



Make the most of your coverage

We appreciate you being a member of IlliniCare Health. We want to help you be the healthiest you can be.

As a member, you have many benefits. Be sure you understand them. Then you can get the most from your healthcare insurance.

Did you know that IlliniCare Health can help you find a doctor and help you get to your appointments? Also, important health tests can cost you nothing when you visit providers who work with IlliniCare Health.

Member Services can assist in many ways. Call if you have any questions about your care or your coverage. Or call if you need a paper copy of anything on our website. You can also learn a lot from your member handbook. Member Services can send you a member handbook or an ID card if you lose yours.

Call ICP & FHP: **1-866-329-4701**; MLTSS: **1-844-316-7562**; TTD/TTY: **1-866-811-2452**. Or visit **www.IlliniCare.com**.

Aproveche al máximo su cobertura

Apreciamos que sea miembro de IlliniCare Health. Queremos ayudarlo a que esté lo más sano posible.

Como miembro, usted tiene muchos beneficios. Asegúrese de entenderlos. Así podrá obtener lo máximo de su seguro de atención médica.

¿Sabía usted que IlliniCare Health puede ayudarlo a encontrar un médico y a llegar a sus citas? Además, puede que no pague nada por importantes pruebas de salud cuando visita proveedores que trabajan con IlliniCare Health.

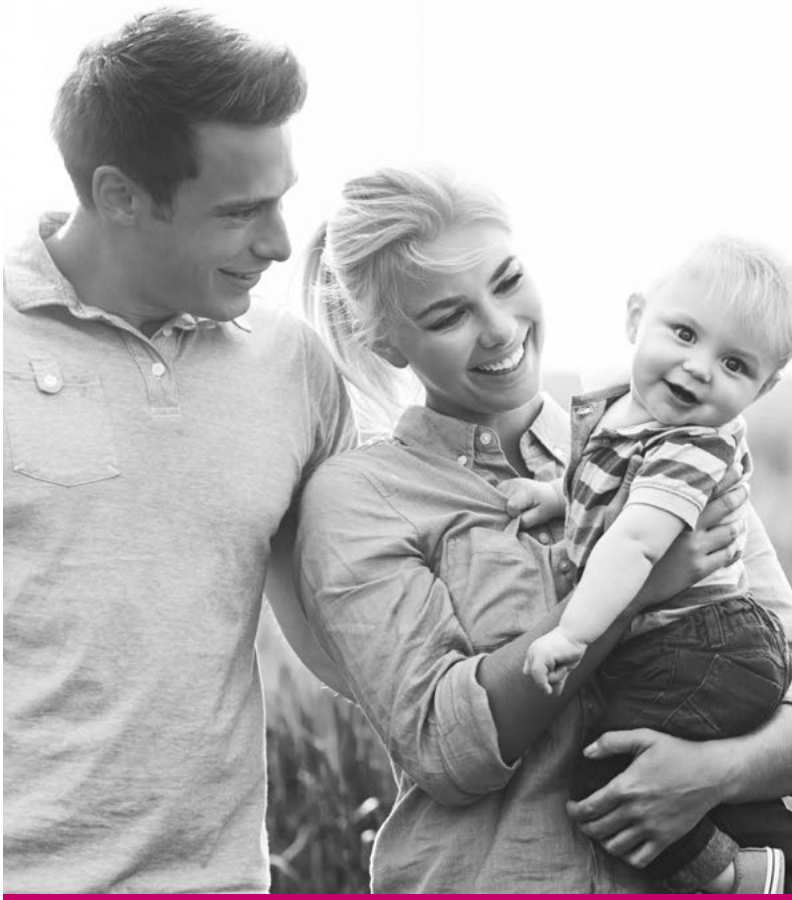
Servicios para Miembros puede ayudar de muchas maneras. Llame si tiene preguntas sobre su atención o su cobertura. O llame si necesita una versión impresa de cualquier información que figura en el sitio web. También puede obtener mucha información del manual para miembros. Servicios para Miembros puede enviarle un manual para miembros o su tarjeta de identificación de miembro si pierde la suya.

Llame a ICP & FHP: **1-866-329-4701**;

MLTSS: **1-844-316-7562**;

TTD/TTY: **1-866-811-2452**.

O visite **www.IlliniCare.com**.



The right care for you

Getting care that is right for your age and your health needs is important.

When your kids are young, they see a doctor, called a pediatrician, who knows all about kids' health. But when they grow up, their health needs change. That is when it is time to move to a doctor who knows about adult health.

Your doctor and your health plan can help you and your child make this change. If you need help finding a new doctor, talk with your doctor. Or call Member Services, ICP & FHP: **1-866-329-4701**; MLTSS: **1-844-316-7562**; TTD/TTY: **1-866-811-2452**.

