

Primer trimestre de 2022

Programa de Alfabetización de Iowa Total Care

Iowa Total Care sabe
de la importancia de
la alfabetización y de
incentivar a los niños a leer.
Visite nuestro sitio web para
encontrar recursos y organizaciones
que apoyan la alfabetización en Iowa.

- Conozca sobre nuestras 100 escuelas en Iowa y 100 Head Starts en Iowa.
- Obtenga kits de herramientas de lectura y apoyo para sus hijos.
- Mire los videos para niños de Doc the Dog.



¡Queremos escucharlo!



Queremos mejorar su experiencia como afiliado de Iowa Total Care. Se han enviado encuestas a un grupo de afiliados de Iowa Total Care seleccionados al azar. Si recibe la encuesta, complétela y devuélvala lo antes posible.

Todas las encuestas de Iowa Total Care serán distribuidas y recopiladas por SPH Analytics. Tenga en cuenta que en esta encuesta no se recopilará ninguna información personal o identificable. **Todas las respuestas de la encuesta son confidenciales.**



¡El nuevo manual para afiliados ya está disponible! Encuentre el nuevo manual en el sitio web de Iowa Total Care.

IowaTotalCare.com f



HISTORIA DE UN AFILIADO:

Del desamparo a la esperanza

Un afiliado de Iowa Total Care comenzó su vida de manera difícil. Fue adoptado cuando era pequeño y creció en una familia que no le brindó mucho apoyo ni amor incondicional.

Los administradores de casos reconocieron el anhelo de independencia del afiliado. Le ofrecieron asesoramiento y comenzaron a plantear los objetivos para su futuro. Aunque el

se volvió restrictiva, y decidió huir.

progreso iba bien, la vida hogareña del afiliado

Los administradores de casos trabajaron duro para rastrear al afiliado. Este residió en casas de diferentes amigos y se mantuvo en movimiento. En todo momento, el personal de Iowa Total Care se aseguró de que tuviera sus medicamentos y los documentos importantes sin importar dónde se encontrara. Le ofrecieron apoyo cuando más lo necesitaba.

Ahora, el afiliado tiene su propio apartamento y un perro. Además, obtuvo su licencia de conducir y un trabajo nuevo. En apenas seis meses, la vida del afiliado dio un giro completo. Todo fue gracias

a que el afiliado y los administradores de casos se negaron a perder la esperanza de que las cosas podían mejorar. Y así como en un cuento de hadas, el afiliado tuvo su final feliz.



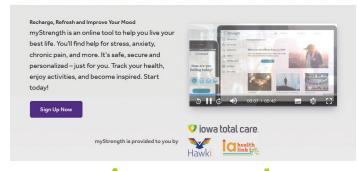
¡Póngase en contacto con especialistas en Vivienda y Recursos!

El Equipo de Recursos de Iowa
Total Care puede ayudarlo
a conectarse con recursos
comunitarios, como opciones
de vivienda y asistencia fiscal.
Comuníquese con un especialista
en Vivienda enviando un correo
electrónico a Housing_ITC@
IowaTotalCare.com. Comuníquese
con un especialista en Recursos
enviando un correo electrónico
a ITC_Resource_Referral@
IowaTotalCare.com.

Alimentación saludable con Iowa Total Care

¡Dedicamos este mes a la alimentación saludable! Únase a nosotros visitando nuestra página web Esté bien. Coma bien, donde tenemos muchos recursos para ayudarle a mejorar su salud:

- Clases de cocina con opciones aptas para niños, económicas y para personas diabéticas.
- Recetas saludables perfectas para todas las estaciones.
- Localización de jardines comunitarios cerca de usted.
- ¡Y mucho más!



¿Necesita apoyo de salud emocional?

Para obtener apoyo orientado a los niños, visite la sección Doc & Friends (Doc y sus amigos) en nuestra página Doc's Kids Club. Los afiliados de Iowa Total Care también pueden utilizar la herramienta en línea myStrength para obtener ayuda para el estrés, la ansiedad, el dolor crónico y mucho más. Encuentre apoyo adicional en nuestros folletos para adultos de FUH.



Los servicios de interpretación son parte de su plan de salud



Los servicios de interpretación se le brindan gratuitamente durante cualquier servicio o proceso de quejas. Esto incluye el lenguaje de señas estadounidense y la interpretación oral en tiempo real. Obtenga más información sobre nuestros servicios, como servicios de interpretación y apoyo personalizado, en nuestra página Información general de beneficios. También puede llamar a servicios para afiliados al 1-833-404-1061 (TTY: 711).

