios.



Cambie su médico de atención primaria (PCP).

Find a Provider

Use la herramienta Find a Provider (Encuentre un proveedor) de Health Net para buscar médicos, hospitales, centros de atención de urgencia y otros tipos de proveedores de atención de salud, con acceso a los listados más actualizados de la red de proveedores.



¡Inscríbese ahora!

Encuentre un proveedor: paso a paso

1 Ingresa



Ingresa en **healthnet.com/calpers** y seleccione *Find a Provider*.

2 Elija una ubicación



Ingresa su ciudad, código postal o dirección.

3 Seleccione su plan



Elija **Salud HMO y Más** (solo afiliados de CalPERS).

4 Busque

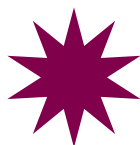


Busque por nombre del proveedor, especialidad o centro.



Qué Puede Hacer con Su Plan de Salud

Health Net se centra en ofrecerle las herramientas que necesita para tener una vida más sana y productiva. Nuestros programas le ayudan a tomar decisiones para que usted y su familia tengan un estilo de vida saludable. Para acceder a nuestros programas de bienestar, inicie sesión en **healthnet.com/calpers** y haga clic en la pestaña “Health & Wellness” (Salud y bienestar).



Programa RealAge®

El programa RealAge es nuestro programa de comportamiento saludable que apunta a los cuatro mayores riesgos del estilo de vida: **estrés, sueño, nutrición y actividad física**. El programa se personaliza en función del nivel de riesgo de cada categoría de estilo de vida, según las respuestas que se obtienen de la prueba RealAge y los intereses personales. Está totalmente integrado con otras funciones de la plataforma Sharecare, como los rastreadores, para impulsar un compromiso sostenido y promover un cambio de comportamiento que puede ayudar a disminuir la edad de su cuerpo.



Prueba RealAge®

La prueba RealAge le brinda un informe personalizado de sus riesgos de salud física y del comportamiento. En cuanto haya completado la encuesta en línea, recibirá un plan de acción adaptado para usted. Haga ahora la prueba RealAge en **healthnet.sharecare.com**. Recibirá una **tarjeta de regalo de \$50** por hacerla. Obtenga una **tarjeta de regalo adicional de \$25** cuando comparta sus resultados con su médico o complete tres llamadas de asesoramiento sobre salud. Obtenga otra **tarjeta de regalo de \$25** cuando complete dos programas en línea de Sharecare⁷.



Programa de Asesoramiento sobre Salud

Programa de Asesoramiento sobre Salud (por teléfono):

Con apoyo individual, usted y su asesor de salud encuentran lo que le brinda motivación y abordan las conductas de salud específicas que afectan los riesgos de salud a corto plazo y las metas a largo plazo. Obtenga una **tarjeta de regalo de \$25** por completar 3 llamadas de asesoramiento de salud más una llamada de evaluación.

Programa Asesoramiento sobre Salud (atención digital):

Esto incluye varias clases relacionadas con el estrés, las estrategias para dejar de fumar, el ejercicio, el peso, las brechas en la atención, entre otros temas.



Programa Craving to Quit®

Este programa para dejar de fumar cubre la mayoría de los tipos de tabaco, lo pone en contacto con un asesor para dejar de fumar que le brinda apoyo y motivación, y le proporciona un plan personalizado para que deje de fumar. El innovador programa de 21 días enseña a detectar antojos y hábitos que ayudarán a los participantes a dejar de fumar, mascar tabaco o vapear.

Además, puede ganar una **tarjeta regalo de \$25** por terminar el programa con un asesor, y completar otra oferta en línea de Sharecare.



Eat Right Now®

El programa Eat Right Now, desarrollado por Sharecare, es una aplicación basada en pruebas y diseñada para brindarle ayuda a fin de salir de la montaña rusa de las dietas y crear hábitos saludables duraderos.

El programa ofrece tres alternativas: **alimentación consciente, pérdida de peso y prevención de la diabetes**. Al inscribirse, los usuarios completan una breve evaluación para determinar la opción que mejor se adapta a sus necesidades y objetivos de salud.