Your opinion counts

Every year, we use a survey to ask our members how we are doing. If you completed our survey, thank you. Hearing from you is how we make our services better.

Here is what we learned from our Integrated Care Program (ICP) members in 2016.

Goals met:

- Health promotion and education
- Doctors who communicate well

Working on:

- Improving our network of specialists
- Improving the coordination of care between the member, health plan and providers

IlliniCare Health will be sending out a new survey soon. If you get this survey, please complete it!

Checkups help you stay well

Checkups help you stay ahead of health problems.

They are time for you and your doctor to:

- Discuss how you are feeling.
- Measure signs of your health, such as your weight and your blood pressure.
- Schedule health tests, such as cancer screenings.
- Talk about ways to eat better and be active.
- Review any chronic illnesses. For example, do you have asthma? Are your symptoms under control?
- Tell your doctor about your other healthcare providers. For example, are you seeing a specialist?

Here is how to prepare for your next checkup:

- Write down questions.
- Make a list of your medications. Include over-the-counter and prescription drugs, as well as any supplements you are taking.
- Ask yourself, am I taking my medicine properly? Am I having any side effects?

Lastly, do not forget to bring your ID card.



La atención adecuada para usted

Es importante que reciba la atención adecuada para su edad y para sus necesidades de atención médica.

Cuando sus hijos son jóvenes, ven a un médico, llamado pediatra, que sabe todo acerca de la salud de los niños. Pero cuando crecen, sus necesidades de salud cambian. Allí es cuando llega el momento de cambiar a un médico que sepa sobre la salud de los adultos.

Su médico y su plan de salud pueden ayudarlo a usted y a su hijo a hacer este cambio. Si necesita ayuda para encontrar un nuevo médico, hable con su médico. O llame a Servicios para Miembros, ICP & FHP: **1-866-329-4701**; MLTSS: **1-844-316-7562**; TTD/TTY: **1-866-811-2452**.

Su opinión importa

Cada año, usamos una encuesta para preguntar a nuestros miembros sobre nuestro desempeño. Si ya completó la encuesta, gracias. Al saber su opinión, podemos mejorar nuestros servicios.

Esto es lo que hemos aprendido de los miembros del Programa de Cuidados Integrados (ICP, por sus siglas en inglés) en 2016.

Objetivos alcanzados:

- Promoción y educación sobre salud
- Médicos que se comunican bien

Estamos trabajando en lo siguiente:

- Mejorar nuestra red de especialistas
- Mejorar la coordinación de la atención entre el miembro, el plan de salud y los proveedores

IlliniCare Health pronto enviará una nueva encuesta. Si recibe la encuesta, ¡por favor complétela!

Los chequeos lo ayudan a mantenerse sano

Los chequeos lo ayudan a anticiparse a los problemas de salud. Son un momento para que usted y su médico:

- Hablen sobre cómo se siente.
- Midan síntomas de su salud, tales como el peso y la presión arterial.
- Programen pruebas de salud, como pruebas de detección del cáncer.
- Hablen sobre las maneras de comer mejor y de estar activo.
- Revisen cualquier enfermedad grave. Por ejemplo, ¿tiene asma? ¿Tiene los síntomas bajo control?
- Hable con su médico sobre otros proveedores de atención médica. Por ejemplo, ¿consulta a un especialista?

A continuación la explicamos cómo prepararse para su próximo chequeo:

- Escriba preguntas.
- Haga una lista de sus medicamentos. Incluya medicamentos de venta libre, medicamentos recetados y los complementos que toma.
- Pregúntese, ¿estoy tomando bien los medicamentos? ¿Tengo efectos secundarios?

Por último, no se olvide de llevar su tarjeta de identificación de miembro.

ILLINICARE HEALTH

PO Box 92050
Elk Grove Village, IL 60009-2050

ICP & FHP: 1-866-329-4701

MLTSS: 1-844-316-7562

www.IlliniCare.com

Published by Manifest LLC. © 2017. 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. © 2017. 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.



Speak up today about **tomorrow's care**

What would you do if you could not make decisions about your healthcare? Who will speak for you? Will they know your wishes about medical care?

People of all ages should document their wishes about future care. An advance directive lets you do this. You do not need a lawyer to complete one. Your doctor can help you.

Learn more and view your state's advance directive at **caringinfo.org**.

Hable hoy sobre la atención de mañana

¿Qué haría usted si no pudiera tomar decisiones sobre su atención médica? ¿Quiénes hablará en su nombre? ¿Sabrán sus deseos sobre su atención médica?

Personas de todas las edades deben documentar sus deseos acerca de la atención médica futura. Una directiva anticipada le permite hacerlo. No necesita un abogado para completarla. Su médico puede ayudarlo.

Obtenga más información y vea la directiva anticipada de su estado en **caringinfo.org**.