



Cuando un ser querido ha cambiado

¿Qué sería de las festividades sin las tradiciones familiares que conocemos y esperamos? Ya sea la salsa de carne especialidad de su hermana o las versiones desentonadas de sus canciones preferidas, parece que algunas cosas nunca cambian de una temporada a la siguiente.

Pero cuando vuelve a su ciudad por las fiestas para visitar a su mamá, se da cuenta de que algunas cosas *han* cambiado —ella ha cambiado. La salsa de arándanos que lleva haciendo de memoria desde siempre, por ejemplo. Cuando va a hacerla esta vez, no parece recordar cómo se llama o qué lleva. También hay otras cosas, detalles pequeños que hacen que no parezca la misma. La mujer que siempre se unía rápidamente a las conversaciones ahora parece tener problemas para encontrar la palabra adecuada. El otro día le llamó al televisor “caja de imágenes”.

Continúa en la página 2



ÍNDICE:

Pregunte a Servicios para Miembros:	
El mejor momento para llamar	3
Una vacuna para acabar con la gripe	4
Los cuidadores también necesitan un poco de cariño	5
La estafa de los hospicios va en aumento	6
Nuevos beneficios para audífonos	6
¿Tendrá que pagar menos por sus medicamentos con receta en el futuro?	7

“ Todos tenemos el mismo objetivo: mantenerle saludable e independiente”.

Continúa de la portada

Los olvidos y la pérdida de memoria son una parte normal de envejecer, pero también podrían ser signos de demencia, la cual afecta a la memoria y al comportamiento. La enfermedad de Alzheimer es la más conocida, pero hay otras formas de demencia que tienen síntomas similares. Las fiestas son una buena oportunidad para darse cuenta de cualquier cambio en el comportamiento de un ser querido desde la última vez que lo vio.

A qué debe estar atento

La enfermedad de Alzheimer es una afección del cerebro que produce un lento declive en la memoria y en la habilidad de pensar y razonar. Es más común entre las personas de más de 65 años, pero también puede afectar a gente más joven. Los síntomas varían de una persona a otra, pero hay preguntas que puede hacer sobre los cambios que está notando en el comportamiento de su ser querido.

- ¿Tiene problemas para recordar fechas importantes, caras familiares y otra información que normalmente debería saber? ¿Se olvida de para qué se usan cosas comunes? ¿Pide la misma información una y otra vez?
- ¿Tiene problemas para hacer un seguimiento de las facturas, cuadrar la chequera o llevar a cabo otras tareas con números o de varios pasos?
- ¿Se olvida de cómo hacer tareas cotidianas como manejar hasta la tienda o dar de comer al gato? ¿Pierde cosas y luego no puede recordar dónde es posible que las haya dejado?
- ¿Pierde su ser querido la noción del tiempo, del mes o de la estación? ¿Hay veces en las que no sabe dónde está o cómo llegó allí?
- ¿Tiene problemas para seguir una conversación o encontrar la palabra adecuada? ¿No entiende el sarcasmo? ¿Se queda mirando a un objeto o al vacío durante largos períodos de tiempo?
- Está tomando decisiones equivocadas que normalmente no tomaría, especialmente en relación con el dinero, o dice cosas inapropiadas?
- ¿Ha perdido su familiar o amigo interés en las cosas que le solían gustar como tocar el piano, ver partidos de fútbol en TV o reunirse con los amigos? ¿Ha notado que su madre, a la que normalmente le encantaba estar rodeada de los niños de la familia, ahora se molesta fácilmente por el ruido que hacen?

Tener cualquiera de estos síntomas no indica necesariamente que haya Alzheimer, pero los cambios en el comportamiento habitual y la personalidad de un ser querido son señales de alerta de que algo va mal. Es importante averiguar lo que es.