¿Necesita ayuda para entender su información de salud? Utilice estos materiales y recursos en lenguaje claro para ayudarle a comprender el significado de los términos y las frases médicas complicadas.



Recursos para el embarazo

Servicios limitados de doula actualmente disponibles

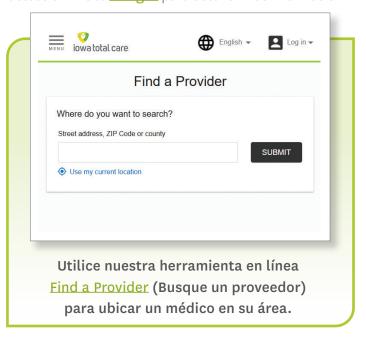
Actualmente, el Departamento de Salud Pública de Iowa ofrece servicios de doula para ayudar a las embarazadas afroamericanas y de raza negra durante el embarazo y después del parto. Este programa está disponible en los condados de Black Hawk, Dubuque, Polk y Scott, y el espacio es limitado. Busque el contacto en su zona para ver si cumple los requisitos.

Si está embarazada, es particularmente importante que acuda al médico durante las primeras 12 semanas. Las afiliadas de Iowa Total Care embarazadas pueden recibir las recompensas de My Health Pays® cuando completan un formulario de notificación de embarazo. Obtenga más información en nuestra página de Recursos para el embarazo.

¿Cuándo debo hacerme una prueba de detección de cáncer de colon?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU. recomiendan que todas las personas de entre 45 y 75 años se realicen una prueba de detección de cáncer colorrectal.

Es posible que las personas con antecedentes familiares de la enfermedad o con otras afecciones que podrían provocar cáncer colorrectal deban someterse a pruebas de detección antes de esa edad. Hable con su médico acerca de cuándo debe hacerse una prueba de detección. Visite cdc.gov para obtener más información.



3

IowaTotalCare.com Denos "Me gusta" en



Retribuyendo a la comunidad





Compartir la importancia de la lectura

Doc the Dog visitó las aulas de kindergarten de Monroe Elementary para hablar sobre la importancia de la lectura. Compartió recursos especiales de alfabetización y obsequios para ayudar a motivar a los lectores jóvenes de una manera divertida.



¡Criar superlectores! Iowa Total Care se asoció con Raising Readers en el condado de Story para proporcionar a los niños libros de calidad y apropiados

para su edad y programas de alfabetización. Este apoyo ayudará a Raising Readers a seguir mejorando el desarrollo del lenguaje y la alfabetización de los niños, desde el nacimiento hasta los 8 años, y a fomentar relaciones saludables entre padres e hijos.

Enlaces rápidos



Aplicación móvil

¡Perfecta para los afiliados estén donde estén! Acceda a los beneficios y a su tarjeta de identificación de afiliado, todo desde su teléfono inteligente. Descargue la aplicación Iowa Total Care para comenzar. Búsquela en App Store 0

Google Play.



Portal para afiliados

Tenga acceso en línea a su información de atención médica. reclamos, tarjetas de identificación y más. Visite Member. IowaTotalCare.com. Cree una nueva cuenta o inicie sesión.

¡Es gratis y fácil!



El médico está disponible 24/7*

Obtenga acceso a atención médica las 24 horas y los 7 días de la semana sin costo adicional.

- 1. Descargue la aplicación **Babylon Health.**
- 2. Use el código ITC para registrarse.

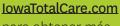
¡Programe hoy mismo una visita virtual! Busque Babylon Health en

App Store O Google Play.



Reciba dinero por su opinión!

Cualquier afiliado puede unirse a la Junta Consultiva de Partes Interesadas. Recibirán \$25 por participar en la próxima reunión del 1 de junio de 2022. Visite



para obtener más información.



:Conozca el boletín informativo Community Outreach!

Descubra cómo llevamos nuestras iniciativas a las comunidades de todo Iowa en el boletín informativo Community Outreach.

Denos "Me gusta" en IowaTotalCare.com



© 2021 Iowa Total Care. Todos los derechos reservados.

Iowa Total Care complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. | Iowa Total Care cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina en base a la raza, el color, el país de origen, la edad, la discapacidad o el sexo.

Language assistance services, auxiliary aids and services, larger font, oral translation, and other alternative formats are available to you at no cost. To obtain this, please call 1-833-404-1061 (TTY: 711). | Usted tiene a su disposición, sin costo alguno, servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, material impreso en letra más grande, traducción oral y otros formatos alternativos. Para obtener esto, llame al 1-833-404-1061 (TTY: 711). | 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。如需获得这些服务,请致电 1-833-404-1061 (TTY: 711).

Denos "Me gusta" en 🚹 IowaTotalCare.com



5