



P.O. Box 17580
Denver, CO 80217-0470

NONPROFIT ORG
US POSTAGE
PAID
DENVER, CO
PERMIT NO. 2111



Connect with Us!

Follow us on Twitter! We share things like fun recipes, where to get a COVID-19 vaccine, benefit information, and others.

Conéctese con Nosotros

¡Síguenos en Twitter! Compartimos cosas como recetas divertidas, dónde obtener una vacuna COVID-19, información sobre beneficios y otros.



Coronavirus (COVID-19) Awareness

For the latest information on COVID-19 in Colorado, visit coaccess.com/covid19.

Conocimiento sobre el coronavirus (COVID-19)

Para ver la información más reciente sobre la COVID-19 en Colorado, visite coaccess.com/covid19.



MENTAL HEALTH ISSUES AND DISORDERS pg 2

Problemas y trastornos de salud
mental pg 8

LUNG HEALTH pg 3

Salud pulmonar pg 9

GET THE FACTS: THE COVID-19 VACCINE pg 4

Obtenga los datos: Las vacunas
COVID-19 pg 10

IMPORTANT INFORMATION pg 6

Información importante pg 12



The Regions newsletter connects our members with health information and resources in their region of Colorado.

El boletín Regions conecta nuestros miembros con información de salud y los recursos en su región de Colorado.

**Colorado Access is the regional organization for those with Health First Colorado (Colorado's Medicaid Program) who go to primary care doctors in Adams, Arapahoe, Denver, Douglas, and Elbert counties.*

**Colorado Access es la organización regional para aquellos miembros con Health First Colorado (El Programa de Medicaid de Colorado) quienes van a ver médicos de atención primaria en los condados de Adams, Arapahoe, Denver, Douglas y Elbert.*



4th Quarter 2021





MENTAL HEALTH ISSUES AND DISORDERS

Mental health is important to your overall health. Your mental health can affect how you handle stress, relate to others, and make choices. Many things can have a negative effect on your mental health, like your genes or brain chemistry. Abuse or trauma in your past can also have a negative effect on your mental health. If you have a family history of mental health issues, that can affect your own health too.

Mental health issues are common. But you can get help. Your benefits cover mental health and substance use care services. We will help you find what works best for you. Call us if you need help to find mental health services. Call us at **866-833-5717**. Or look online at **coaccess.com**.

If you are having a crisis, please call Colorado Crisis

Services. Call **844-493-8255** or text "TALK" to **38255**.

There are many early signs of mental health issues. Here are some:

- Eating or sleeping too much or too little.
- Feeling helpless or hopeless.
- Smoking, drinking, or using drugs often.
- Yelling or fighting with family and friends.

- Thinking of harming yourself or others.
- Visit **mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health** to learn more.

There are many types of mental health issues and disorders. They can all affect your thinking, mood, and behavior. Here are some examples. Visit **mentalhealth.gov/what-to-look-for** to learn more.

Type of Disorder	Symptoms	Examples
Anxiety	React to certain things or situations with fear and dread.	<ul style="list-style-type: none"> • Obsessive-Compulsive Disorder • Panic disorders • Phobias
Behavioral	A pattern of disruptive behaviors in children that last for at least six months. This can cause problems in school, at home, or in social situations.	<ul style="list-style-type: none"> • Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD) • Conduct Disorder • Oppositional-Defiant Disorder (ODD)
Psychotic	Many types of symptoms. This can be things like hallucinations and delusions.	<ul style="list-style-type: none"> • Schizophrenia

LUNG HEALTH

Here are some tips to help keep your lungs strong and healthy:

- Don't smoke. If you smoke, try to quit. Smoking creates blockages in your lungs, which can make it harder for you to breathe in clean air.
 - Do you need help to quit smoking? Visit coaccess.com/quitsmoking
- Go to your doctor regularly. Make sure to tell them if you have concerns about your lungs. This could mean something like having a cough that lasts longer than three weeks and that gets worse over time. Or tell them if you have a cough and other symptoms. This means things like shortness of breath, fever, weight loss, or night sweats.
 - If you don't have a doctor, we can help you find one. Call us at **866-833-5717**. Or find one online at coaccess.com. There is a link to our directory on the homepage of our website.
- Protect yourself from COVID-19 and other illnesses that can affect your lungs:
 - Wash your hands regularly.
 - Wear a mask.
 - Get your flu shot.
 - Get the COVID-19 vaccine and booster.