Cómo ayudar

En primer lugar, no ignore los signos de advertencia suponiendo que van a desaparecer solos. Dígame a su ser querido que ha notado algunos cambios en su comportamiento y ofrézcale ayuda. Recomiéndele que haga una cita con un médico y esté disponible para acompañarle. Es posible que el médico pida pruebas para determinar la capacidad de memoria de su ser querido, sus habilidades de razonamiento y la actividad cerebral.

Al igual que con muchas otras afecciones, detectar el Alzheimer temprano puede hacer posible que el médico recomiende tratamientos que quizás aporten algún alivio y le permitan a su ser querido mantenerse independiente durante la mayor cantidad de temporadas festivas posible.

¿Y si es usted?

¿Y qué sucede si es usted el que ha sentido algunos de estos síntomas? A veces no notamos cambios en el día a día, así que tómese en serio estos comentarios. Acuda a su médico y dígame qué inquietudes tiene su familia al respecto. Y sea sincero con cómo se siente. Todos tenemos el mismo objetivo: mantenerle saludable e independiente. Así que debemos colaborar para encontrar soluciones que le ayuden a mantenerse de ese modo.



Mensaje del CEO: Estamos CON usted

Cuando lea esto, ya habrá sido elegido el nuevo Presidente de los Estados Unidos. Las fiestas estarán en todo su esplendor. Y probablemente esté cansado de toda la información sobre planes de atención médica que ha recibido durante el período de inscripción anual (AEP).

Cuando termine el AEP el 7 de diciembre, esperamos que siga CON SCAN. Trabajamos arduamente para ofrecerle beneficios con un auténtico valor todos los años —beneficios que usted nos ha pedido. Por ejemplo, muchos nos han dicho que les gustaría recibir ayuda con el costo de los medicamentos con receta. En la página 7, leerá sobre la red de farmacias preferidas que estamos presentando en 2017.

También les hemos escuchado pedirnos una mejor cobertura para los audífonos (nótese el juego de palabras). Consulte en la página 6 más información sobre nuestros beneficios para audífonos de 2017. Y estos son solo un par de ejemplos de lo que verá en el año próximo. Pero hay otra parte importante de su SCAN Health Plan que quiero señalar.

Tiene a su disposición a todo el equipo de Servicios para Miembros. Si no ha llamado todavía a Servicios para Miembros, le invito a hacerlo. Se dará cuenta muy rápido de por qué muchos miembros tienen siempre a mano el número de Servicios para Miembros y su dirección de correo electrónico. Si tiene alguna pregunta sobre sus beneficios, un cumplido para su médico o incluso un problema con su atención médica, llame a Servicios para Miembros. Para eso estamos aquí.

En nombre de todos en SCAN, acepten nuestros más cálidos deseos para una feliz temporada festiva y un Año Nuevo saludable.

CON agradecimiento,

Chris Wing
Presidente y Director Ejecutivo
SCAN Health Plan

La Directora Médica Ejecutiva, la Dra. Romilla Batra, es solo uno de los empleados de SCAN que aprovecharon la oportunidad de vacunarse contra la gripe que ofrece SCAN a sus empleados todos los años. ¿Ya se han vacunado contra la gripe este año?



RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS REALIZADAS A SERVICIOS PARA MIEMBROS



No tengo una emergencia, pero me gustaría hacer una pregunta sobre mis beneficios. ¿Cuál es el mejor momento para llamar a Servicios para Miembros?

El equipo de Servicios para Miembros de SCAN está listo para responder preguntas sobre sus beneficios y ayudarle con otros asuntos relacionados con el plan de salud de 8 a. m. a 8 p. m. Durante este momento del año, están disponibles los 7 días de la semana para abordar preguntas sobre los nuevos beneficios. (A partir del 15 de febrero estarán abiertos de lunes a viernes).

Al igual que la mayoría de negocios, nuestros defensores de Servicios para Miembros están más ocupados por la mañana, los lunes y el día después de un festivo.