Alimentación consciente: Desarrolle hábitos alimenticios saludables y una mejor relación con la comida. Complete este programa y otra oferta de Sharecare para ganar una **tarjeta de regalo de \$25**.

Pérdida de peso: Se basa en los principios de la alimentación consciente y proporciona herramientas adicionales para una pérdida de peso eficaz y sostenible. Trabjará con un entrenador personal, participará en llamadas semanales en directo y seguirá sus progresos a lo largo del tiempo con una báscula y un monitor de actividad gratuitos⁸.

Programa de Prevención de la Diabetes: Reconocido por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, ofrece orientación personalizada para ayudar a prevenir la diabetes de tipo 2. Los participantes que tienen prediabetes reciben asesoramiento personalizado, participan en llamadas semanales en directo y tienen acceso gratuito a una báscula y un monitor de actividad⁸.

Nota: La recompensa máxima total disponible por la participación en los programas mencionados es de \$100.



Programa Active&Fit Direct™

El programa Active&Fit Direct¹² le permite unirse a más de 12,800 gimnasios y estudios sin contratos a largo plazo. Además, puede acceder a más de 17,000 videos de entrenamiento guiado desde la comodidad de su hogar. Obtenga la flexibilidad que necesita en una rutina de actividad física. El costo es de solo \$28 por mes (además de una tarifa única de inscripción de \$28 e impuestos).

Más Programas para Afiliados de CalPERS

Como afiliado de CalPERS, usted y sus dependientes cubiertos tienen acceso a estos otros programas de bienestar.



Usted puede acceder a los programas para miembros de CalPERS ingresando en healthnet.com/calpers y seleccionando la pestaña **Health & Wellness** (Salud y bienestar)



Teladoc Health: Acceso a citas médicas las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Disfrute de acceso completo a Teladoc⁹, nuestro proveedor de telesalud, solo por haberse afiliado a Health Net.

A través de Teladoc Health, ahora puede:

- Programar una cita por teléfono o videollamada las 24 horas del día, los 7 días de la semana si tiene una afección médica que no es de emergencia.
- Programar una cita para salud del comportamiento por teléfono o videollamada los 7 días de la semana.
- Acceder a un conjunto completo de herramientas de salud mental.
- Obtener recetas de medicamentos en caso de ser necesario¹⁰.

Cuando su médico habitual no está disponible, un proveedor de Teladoc puede ayudarle con afecciones cotidianas que no son de emergencia, como la gripe, las infecciones de los senos nasales, los virus estomacales y otras. Un proveedor de salud del comportamiento de Teladoc puede ayudarle a tratar la depresión, la ansiedad, el duelo y mucho más.

¡Hable con un proveedor de atención de salud con un copago de \$0!

Los afiliados disponen de acceso a las citas médicas las 24 horas al día, los 7 días a la semana, desde cualquier lugar. Puede reservar una cita con un profesional de la salud del comportamiento los 7 días de la semana, de 7:00 a. m. a 9:00 p. m (hora del Pacífico). Puede reservar citas a través de la aplicación de Teladoc, en el sitio web o llamando al **1-800-TELADOC (835-2362)**.

Para registrarse u obtener más información, visite **teladoc.com**.

Welvie®: Obtenga información sobre cómo tomar mejores decisiones de atención de salud

Las cirugías suelen ser inesperadas. Y trabajar con su médico para evaluar las opciones de tratamiento de una afección puede resultar confuso. Por eso es importante prepararse antes de tener que tomar una decisión médica.

Welvie puede brindarle ayuda. El programa autoguiado en línea le ofrece orientación desde el diagnóstico y las opciones de tratamiento hasta la preparación y la recuperación.

¿No tiene planificada ninguna cirugía? Welvie puede ayudarle a sacar el máximo partido de sus visitas al médico. Visite **welvie.com** para registrarse y comenzar.

Obtenga información sobre cómo tomar mejores decisiones de atención de salud y reciba una **tarjeta de regalo de \$25¹¹**.