Want to learn more about this and other health and wellness topics? Sign up today for our emails! Go to coaccess.com/email/ for more information and to sign up.



Want to learn more about the people who make up Colorado Access?

Check out our blog! Our Perspectives blog is a collection of different views of those who make up Colorado Access. You'll learn more about a wide variety of personal journeys. Mental health journeys, exercising, and literacy are just a few of the topics our writers have covered.

Visit coaccess.com/blog to read more.





GET THE FACTS: THE COVID-19 VACCINE

If you are five or older, the Centers for disease Control and Prevention (CDC) encourages you to get a COVID-19 vaccine. This will help protect against COVID-19. **Get the vaccine now and take the first step toward getting back to a normal routine.**

Do you still need to get your COVID-19 vaccine?

Find out where you can get the vaccine near you:

- Visit [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)
- Text your ZIP code to **438829**
- Call **800-232-0233**

The COVID-19 vaccine is **FREE**. You don't need an ID or insurance to get vaccinated.

Children and Teens
COVID-19 can make children

and teens very sick. Getting a COVID-19 vaccine can help protect them from getting COVID-19. It can also help protect other family members.

Children ages 5 to 11 can now get the Pfizer COVID-19 vaccine. This version is a "low-dose" vaccine. This means it has one-third of the amount of the adult dose. It is 90% effective to keep children from getting sick with symptoms of COVID-19. So far, it has been 100% effective in stopping severe disease and death.

Teens ages 12-17 can get a vaccine any place the Pfizer vaccine is given. They can get the same kind of Pfizer vaccine as adults.

Does your child or teen need a COVID-19 vaccine? Visit [covid19.colorado.gov/kids-vaccines](https://www.covid19.colorado.gov/kids-vaccines) to find a vaccine clinic near you for them. Check with the clinic before you go to make sure they will have the correct vaccine for your child or teen.

If your child or teen is ages 5 to 17, you may need to be at their appointment with them. Ask the clinic about this before their appointment.

Booster Doses

Adults age 18 and older should get a COVID-19 booster shot. Booster shots boost protection against COVID-19 if you get them at the right time. **Everyone in Colorado who is 18 or older should get a booster.**

You should get a booster shot six months after your second shot of the Pfizer or Moderna COVID-19 vaccine. If you got the Johnson & Johnson vaccine, you can get a booster after two months. You do not need to get the same type of vaccine as your initial shot(s).

Booster doses are FREE. You don't need an ID or insurance to get a booster shot. Make sure to bring your COVID-19 vaccination card when you get a booster shot so you can have a record that you got it.

Visit [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/booster-shot.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/booster-shot.html) or [covid19.colorado.gov/vaccine-booster-eligibility](https://www.covid19.colorado.gov/vaccine-booster-eligibility) to learn more.

LEARN MORE

- [covid19.colorado.gov/vaccine](https://www.covid19.colorado.gov/vaccine)
- [healthfirstcolorado.com/covid/](https://www.healthfirstcolorado.com/covid/)
- [coaccess.com/covid19](https://www.coaccess.com/covid19)
- [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/)
- Call **877-CO VAX CO (877-268-2926)**. Call this free hotline for answers to your questions about the COVID-19 vaccine. Call 24 hours a day, seven days a week. Answers are available in many languages.

For the most up-to-date information on the COVID-19 vaccines, visit [covid19.colorado.gov/vaccine](https://www.covid19.colorado.gov/vaccine).

Talk to your doctor to learn more about the vaccines. If you don't have a doctor, we can help you find one. Call us at **866-833-5717** to talk to one of our care coordinators. Call Monday through Friday from 8:00 a.m. to 5:00 p.m. or find a doctor online at [coaccess.com](https://www.coaccess.com). There is a link to our directory on the homepage of our website.



IMPORTANT INFORMATION



COVID-19 Information

We are not doing in-person appointments until further notice. We are also not taking any walk-in appointments. But we can help you if you need it. Call us at **800-511-5010** or email us at **customer.service@coaccess.com**.

If You or Someone You Know Might Be Sick

Fever, cough, and shortness of breath are some symptoms of COVID-19. Read more about COVID-19 symptoms at **covid19.colorado.gov/covid19-symptoms/**. If you feel you have symptoms of COVID-19, please call your doctor. They can help you decide if testing is needed.