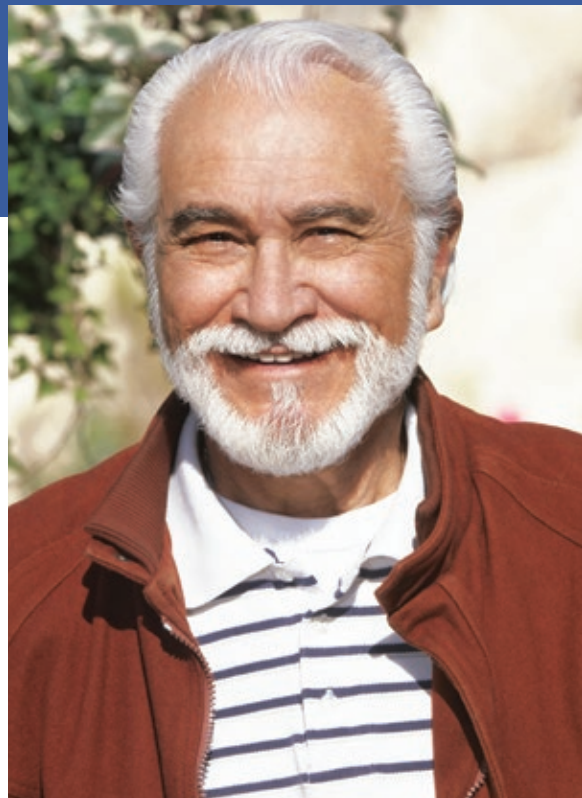
Si su llamada puede esperar, suele ser más fácil comunicarse con ellos de miércoles a viernes, después de las 3 p. m. y durante el fin de semana.

¿Puedo llamar al mismo número para programar traslados en 2017?

Depende. Los miembros de Ventura y San Diego llevan usando el servicio de traslados, MedTrans, todo el año pasado. Desde enero, MedTrans proporcionará traslados a todos los miembros que tengan beneficios de transporte.

Si el transporte forma parte de sus beneficios de SCAN, recibirá una tarjeta nueva de transporte con el número de teléfono de MedTrans. Llegará con su tarjeta de ID de SCAN de 2017. No se olvide de reemplazar su tarjeta anterior de transporte con la nueva. El número de teléfono anterior ya no funcionará.

Para reservar traslados para sus citas médicas en 2017, llame al: **1-844-714-2218**.



Una vacuna para acabar con la gripe

Una vez al año, todos los años

Todos los años en esta época la gente empieza a hablar de la vacuna anual contra la gripe. Quizás su médico se la haya recomendado o alguno de sus amigos ya la han recibido. Si se pregunta si de verdad necesita la vacuna contra la gripe o si está pensando que ya lo hará más tarde, hay buenas razones para que no lo retrase más.

¿Por qué es necesaria la vacuna contra la gripe?

Enfermarse de gripe no solo le hará sentirse fatal, sino que también puede ser muy peligroso para usted y para las personas que le rodean. Las personas mayores, en particular, están en riesgo de desarrollar complicaciones relacionadas con la gripe que pueden acarrear hospitalizaciones o situaciones peores. Una de las mejores formas de evitar enfermarse es recibir la vacuna contra la gripe.

¿Por qué ahora?

Hay buenas razones por las que ahora es el mejor momento para vacunarse contra la gripe.

1. La temporada de la gripe ya ha empezado y empeorará a medida que más personas se contagien y la transmitan a los que les rodean. Vacunarse temprano reduce sus posibilidades de enfermarse.
2. Ya se vacunó el año pasado, así que piensa, ¿por qué molestarse con una vacuna otra vez? Como cada temporada de la gripe es diferente, la vacuna contra la gripe también es diferente cada año. La vacuna se prepara cada temporada de la gripe para proteger su cuerpo contra los tipos más comunes de gripe que se esperan para esa temporada. Así que incluso si no recibió la vacuna contra la gripe del “año pasado” hasta marzo, todavía necesita una para esta temporada de la gripe.
3. La protección de la vacuna contra la gripe del año pasado solo dura un período determinado en su cuerpo, así que necesita vacunarse cada año.
4. La vacuna necesita dos semanas desde que la recibe para empezar a protegerle contra la gripe —esa es otra de las razones por las que debe vacunarse temprano, antes de que la temporada de la gripe esté en plena acción.

