

2027

Somos Medicare...i Y mucho más!

GUÍA DE BENEFICIOS ADICIONALES

COMMUNITY FIRST
— PLANES MEDICARE ADVANTAGE (HMO) —
ALAMO DUAL (D-SNP)

[MedicareAlamo.com](https://www.MedicareAlamo.com)

BENEFICIOS ADICIONALES

Los planes **Community First Medicare Advantage Alamo (HMO)**, **Mezquite Dual (HMO D-SNP)** y **Bexar Dual (HMO D-SNP)** son planes HMO personalizados que ofrecen los mismos derechos y protecciones que Medicare Original, además de de beneficios adicionales, como cobertura dental, de la vista, de la audición y mucho más.

Utilice esta guía para conocer nuestros planes y los beneficios adicionales disponibles para usted.

AHORA es el momento de poner su salud y bienestar en primer lugar para disfrutar más tiempo haciendo las cosas que más le gustan.

CONTENIDO:

SISTEMA DE RESPUESTA PARA EMERGENCIAS.....	9
LÍNEA DE ENFERMERÍA LAS 24 HORAS	10
COMIDAS A DOMICILIO.....	11
PROGRAMAS DE SALUD Y BIENESTAR	12
EJERCICIO Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	13

SISTEMA DE RESPUESTA PARA EMERGENCIAS



Manténgase independiente en su propio hogar por más tiempo con Med-Call.



Los Miembros de Community First pueden vivir con tranquilidad sabiendo que cuentan con ayuda inmediata disponible en caso de una caída, lesión u otra emergencia médica a través del sistema de alerta personal Med-Call.

Med-Call es un sistema electrónico de monitoreo y respuesta a emergencias diseñado para conectarle con ayuda las 24 horas del día, los 7 días de la semana, con solo presionar un botón.

CÓMO FUNCIONA:

- 1** La estación de monitoreo recibe una alerta de emergencia.
- 2** La estación de monitoreo y el Miembro se comunican mediante audio bidireccional en el dispositivo para evaluar la situación.
- 3** Los contactos de emergencia (familiares, amigos) y las autoridades de emergencia reciben una llamada telefónica.
- 4** Se envía personal médico a su hogar si es necesario.

LÍNEA DE ASESORAMIENTO DE ENFERMERÍA LAS 24 HORAS



Como Miembro de Community First, usted tiene acceso a asesoramiento médico de personal de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

Nuestra línea de asesoría de enfermería está disponible para ayudarle con preguntas e inquietudes de salud, tales como:

"Fui al médico y tengo una pregunta de seguimiento."

"Veo borroso. ¿Qué debo hacer?"

"Me siento mareado e inestable ¿Necesito ir a urgencias?"

El personal de enfermería puede ayudarle a decidir si necesita ver a un médico, qué hacer si sus síntomas empeoran y qué puede comenzar a hacer en casa para sentirse mejor. También pueden recomendarle que vaya a un centro de atención de urgencias o a la sala de emergencias.

Línea de asesoramiento de enfermería 24/7:

Local: 210-227-2347 | Número gratuito: 1-800-434-2347 | TTY: 711

Servicios gratuitos de traducción disponibles.

En caso de una emergencia que ponga en peligro su vida o una extremidad, llame siempre al 911.

COMIDAS A DOMICILIO



Community First se asocia con Mom's Meals® para ofrecer un servicio de entrega de comidas a **los Miembros de Community First** después de una hospitalización.

Seleccionamos Mom's Meals® para apoyar a las necesidades nutricionales de nuestros Miembros porque:

- ✓ **Proporcionan alimentos nutritivos y de alta calidad**
- ✓ **Pueden comenzar las entregas entre 24 y 72 horas después de una derivación de su médico tratante**
- ✓ **Preparan comidas personalizadas según sus preferencias y necesidades**
- ✓ **Pueden proporcionar menús especiales adecuados para personas con diabetes y afecciones cardíacas**
- ✓ **Entregan comidas frescas y refrigeradas que pueden calentar en el microondas en solo minutos**



PROGRAMAS DE SALUD Y BIENESTAR



¿SABÍA
QUE



Los Miembros de Community First pueden unirse a los Programas de Salud y Bienestar diseñados para ayudarle a controlar una afección médica y mejorar su salud en general.