If you do not have a doctor and need help finding one, call us at 866-833-5717.

Please visit our website at **coaccess.com/covid19** for more information and resources.

Important Contact Information

Colorado Crisis Services

- Call **844-493-8255**
- Text TALK to **38255**

CO-HELP (Colorado's call line for COVID-19)

- Call **303-389-1687** or **877-462-2911** for general answers in multiple languages.

- Email **cohelp@rmpdc.org** for general answers in English.
- CO-HELP **cannot** recommend testing or give you testing results. They **cannot** give medical advice. They **cannot** help with prescriptions.

National Domestic Violence Hotline

- Call **800-799-7233**
- Text LOVEIS to **22522**
- Visit **thehotline.org/**

Crisis Help

If you are or someone you know is experiencing a crisis, call Colorado Crisis Services at **844-493-8255**. You can also text TALK to **38255**. Counselors are available 24 hours a day, seven days a week.

COVID-19 Awareness

For the latest information on COVID-19 in Colorado, visit **coaccess.com/covid19/**.

Rights and Responsibilities

Did you know that you have the right to ask for and get copies of your medical records? That's just one of your many rights as a member. Read more about your rights and responsibilities at **coaccess.com/members/services/rights/**.

Member Handbook

When you have a question about your benefits, do you know where to get answers? Find your member handbook at **coaccess.com/members/care/** or call us at **800-511-5010**.

Find a Provider

Did you know we can help you find a doctor when you need one? Check out our provider directory! Visit **coaccess.com/members/care/** This tool can also tell you:

- Which providers are in your area
- The languages spoken, other than English, by the provider
- Which providers are accepting new patients (call the provider to make sure)

Nurse Advice Line

Nurses are available 24 hours a day, seven days a week to give free medical information and advice. Call **800-283-3221**.

Advance Directives

Colorado law says you have the right to choose medical treatment. You can speak for yourself if you are able. Or, you may choose someone to make the decision for you. Learn more at **coaccess.com/members/services/**.

HELPFUL RESOURCES

800-511-5010

customer.service@coaccess.com

Grievances and Appeals

We want to make sure you get the best care possible. However, when things aren't right, you have a right to complain. Find more info at **coaccess.com/members/services/grievances/**. You can also call us at **877-276-5184**.

Member Advisory Council

Join our Member Advisory Council (MAC) and share your ideas to help influence Colorado's health systems! Provide guidance on how to improve health, access, cost, member and provider satisfaction. If you:

- Can commit to regularly scheduled meetings
- Are part of our member network
- Receive benefits and services from Health First Colorado (Colorado's Medicaid Program), or are a family member or caregiver of someone receiving benefits and services
- Are comfortable speaking for your community or groups that you belong to

If you are or someone you know is interested in being part of a council, apply now!

Visit **coaccess.com/getinvolved/** to apply. If you have any questions, please contact us at **getinvolved@coaccess.com**.

Denver Health Medicaid Choice

Some Colorado Access members are also enrolled in Denver Health Medicaid Choice. For these members, Denver Health Medicaid Choice manages physical health benefits and Colorado Access manages behavioral health benefits. Find more information at **coaccess.com/dhmp/**.

Care Coordination Services

We can help you live a healthy life. Our care coordinators are trained experts who understand many health issues. They can help you:

- Understand your benefits.
- Get the behavioral or physical health care services you need.
- Coordinate communication between your different doctors.
- Get home after a hospital stay. This means things like understanding discharge instructions, getting referrals, making a care plan, and more.

Call us today and find out more ways our care coordinators can assist you! Call us at **866-833-5717**. We are here for you Monday through Friday from 8:00 a.m. to 5:00 p.m. You can also email us at **resource&referral@coaccess.com**.





PROBLEMAS Y TRASTORNOS DE SALUD MENTAL

La salud mental es importante para su salud en general. Su salud mental puede afectar la forma en que se maneja el estrés, el cómo se relaciona con los demás y la forma en que toma decisiones. Hay muchas cosas que pueden tener un efecto negativo en su salud mental, como sus genes o la química cerebral. El abuso o trauma en su pasado también puede tener un efecto negativo en su salud mental. Si tiene antecedentes familiares de problemas de salud mental, eso también puede afectar su propia salud.