¿Y qué sucede si me enfermo igual de la gripe?

Siempre existe la posibilidad de que se enferme de la gripe aunque se haya vacunado. Lo bien que funciona la vacuna depende de muchas cosas, como su edad y su estado de salud, y en qué medida se corresponden los virus de la vacuna con los tipos de gripe que están circulando en la comunidad. Pero incluso si se enferma después de recibir la vacuna, esta todavía puede evitar que la gripe empeore.

ESTÉ PREPARADO CONTRA LA GRIPE

Recibir la vacuna contra la gripe este año es lo mejor para esquivar a la gripe. Estos son otros pasos que puede tomar para proteger su salud —y la de sus seres queridos:

- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón, o use un desinfectante para manos con alcohol.
- No toque con las manos los ojos, la nariz o la boca.
- Limpie las superficies y los objetos que puedan estar contaminados con gérmenes con un desinfectante, como Lysol.
- Tápese la nariz y la boca con un pañuelo de papel cuando estornude o tosa. Luego, tírelo en la basura.
- Si tiene fiebre, quédese en casa hasta que ya no la tenga (sin fiebre sin estar bajo los efectos de medicamentos que la reducen, como Tylenol) durante 24 horas como mínimo.

CUÁNDO ACUDIR AL MÉDICO

Si acaba teniendo una gripe, esperamos que sea leve. Pero preste atención a cómo se siente. Los Centros para el Control de enfermedades (www.cdc.gov/takingcare) indican que estos síntomas requieren una visita a la sala de emergencias:

- Falta de aliento o dificultad para respirar
- Dolor o presión en el pecho o el abdomen
- Mareos repentinos
- Confusión
- Vómitos intensos o persistentes
- Síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego regresan con fiebre y tos más fuerte



¡Los cuidadores también necesitan un poco de cariño!

Si es el cuidador de su cónyuge o de uno de sus padres, es posible que reconozca y responda rápidamente a las necesidades de su ser querido. Pero, ¿está teniendo en cuenta cómo se siente usted mental y físicamente, y dándose la misma atención que a la persona que cuida?

No es inusual que los cuidadores que están tan atentos a las necesidades de sus seres queridos no reconozcan cómo afecta esto a su propia salud y bienestar. O quizás reconozcan los signos, pero no sepan de dónde sacar el tiempo o la energía para hacer algo al respecto. Pero recuerde que si no se cuida a sí mismo no podrá cuidar de esa persona que depende de usted.

Hágase estas preguntas...

- ¿Siente una montaña rusa de emociones, enfadado un minuto y triste el siguiente?
- ¿Ha perdido interés por las cosas que solía hacer y por la gente con la que solía pasar tiempo?
- ¿Tiene que obligarse a sí mismo a comer? O, ¿tiene hambre todo el tiempo?
- ¿Se siente agotado, incluso después de dormir toda la noche?
- ¿Parece que se enferma más a menudo y tarda más tiempo en curarse?

Muchas personas responden afirmativamente a estas preguntas en un momento u otro, pero si se siente así de forma regular, es posible que tenga estrés que podría afectar su salud y su capacidad para cuidar de su ser querido.

¿Qué puede hacer?

Comience mostrándose a sí mismo algo del mismo cariño que le dedica a su ser querido. Tome una dieta nutritiva y haga lo posible para disfrutar de un sueño reparador. Haga un horario para todos los días que incluya tiempo para algo que le guste, ya sea un crucigrama, llamar a un amigo o dar un paseo. Por último, pida ayuda a otras personas. Si no está seguro de cómo, puede empezar así:

- Dígame a su médico que es un cuidador e indíquele si está deprimido o no puede dormir o comer.
- Cuando los amigos o familiares vengan de visita y le pregunten qué pueden hacer para ayudar, esté listo para sugerir algo, como comprar algunos alimentos o cubrir su turno durante una hora para que pueda ir al gimnasio.
- Considere participar en un grupo de apoyo en el que entiendan su situación porque ellos estén pasando por lo mismo. Busque grupos de apoyo gratuitos en su área que ofrezca un hospital cercano, su iglesia, una agencia local para personas mayores o incluso por Internet.