Línea de Consultas de Enfermería

Nuestra Línea de Consultas de Enfermería disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, le permite contactar rápidamente con personal de enfermería registrado que puede brindarle ayuda con sus preguntas de salud en cualquier momento, de día o de noche.

Llame al número que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de afiliado para recibir apoyo inmediato.

El personal de enfermería puede responder preguntas sobre inquietudes como resfriados y gripe, enfermedades y lesiones menores, dolor crónico y medicamentos.



Maternidad y Planificación Familiar

*Health Net está disponible para ayudarles a usted y a su familia durante todo el embarazo, ¡y mucho más! Podemos ayudarle a ponerse en contacto con los programas y servicios que mejor se adapten a sus deseos y necesidades, y que **ya forman parte de sus beneficios cubiertos.***

Health Net le ofrece una variedad de programas personalizados para el embarazo que incluyen:

- Programa Individual de Doula
- Doulas virtuales y en persona de Mahmee con servicios integrales
- Start Smart for Your Baby®

Programa Individual de Doula

Una doula es una profesional capacitada en nacimientos que brinda apoyo emocional y físico. Trabaje con una doula en persona o de manera virtual durante el embarazo, el trabajo de parto y el posparto.



Mahmee con servicios completos

Acceda a apoyo virtual y en persona a través de la aplicación de Mahmee, disponible los 7 días de la semana. Este programa también incluye servicios de maternidad brindados por personal de enfermería, asesores de salud mental y nutricionistas, entre otros. Los servicios virtuales están disponibles en todo el estado. Los servicios en persona están disponibles en algunos condados.

Importante: Puede inscribirse en Mahmee con servicios completos o en el Programa Individual de Doula, pero no en ambos.

Las doulas no reemplazan a los proveedores médicos ni ofrecen asesoramiento médico.

Start Smart for Your Baby®

Todos los embarazos son diferentes. Los embarazos de riesgo moderado y alto requieren atención especial para protegerlos a usted y al bebé de resultados perjudiciales para la salud.

El programa Start Smart for Your Baby le ofrece apoyo adicional de administradores de atención que trabajan con usted y su médico para asegurarse de que recibe la mejor atención durante el embarazo, después del nacimiento y en la etapa posparto. La ponen en contacto con la información y los recursos adecuados, como los siguientes:

- beneficios disponibles;
- ayuda para encontrar un médico;
- suministros para la lactancia;
- información sobre dónde encontrar alimentos saludables, cunas, vivienda segura, ropa y más.

English

No Cost Language Services. You can get an interpreter. You can get documents read to you and some sent to you in your language. For help, call us at the number listed on your ID card or call 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Arabic

خدمات اللغة مجانية. يمكنك الحصول على مترجم فوري. ويمكنك الحصول على وثائق مقروءة لك. للحصول على المساعدة، اتصل بنا على الرقم الموجود على بطاقة الهوية، أو اتصل على مركز الاتصال التجاري (TTY: 711) 1-888-926-4921

Armenian

Անվճար լեզվական ծառայություններ: Դուք կարող եք բանավոր թարգմանիչ ստանալ: Փաստաթղթերը կարող են կարդալ ձեզ համար: Օգնության համար զանգահարեք մեզ ձեր ID քարտի վրա նշված հեռախոսահամարով կամ զանգահարեք 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Chinese

免費語言服務。您可使用口譯員。您可請人使用您的語言將文件內容唸給您聽，並請我們將有您語言版本的部分文件寄給您。如需協助，請致電您會員卡上所列的電話號碼與我們聯絡，或致電 1-888-926-4921 (TTY: 711)。

Hindi

बनिा लागत की भाषा सेवाएँ। आप एक दुभाषयिा प्राप्त कर सकते हैं। आपको दस्तावेज पढ़ कर सुनाए जा सकते हैं। मदद के लिए, आपके आईडी कार्ड पर दिए गए सूचीबद्ध नंबर पर हमें कॉल करें, या 1-888-926-4921 (TTY: 711)।

Hmong

Kev Pab Txhais Lus Dawb. Koj xav tau neeg txhais lus los tau. Koj xav tau neeg nyeem cov ntaub ntawv kom yog koj hom lus los tau. Xav tau kev pab, hu peb tau rau tus xov tooj ntawm koj daim npav los yog hu 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Japanese