Los problemas de salud mental son comunes. Pero puede conseguir ayuda. Sus beneficios cubren los servicios de atención de salud mental y abuso de sustancias. Nosotros le ayudaremos a encontrar lo que mejor se adapte a sus necesidades. Llámenos si necesita ayuda para encontrar servicios de salud mental. Llámenos al **866-833-5717**. O busque en línea en **coaccess.com**.

Si tiene una crisis, llame a Colorado Crisis Services. Llame al **844-493-8255** o envíe un mensaje de texto con la palabra "TALK" al **38255**.

Hay muchos signos tempranos de problemas de salud mental. Aquí están algunos ejemplos:

- Comer o dormir demasiado o muy poco.
- Sentirse desamparado o desesperado.
- Fumar, beber o consumir drogas con frecuencia.
- Gritar o pelear con

familiares y amigos

- Pensando en hacerse daño a sí mismo o a otros

Visite **mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health** para obtener más información.

Hay muchos tipos de problemas y trastornos de salud mental. Todos pueden afectar su pensamiento, estado de ánimo y comportamiento. Aquí hay unos ejemplos. Visite **mentalhealth.gov/what-to-look-for** para aprender más.

Tipo de trastorno	Síntomas	Ejemplos
Ansiedad	Reacciona a ciertas cosas o situaciones con miedo y pavor.	<ul style="list-style-type: none"> • Trastorno obsesivo compulsivo • Trastornos de pánico • Fobias
Salud Conductual	Comportamientos cotidianos disruptivos en los niños dura al menos seis meses. Pueden causar problemas en la escuela, en el hogar o en situaciones sociales.	<ul style="list-style-type: none"> • Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) • Desorden de conducta • Trastorno de oposición desafiante (ODD)
Psicópata	Muchos tipos de síntomas. Pueden ser cosas como alucinaciones y delirios.	<ul style="list-style-type: none"> • Esquizofrenia

SALUD PULMONAR

Aquí hay algunos consejos que le ayudarán a mantener sus pulmones fuertes y saludables:

- No fume. Si fuma, intente dejar de hacerlo. Fumar crea obstrucciones en los pulmones, lo que puede dificultarle la respiración de aire limpio.
 - ¿Necesita ayuda para dejar de fumar? Visite coaccess.com/quitsmoking.
- Vaya a ver a su médico con regularidad. Asegúrese de informarles si tiene inquietudes sobre sus pulmones. Esto podría significar como tener una tos que dura más de tres semanas y que empeora con el tiempo. O si tiene tos y otros síntomas. Esto significa cosas como dificultad para respirar, fiebre, pérdida de peso o sudores nocturnos.
 - Si no tiene un médico, podemos ayudarle

a encontrar uno. Llámanos al **866-833-5717**. O busque uno en línea en **coaccess.com**. Hay un enlace a nuestro directorio en la página principal de nuestro sitio web.

- Protéjase del COVID-19 y otras enfermedades que pueden afectar sus pulmones:
 - Lávese las manos con regularidad.
 - Use una mascarilla.
 - Vacúnese contra la gripe.
 - Reciba la vacuna COVID-19 y el refuerzo.

¿Quiere aprender más sobre este y otros temas de salud y bienestar? **¡Regístrese hoy para recibir nuestros correos electrónicos!** Vaya a coaccess.com/email/ para obtener más información y registrarse.



¿Quiere aprender más sobre las personas que integran Colorado Access?

¡Mira nuestro blog! Nuestro blog Perspectives (Perspectivas) es una colección de diferentes puntos de vista de quienes conforman Colorado Access. Aprenderá más sobre una amplia variedad de viajes personales. Los viajes de salud mental, el ejercicio y la alfabetización son solo algunos de los temas que han cubierto nuestros escritores.

Visite coaccess.com/blog para leer más.





OBTENGA LOS DATOS: LAS VACUNAS COVID-19

Si tiene cinco años o más, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) le animan a vacunarse contra la COVID-19. Esto ayudará a protegerse contra COVID-19. **Vacúnese ahora y dé ese primer paso para volver a la rutina normal.**

¿Aún tiene que vacunarse contra el COVID-19?

Averigüe dónde puede obtener la vacuna cerca de usted:

- Visite [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)
- Envíe su código postal al **438829**
- Llame al **800-232-0233**

La vacuna COVID-19 es

GRATIS. No necesita una identificación ni un seguro para vacunarse.

Niños y adolescentes COVID-19 puede enfermar mucho a los niños y adolescentes. Vacunarse contra la COVID-19 puede ayudar a protegerlos de contraerla. También puede ayudar a proteger a otros miembros de la familia.