Ser un cuidador puede parecer un trabajo solitario, pero hay personas que están dispuestas a ayudar —si las deja.

Cuando no todo es perfecto durante las fiestas

Todos hemos visto los especiales de televisión: las fiestas son momentos de felicidad repletos de amor, risas y alegría, ¿verdad? Pero en realidad, para muchas personas las fiestas son un momento especialmente triste. Las exigencias y las expectativas de la temporada pueden dejar a las personas tristes, ansiosas y de cualquier forma menos felices.

Decida qué es más importante.

¿Preferiría comprar demasiados regalos o no estar cargado de deudas cuando se acaben las fiestas? ¿Ir a todas las fiestas o pasar tiempo de calidad con buenos amigos? Resista la tentación de gastar demasiado, comprometerse a demasiados eventos y hacer excesos.

Sepa que los problemas no se toman vacaciones.

Es más, puede sentirse peor si espera que sus problemas desaparezcan por un tiempo —pero no sucede así. Es posible que se sienta resentido y enojado de que sus problemas interfieren con sus vacaciones.

No se aferre al pasado. Es natural que los familiares y amigos que no se ven a menudo hablen sobre el pasado, pero esto puede ser difícil para las personas que han perdido a alguien.

Tómese un descanso de las redes sociales.

Es fácil temer que se está perdiendo algo al repasar la lista de vacaciones y fiestas de otras personas y ver cómo disfrutaban —sin usted. En lugar de ello, póngase al día con sus amigos a través del teléfono o del correo electrónico.



LA ESTAFA DE LOS HOSPICIOS VA EN AUMENTO

Escribimos sobre esta estafa en la edición de marzo/abril de SCAN Club y nuestra Unidad de Investigaciones Especiales todavía está recibiendo informes de miembros que se encuentran personalmente con esta estafa. **Debe estar atento a lo siguiente.**

Por ejemplo: Se da cuenta de que en su resumen mensual (Explicación de beneficios de la Parte C) de SCAN aparece “hospicio” como uno de los servicios que ha recibido. Pero... usted nunca ha necesitado ni usado dicho servicio.

Qué podría estar sucediendo: Es posible que haya sido víctima de la estafa de los hospicios. Hay estafadores que han estado inscribiendo a personas mayores en todo el país en cuidados de hospicio cuando no eran necesarios o no los recibían, solo para poder enviar (los estafadores) facturas fraudulentas a Medicare.

Por qué es perjudicial para usted: Desafortunadamente, una vez que la inscriben en un hospicio, es posible que una persona mayor ya no esté cubierta por los servicios que cubre Medicare Advantage. Esto significa que algunas personas mayores están recibiendo denegaciones por servicios y pagos, y tienen que correr ellos con los cargos.

Cómo lo hacen: Los estafadores obtienen su información personal prometiéndole los incentivos de un “nuevo” tipo de cuidado de hospicio, o robando su información personal e inscribiéndole en un hospicio sin que usted o su médico lo sepan.

¿Qué puede hacer?: Si su resumen mensual indica servicios que usted no recibió, o si recibe comunicaciones sobre la inscripción a un hospicio, llame inmediatamente a Servicios para Miembros de SCAN. Y recuerde que no debe compartir nunca información personal, como sus números de Medicare y del Seguro Social, con una persona que no conozca.

Para obtener más información sobre estas estafas y qué hacer, busque en el sitio web de SCAN “Fraud and Member Protection Resources” (Estafas y recursos de protección para los miembros).