Nuestra familia de Programas de Salud y Bienestar:

- 1 **Asma Importa:** Programa de Manejo del Asma
- 2 **Diabetes en Control:** Programa de Manejo de la Diabetes
- 3 **Mente Sana:** Programa de Manejo de la Salud Mental
- 4 **Vida Saludable:** Programa de Manejo del Estilo de Vida
- 5 **Corazón Sano:** Programa de Manejo de la Presión Arterial

Nos enorgullece ofrecer programas diseñados para ayudarle a comprender mejor su condición y vivir su mejor vida.

Todos nuestros programas son gratuitos y algunos ofrecen recompensas por participar.

EJERCICIO

Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO



Community First le ofrece a sus Miembros una membresía GRATUITA de YMCA como un beneficio de salud preventiva.

YMCA de San Antonio ofrece a los adultos mayores la oportunidad de aumentar su actividad física, disfrutar de la interacción social y adquirir hábitos de estilo de vida saludable.

Mejore su salud usando su membresía para participar en clases y programas gratuitos diseñados para adultos mayores, como:

- **ForeverWell** – Desde actividades físicas hasta eventos sociales y nuevas aventuras, ForeverWell ofrece diversas oportunidades para que los adultos de 60 años o más se mantengan activos, participen y se relacionen con otras personas..
- **Silver Sneakers®** – Sesiones de bajo impacto, adaptadas para adultos mayores y aptas para las articulaciones, que incluyen ejercicios cardiovasculares, flexibilidad, entrenamiento de fuerza y ejercicios de coordinación.



Ubicaciones de YMCA en el área de San Antonio

(con programas para adultos mayores)

Boerne Family YMCA	820 Adler Rd. Boerne, TX 78006
Cibolo Family YMCA	176 FM 78 East Cibolo, TX 78108
D.R. Semmes Family YMCA	3233 N. St. Mary's San Antonio, TX 78212
Davis-Scott Family YMCA	1213 Iowa San Antonio, TX 78203
Harvey E. Najim Family YMCA	3122 Roosevelt Ave. San Antonio, TX 78214
Mays Family YMCA at Potranco	8765 Hwy 151 Access Rd. San Antonio, TX 78245
Schertz Family YMCA	621 Westchester Schertz, TX 78154
Thousand Oaks Family YMCA	16103 Henderson Pass San Antonio, TX 78232
Westside Family YMCA	2900 Ruiz St. San Antonio, TX 78228
YMCA at O.P. Schnabel Park	9606 Bandera Rd. San Antonio, TX 78250
¡PRÓXIMAMENTE! Hartman Family YMCA	La nueva YMCA de la Familia Hartman, ubicada en Morgan's MAC (Centro de Asistencia Múltiple), abrirá en 2027 y ofrecerá espacios y programas para personas de todas las edades y capacidades.

Para más información visite ymcasatx.org

TRANSPORTE MÉDICO

QUE NO SEA DE EMERGENCIA



¿Necesita transporte para su próxima cita médica?

Community First se asocia con SafeRide Health para ofrecer a sus Miembros transporte a citas médicas y a otros lugares donde reciban servicios cubiertos por Medicare.

Transporte confiable

No deje de asistir a una cita médica importante por problemas de transporte.

Programación fácil

Programar un viaje por teléfono o a través de la aplicación móvil de SafeRide es fácil y conveniente.

Viajes seguros y cómodos

Su seguridad y comodidad son nuestra prioridad.

El transporte nunca debe ser un obstáculo para recibir atención médica de calidad.



Community First Health Plans, Inc. es un HMO/HMO SNP con contrato de Medicare y con la Agencia Estatal de Medicaid de Texas. La inscripción en Community First Health Plans, Inc. depende de la renovación del contrato. Community First comercializa sus planes bajo los nombres Plan Community First Medicare Advantage Alamo (HMO), Plan Community First Medicare Advantage Bexar Dual (HMO D-SNP) y Plan Community First Medicare Advantage Mezquite Dual (HMO D-SNP). Esta información no constituye una descripción completa de los beneficios. Llame al 1-833-434-2347 o 711 para obtener más información. Debe continuar pagando la prima de la Parte B de Medicare .

Llámenos sin costo al 1-833-434-2347

**Los 7 días de la semana, de 8 a.m. a 8 p.m.
(1 de octubre al 31 de marzo)**

**De lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m.
(1 de abril al 30 de septiembre)**

**Servicio de mensajes disponible los fines de semana
y días festivos a partir del 1 de abril al 30 de septiembre.**

TTY: 711 (24 horas al día, 7 días de la semana)

COMMUNITY FIRST
HEALTH PLANS