Los niños de 5 a 11 años de edad ya pueden recibir la vacuna COVID-19 de Pfizer. Esta versión es una vacuna de "baja dosis". Esto significa que tiene un tercio de la cantidad de la dosis para adultos.

Tiene una eficacia del 90% para evitar que los niños se enfermen con los síntomas de COVID-19. Hasta ahora, ha sido 100% efectiva para detener la enfermedad grave y la muerte.

Los adolescentes de 12 a 17 años de edad ya pueden vacunarse en cualquier lugar donde se administre la vacuna de Pfizer. Pueden recibir el mismo tipo de vacuna Pfizer que los adultos.

¿Su niño o adolescente necesita la vacuna COVID-19? Visite [covid19.colorado.gov/kids-vaccines](https://www.covid19.colorado.gov/kids-vaccines) para encontrar una clínica de vacunas cerca

de usted para ellos. Consulte con la clínica antes de ir para asegurarse de que tendrán la vacuna correcta para su niño o adolescente.

Si su niño o adolescente tiene entre 5 y 17 años de edad, es posible que deba acompañarlo a su cita. Pregunte en la clínica sobre esto antes de la cita.

Dosis de Refuerzo

Los adultos que tienen 18 años o más deben recibir una dosis de refuerzo de COVID-19. Las vacunas de refuerzo aumentan la protección contra COVID-19 si las recibe en el momento adecuado. **Todas las personas en Colorado que tienen 18 años o más son elegibles para recibir un refuerzo.**

Usted debe recibir una inyección de refuerzo seis

meses después de su segunda inyección de la vacuna Pfizer o Moderna COVID-19. Si recibió la vacuna de Johnson & Johnson, puede recibir un refuerzo después de dos meses. No es necesario que se ponga el mismo tipo de vacuna que su(s) primera(s) inyección(es) inicial(es).

Las dosis de refuerzo son **GRATIS**. No es necesario un documento de identidad ni un seguro para obtener una vacuna de refuerzo. Asegúrese de traer su tarjeta de vacunación COVID-19 cuando se ponga una vacuna de refuerzo para tener un registro de que la recibió.

Visite [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/booster-shot.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/booster-shot.html) o [covid19.colorado.gov/vaccine-booster-eligibility](https://www.covid19.colorado.gov/vaccine-booster-eligibility) para saber más.



Aprender Más

- [covid19.colorado.gov/vacunas](https://www.covid19.colorado.gov/vacunas)
- [healthfirstcolorado.com/covid/](https://www.healthfirstcolorado.com/covid/)
- [coaccess.com/covid19](https://www.coaccess.com/covid19)
- [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/)
- Llame al **877-CO VAX CO (877-268-2926)**. Llame a esta línea telefónica gratuita para obtener respuestas a sus preguntas sobre la vacuna COVID-19. Llame las 24 horas del día, los siete días de la semana. Las respuestas están disponibles en varios idiomas.

Para obtener la información más actualizada sobre las vacunas contra la COVID-19, visite [covid19.colorado.gov/vaccine](https://www.covid19.colorado.gov/vaccine).

Hable con su médico para aprender más sobre las vacunas. Si no tiene un médico, podemos ayudarle a encontrar uno. Llámenos al **866-833-5717** para hablar con uno de nuestros coordinadores de cuidado. Llame de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. O encuentre un médico en línea en [coaccess.com](https://www.coaccess.com). Hay un enlace a nuestro directorio en la página principal de nuestro sitio web.



INFORMACIÓN IMPORTANTE



Información COVID-19

No haremos citas en persona hasta nuevo aviso. Tampoco aceptamos citas. Pero podemos ayudarle si nos necesita. Llámenos al **800-511-5010** o envíenos un correo electrónico a **customer.service@coaccess.com**.

Si usted o alguien que conoce puede estar enfermo

Fiebre, tos y dificultad para respirar son algunos de los síntomas de COVID-19. Lea más sobre los síntomas de COVID-19 en **covid19.colorado.gov/covid19-symptoms/**. Si siente que tiene síntomas de COVID-19, por favor llame a su médico. Ellos pueden ayudarle a decidir si se necesitan pruebas.

Si no tiene un médico y necesita ayuda para encontrar uno, llámenos al 866-833-5717.

Por favor visite nuestro sitio web en **coaccess.com/covid19** para obtener más información y recursos.