QUÉ NOVEDADES HAY EN LOS BENEFICIOS



Mejores beneficios para audífonos

Si usa un audífono o va a necesitar uno próximamente, ¡estas son las noticias que desea escuchar! Desde enero, en lugar de recibir una asignación para aplicar al precio de sus audífonos, podrá comprar el audífono por una tarifa plana de \$699 o \$999, dependiendo de la opción que elija. Eso significa que estará seguro de cuánto costarán los audífonos antes de comprarlos.

SCAN cubre hasta dos audífonos por año cuando los compre a través del programa TruHearing Select. Sus beneficios también incluyen tres visitas de seguimiento con un médico dentro de la red para asegurarse de que el audífono se ajusta bien.

Si cree que es posible que necesite un audífono, llame a TruHearing al **1-844-255-7148 (TTY 1-800-975-2674)**. Para más información sobre los beneficios mejorados para audífonos, revise su Evidencia de cobertura o comuníquese con Servicios para Miembros.

Pregunte a un Auxiliar de Personas Mayores

Las tradiciones son importantes para muchos de nosotros durante las fiestas. Sin embargo, nuestras vidas pueden cambiar mucho con el paso de los años, y a menudo también cambian nuestras tradiciones especiales. Les preguntamos a algunos de nuestros Auxiliares de Personas Mayores qué tradiciones de las fiestas les gustan más: **¿Cuál es su tradición actual preferida durante las fiestas?**



“Ahora que estoy sola, suelo ir a la casa de mi prima para celebrar la cena de Navidad con su familia. Normalmente hay unas 10 o 12 personas alrededor de la mesa del comedor. Su yerno cocina y trae todo a su casa. Tiene un viñedo y una pequeña bodega, así que siempre podemos probar vinos diferentes. Normalmente llevo un aperitivo y mi prima hace las tartas. Después de cenar, jugamos a varios juegos”.

Sally Colby, edad: 74, miembro desde 2013, Santa Rosa

“Cuando era niña, nuestra familia solía visitar a una amiga cercana y a su familia para el postre. Uno de los postres no tenía ni nombre, lo llamábamos gelatina y helado. Aunque esos familiares ya nos han dejado, mi madre continuó con la tradición de hacer gelatina y helado para Acción de Gracias. Y cuando empecé a cocinar yo para las fiestas, también lo hacía. Hasta el día de hoy, la cena de Acción de Gracias no está completa sin este postre, acompañado de los recuerdos de aquellos que celebraban las fiestas con nosotros y ahora añoramos”.

Dottie Sabo, edad: 72, miembro desde 2009, Encino



¿Tendrá que pagar menos por sus medicamentos con receta en el futuro?



Tenemos buenas noticias para usted: pronto tendrá la oportunidad de pagar aún menos que ahora por muchos de sus medicamentos.

P. ¿Cómo puedo pagar menos por mis medicamentos?

R. Desde 2017, puede surtir sus medicamentos con receta en una de las farmacias de la red de farmacias preferidas (Preferred Pharmacy Network, PPN) de SCAN y pagar copagos aún más bajos de lo que paga ahora por sus medicamentos con receta.

P. ¿Qué es una farmacia preferida?

R. Una farmacia preferida es una farmacia de nuestra red actual que ha aceptado ofrecer ahorros adicionales para los miembros de SCAN. Las farmacias que han decidido continuar con los mismos copagos para muchos medicamentos con receta forman parte de lo que ahora se conoce como red estándar.

P. ¿Cómo sé si la farmacia que uso ahora está en la red de farmacias preferidas?

R. Puede encontrar una lista completa de todas las farmacias en la PPN en Internet en www.scanhealthplan.com. Si desea que le envíen por correo una copia impresa del directorio de farmacias y proveedores, llame a Servicios para Miembros o solicite una en el sitio web de SCAN. Pero esta lista le indica dónde estarán la mayoría de las farmacias de nuestra red en 2017: ya sea en la red de farmacias preferidas o en la red estándar.

