



# معاینه سالانه سلامتی

برای تکمیل معاینه  
سالانه سلامتی خود،  
یک کارت هدیه

**\$50**

بدون هزینه دریافت  
کنید!

ویزیت سالانه سلامتی بخش مهمی از مراقبت های بهداشتی شما است. به عنوان یکی از اعضای CalOptima Health OneCare (HMO D-SNP), یک برنامه Medicare, شما می توانید ویزیت سالانه سلامتی خود را بدون هیچ هزینه ای دریافت کنید. در طول ویزیت، پزشک سابقه پزشکی شما را بررسی می کند، ریسکهای سلامتی شما را بررسی کرده و برنامه ای برای کمک به حفظ سلامتی شما تنظیم می کند.

**چگونه واجد شرایط دریافت کارت هدیه رایگان شوید:**

- 1 شما باید یک عضو واجد شرایط CalOptima Health OneCare باشید.
- 2 بازدید سالانه سلامتی و ارزیابی عوامل اجتماعی تعیین کننده سلامت را با پزشک خود بین 1 ژانویه، 2024 و 15 دسامبر 2024 تکمیل کنید.
- 3 CalOptima Health بقیه مراحل را انجام می دهد. هیچ فرمی برای ارسال وجود ندارد.

پس از دریافت تصویب بازدید شما از طرف پزشکتان، پردازش کارت هدیه بدون هزینه \$50 شما حداقل 8 هفته طول می کشد. این برنامه ممکن است در هر زمان بدون اطلاع قبلی متوقف شود.

اگر سؤالی دارید، با شماره تلفن رایگان خدمات مشتری OneCare با شماره **1-877-412-2734 (TTY 711)** در 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته تماس بگیرید. ما کارکنانی داریم که به زبان شما صحبت می کنند. برای اطلاعات بیشتر در مورد این پاداش سلامتی، از ما در **[www.caloptima.org/HealthRewards](http://www.caloptima.org/HealthRewards)** دیدن کنید.

## در یک ویزیت سالانه سلامتی، پزشک شما:

- ریسکها و خطرات برای سلامتی شما را بررسی می کنند (HRA)
- تاریخچه پزشکی و خانوادگی شما را مرور می کنند
- داروهای شما را مرور می کنند
- اندازه گیری های معمولی مانند قد، وزن، شاخص توده بدنی (BMI) و فشار خون را انجام می دهند
- اختلالات شناختی مانند آلزایمر و زوال عقل را ارزیابی می کنند
- در مورد عوامل خطر افسردگی با شما صحبت می کنند
- در مورد توانایی عملکردی و سطح ایمنی در زندگی شما بحث می کنند
- ریسکهای احتمالی برای سلامت شما را بررسی و توصیه هایی برای سلامتی بهتر ارائه می کنند
- یک برنامه زمانبندی توصیه شده برای غربالگری های بهداشتی برای 5-10 سال آینده ارائه می دهند
- برای شما توصیه های سلامتی شخصی برنامه ریزی می کنند و در صورت نیاز شما را به برنامه های آموزش بهداشت و سلامت یا خدمات مشاوره پیشگیرانه ارجاع می دهند

**سلب مسئولیت:** برای واجد شرایط شدن برای این کارت هدیه، شما باید همه الزامات واجد شرایط بودن را برآورده کنید. پس از دریافت ادعای تکمیل بازدید شما حدود 8 هفته طول میکشد تا کارت هدیه به دستتان برسد. از کارت هدیه نمی توان برای خرید الکل، سیگار یا اسلحه گرم استفاده کرد. کارت هدیه ارزش نقدی ندارد و CalOptima Health مسئول گم یا دزدیده شدن آن نیست. برای این پاداش سلامتی فقط میتوانید 1 کارت هدیه در سال دریافت نمایید. کارت های هدیه تا زمان اتمام موجودی در دسترس می باشند. این برنامه ممکن است در هر زمان بدون اطلاع قبلی متوقف شود. OneCare (HMO D-SNP), یک Medicare Medi-Cal Plan, یک سازمان Medicare Advantage تحت قرارداد Medicare است. ثبت نام در OneCare بستگی به تجدید قرارداد دارد. OneCare از قوانین قابل اجرا حقوق مدنی فدرال پیروی می کند و بر اساس نژاد، رنگ، منشاء ملی، سن، ناتوانی یا جنسیت تبعیض قائل نمی شود. با بخش خدمات مشتریان OneCare با شماره رایگان 1-877-412-2734 (TTY 711)، در 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته تماس بگیرید. به وبسایت ما سر بزنید [www.caloptima.org/OneCare](http://www.caloptima.org/OneCare)