無料の言語サービス。通訳をご利用いただけます。文書をお読みします。援助が必要な場合は、IDカードに記載されている番号までお電話いただくか、1-888-926-4921、(TTY: 711)。

Khmer

សេវាភាសាដោយឥតគិតថ្លៃ។ អ្នកអាចទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់។ អ្នកអាចស្តាប់គេអានឯកសារឱ្យអ្នក។ សម្រាប់ជំនួយ សូម ទាក់ទងយើងខ្ញុំតាមរយៈលេខទូរសព្ទដែលមាននៅលើកាតសម្គាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ឬ ទាក់ទងទៅមជ្ឈមណ្ឌលទំនាក់ទំនងពាណិជ្ជកម្ម នៃក្រុមហ៊ុន 1-888-926-4921 (TTY: 711)។

Korean

무료 언어 서비스. 통역 서비스를 받을 수 있습니다. 귀하가 구사하는 언어로 문서의 낭독 서비스를 받으실 수 있습니다. 도움이 필요하시면 보험 ID 카드에 수록된 번호로 전화하시거나 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Navajo

Saad Bee Áká E'eyeed T'áá Jíík'e. Ata' halne'ígíí hólq. T'áá hó hazaad k'ehjí naaltsoos hach'í' wóltah. Shíká a'doowoł nínízingo naaltsoos bee néího'dólinígíí bikáa'gi béesh bee hane'í bikáa' áají' hodiílnih éí doodaii' 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Persian (Farsi)

خدمات زبان به طور رایگان. می توانید یک مترجم شفاهی بگیرید. می توانید درخواست کنید که اسناد برای شما قرائت شوند. برای دریافت راهنمایی، با ما به شماره ای که روی کارت شناسایی شما درج شده تماس بگیرید یا با مرکز تماس بازرگانی . 1-888-926-4921 (TTY: 711)

Panjabi (Punjabi)

ਬਨਿਾਂ ਕਸਿ ਲਾਗਤ ਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਤੇ ਦੱਤੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Russian

Бесплатная помощь переводчиков. Вы можете получить помощь устного переводчика. Вам могут прочитать документы. За помощью обращайтесь к нам по телефону, приведенному на вашей идентификационной карточке участника плана. Кроме того, вы можете позвонить в 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Spanish

Servicios de idiomas sin costo. Puede solicitar un intérprete. Puede obtener el servicio de lectura de documentos y recibir algunos en su idioma. Para obtener ayuda, llámenos al número que figura en su tarjeta de identificación o comuníquese con el 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Tagalog

Walang Bayad na Mga Serbisyo sa Wika. Makakakuha kayo ng isang interpreter. Makakakuha kayo ng mga dokumento na babasahin sa inyo. Para sa tulong, tawagan kami sa nakalistang numero sa inyong ID card o tawagan ang 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Thai

ไม่มีค่าบริการด้านภาษา คุณสามารถใช้สามได้ คุณสามารถให้อ่านเอกสารให้ฟังได้ สำหรับความช่วยเหลือ โทรหาเราตามหมายเลขที่ให้ไว้บนบัตรประจำตัวของคุณ หรือ โทรหาศูนย์ติดต่อเชิงพาณิชย์ของ 1-888-926-4921 (TTY: 711)

Vietnamese

Các Dịch Vụ Ngôn Ngữ Miễn Phí. Quý vị có thể có một phiên dịch viên. Quý vị có thể yêu cầu được đọc cho nghe tài liệu. Để nhận trợ giúp, hãy gọi cho chúng tôi theo số được liệt kê trên thẻ ID của quý vị hoặc gọi 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Comuníquese con nosotros

Nuestro equipo de informados representantes de Servicios al Cliente está disponible para ayudarle con las preguntas que tenga.