Red de farmacias preferidas	Red de farmacias estándar
Ahorros en muchos de sus medicamentos con receta	Los mismos copagos en muchos de sus medicamentos con receta
■ Albertsons ■ Costco ■ Pedidos por correo de Express Scripts ■ Rite Aid ■ Farmacias de red independiente seleccionadas ■ Walgreens	● CVS ● Medicine Shoppe ● Ralphs ● Farmacias de red independiente seleccionadas ● Target

P. ¿Cuánto ahorraré cuando vaya a una farmacia preferida?

R. La cantidad exacta del ahorro dependerá de su plan de SCAN, pero la mayoría de los miembros ahorrarán entre \$3 y \$5 de promedio en cada medicamento que surtan con un suministro para 30 días de los niveles 1 a 4 del Formulario. Para algunos miembros, ¡eso significa \$0 para los medicamentos del nivel 1!

P. La farmacia que uso ahora es una farmacia estándar. ¿Cómo cambio mis recetas a una farmacia preferida?

R. Cambiar de farmacia es fácil.

- Lleve un frasco de sus medicamentos con la etiqueta a su nueva farmacia.
- O llame a su nueva farmacia y pídales que obtengan sus recetas de la farmacia que usa ahora.

P. Me gusta mi farmacéutico. ¿Puedo seguir usando la farmacia que uso ahora?

R. Por supuesto. La elección es suya.

- Si usa una farmacia de la red estándar, puede seguir comprando la mayoría de sus medicamentos con receta con los mismos copagos que en 2016.
- Si ya está usando una farmacia que forma parte de la red PPN o si cambia a una farmacia de la red de farmacias preferidas, recibirá automáticamente los precios más bajos por muchos de sus medicamentos con receta a partir del 1 de enero de 2017.

El Formulario, la red de farmacias y/o la red de proveedores pueden cambiar en cualquier momento. Recibirá un aviso cuando sea necesario.

¿Necesita asistencia? **SCAN** está aquí para ayudar.



Información sobre ventas
1-800-915-7226; TTY: 711

De 8 a. m. a 8 p. m. hora del Pacífico (PT),
de lunes a viernes
(La información sobre ventas está disponible los 7 días
de la semana entre el 1 de octubre y el 14 de febrero.)



Servicios para Miembros
1-800-559-3500; TTY: 711

De 8 a. m. a 8 p. m. hora del Pacífico (PT),
los 7 días de la semana
Nota: Entre el 15 de febrero y el 30 de septiembre, los
mensajes recibidos durante los fines de semana y los días
feriados se contestarán en el plazo de un día laborable.



Síguenos en Facebook
www.facebook.com/scanhealthplan



Visite nuestro sitio web
www.scanhealthplan.com

El Formulario, la red de farmacias y/o la red de proveedores pueden cambiar en cualquier momento. Recibirá un aviso cuando sea necesario. Esta información no es una descripción completa de los beneficios. Comuníquese con el plan para obtener más información. Pueden aplicarse ciertas limitaciones, copagos y restricciones. Los beneficios, primas y/o copagos/coseguros pueden cambiar el 1 de enero de cada año. ATTENTION: If you speak another language, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-559-3500 (TTY: 711). ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-559-3500 (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 1-800-559-3500 TTY 711。

SCAN Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. SCAN Health Plan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. SCAN Health Plan 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視 任何人。



SCAN Club Editor
3800 Kilroy Airport Way, Suite 100
Long Beach, CA 90806-5616
SCANClub@scanhealthplan.com

NON PROFIT ORG
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT 1333
SANTA ANA CA

SCAN Health Plan® es un plan HMO con un contrato de Medicare. La inscripción en SCAN Health Plan depende de la renovación del contrato. Hay otros proveedores disponibles en nuestra red.

Información de prevención o salud y bienestar

Y0057_SCAN_9977_2016F_SP File & Use Accepted 10212016

G10126 11/16

scanclub



4 Una vacuna para acabar con la gripe



5 Los cuidadores también necesitan un poco de cariño



7 ¿Tendrá que pagar menos por sus medicamentos en el futuro?