Servicios al Afiliado Exclusivos de CalPERS

888-926-4921

Los 7 días de la semana, de 7:00 a. m. a 8:00 p. m., hora del Pacífico.

healthnet.com/calpers



Asistencia para personas con dificultades de audición y del habla

TTY: 711

Salud del comportamiento

Llame al número de teléfono de Beneficios y Citas de Salud Mental que figura al dorso de su tarjeta de identificación de afiliado de Health Net.

American Specialty Health Plans, Inc. (ASH)

800-678-9133

⁵ Cada persona debe seleccionar un médico de atención primaria en un grupo médico contratado lo suficientemente cerca de su residencia o lugar de trabajo para permitir un acceso razonable a la atención médica. Los miembros de la familia pueden seleccionar diferentes grupos médicos con contrato.

⁶ Si lo solicita, un representante de salud del comportamiento se comunicará con los proveedores en su nombre y se pondrá en contacto con usted cuando le haya encontrado un proveedor disponible. Tenga en cuenta que las citas de rutina con un médico o psiquiatra pueden demorar hasta 15 días hábiles, o hasta 10 días hábiles con un terapeuta.

⁷ Complete el programa Eat Right Now - Mindful Eating; Craving to Quit para dejar el tabaco; o participe en desafíos de salud.

⁸ La báscula se proporciona en el momento de la inscripción. El monitor de actividad se obtiene al lograr una pérdida de peso del 2% o más después de 30 días en el programa o al participar en el programa durante al menos 10 días (los días no tienen que ser consecutivos).

⁹ Puede recibir servicios en persona o a través de telesalud, si está disponible, de su proveedor de atención primaria, de un médico especialista tratante o de otro profesional de la salud, clínica o centro de salud contratados de acuerdo con el servicio y las normas existentes de puntualidad y acceso geográfico exigidas por la legislación de California. Todos los costos compartidos por los servicios recibidos a través de Teladoc se acumularán para su desembolso máximo y deducible (si su plan tiene un deducible). Al programar una cita a través de Teladoc, usted da su consentimiento para recibir servicios de telesalud a través de Teladoc. Consulte el documento de cobertura de su plan de salud para obtener información sobre la cobertura y la definición de servicios de telesalud. Tiene derecho a acceder a sus expedientes médicos por los servicios recibidos a través de Teladoc. A menos que decida lo contrario, cualquier servicio prestado a través de Teladoc se compartirá con su proveedor de atención primaria.

¹⁰ El acceso a servicios de telesalud no garantiza una receta médica.

¹¹ Recibirá una tarjeta de regalo de \$25 de Amazon por completar los pasos del 1 al 3 del programa Welvie My Surgery y una breve encuesta. Los afiliados son elegibles para recibir una tarjeta regalo, por afiliado, cada 365 días.

¹² Los afiliados y sus cónyuges deben tener 18 años o más para poder participar. Las tarifas varían en función del gimnasio elegido. Se requieren 2 meses de participación como mínimo. El programa Active&Fit Direct se ofrece a través de American Specialty Health Fitness, Inc., una subsidiaria de American Specialty Health Incorporated (ASH). Active&Fit Direct es una marca registrada de ASH y se utiliza con autorización en el presente documento. Es posible que no todos los servicios estén disponibles en todas las áreas y que el programa sufra modificaciones (incluidas las cuotas mensuales y de inscripción o el período introductorio) o se interrumpa en cualquier momento.

Tiene acceso a nuestros programas de bienestar a través de su inscripción actual en Health Net of California, Inc. Nuestros programas de bienestar no forman parte de los planes de beneficios médicos comerciales de Health Net. No están afiliados a la red de proveedores de Health Net y sus servicios pueden revisarse o retirarse sin previo aviso. Estos programas, incluido el acceso a médicos clínicos, son recursos adicionales que Health Net pone a disposición de las personas inscritas. La información que se proporciona no debe reemplazar la atención médica profesional. Siga siempre las instrucciones de su proveedor de atención de salud.

Health Net of California, Inc. es una subsidiaria de Health Net, LLC y Centene Corporation. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todas las demás marcas comerciales/marcas de servicio identificadas continúan siendo propiedad de sus respectivas compañías. Todos los derechos reservados.

BKT066418SNOO (4/26)