Información de contacto importante

Colorado Crisis Services

- Llame al **844-493-8255**
- Envía TALK al **38255**

CO-HELP (línea de llamada de Colorado para COVID-19)

- Llame al **303-389-1687** o al **877-462-2911** para obtener respuestas generales en varios idiomas.
- Envíe un correo electrónico

a **cohhelp@rmpdc.org** para obtener respuestas generales en inglés.

- CO-HELP **no puede** recomendar pruebas ni brindarle resultados de pruebas. Tampoco pueden dar consejos médicos ni ayudar con las recetas médicas.

Línea directa nacional contra la violencia doméstica

- Llame al **800-799-7233**
- Envía LOVEIS al **22522**
- Visite **thehotline.org/**

Ayuda en caso de crisis

Si usted o alguien que conoce está pasando por una crisis, llame a Colorado Crisis Services al **844-493-8255**. También puede enviar un mensaje de texto con TALK al **38255**. Los consejeros están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Conciencia COVID-19

Para obtener la información más reciente sobre COVID-19 en Colorado, visite **coaccess.com/covid19/**.

Derechos y responsabilidades

¿Sabía que tiene derecho a solicitar y obtener copias de sus registros médicos? Ese es solo uno de sus muchos derechos como miembro. Lea más sobre sus derechos y responsabilidades en **coaccess.com/members/services/rights/**

Manual para miembros

Cuando tenga una pregunta

sobre sus beneficios, ¿sabe dónde obtener respuestas? Busque su manual para miembros en **coaccess.com/members/care/** o llámenos al **800-511-5010**.

Encuentra un proveedor

¿Sabía que podemos ayudarle a encontrar un médico cuando lo necesite? ¡Consulte nuestro directorio de proveedores! Visite **coaccess.com/members/care/**

Esta herramienta también puede decirle:

- Qué proveedores hay en su área
- Los idiomas que habla el proveedor, además del inglés
- Qué proveedores aceptan nuevos pacientes (llame al proveedor para asegurarse)

Línea de asesoramiento de enfermería

Las enfermeras están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana para brindar información y consejos médicos gratuitos. Llame al **800-283-3221**.

Directivas avanzadas

La ley de Colorado dice que usted tiene derecho a elegir un tratamiento médico. Usted puede tomar esta decisión hablar por sí mismo si puede. O puede elegir a alguien para que tome la decisión por usted. Obtenga más información en **coaccess.com/members/services/**.

RECURSOS ÚTILES

800-511-5010

customer.service@coaccess.com

Quejas y apelaciones

Queremos asegurarnos de que reciba la mejor atención posible. Sin embargo, cuando las cosas no van bien, tiene derecho a quejarse. Encuentre más información en **coaccess.com/members/services/grievances/**. También puede llamarnos al **877-276-5184**.

Consejo Asesor de Miembros

¡Únase a nuestro Consejo Asesor de Miembros (MAC) y comparta sus ideas para ayudar a influir en los sistemas de salud de Colorado! Y brindar orientación sobre cómo mejorar la salud, el acceso, el costo y la satisfacción de los miembros y proveedores. Si usted:

- Puede comprometerse a reuniones programadas regularmente
- Formar parte de nuestra red de miembros
- Recibe beneficios y servicios de Health First Colorado (el Programa Medicaid de Colorado), o es familiar o cuidador de alguien que recibe beneficios y servicios.
- Se siente cómodo hablando por su comunidad o grupos a los que pertenece

Si usted o alguien que conoce está interesado en formar parte de un consejo, ¡inscríbese ahora!

Visite **coaccess.com/getinvolved/** para postularse. Si tiene alguna pregunta, por favor contáctenos en **getinvolved@coaccess.com**.

Elección de Medicaid de Denver Health

Algunos miembros de Colorado Access también están inscritos en Denver Health Medicaid Choice. Para estos miembros, Denver Health Medicaid Choice administra los beneficios de salud física y Colorado Access administra los beneficios de salud del comportamiento. Encuentre más información en **coaccess.com/dhmp/**.

Servicios de coordinación de cuidado

Podemos ayudarle a vivir una vida saludable. Nuestros coordinadores de cuidado son expertos y comprenden muchos problemas de salud. Ellos pueden ayudarle a:

- Comprender sus beneficios.
- Obtener los servicios de atención de la salud física o del comportamiento que necesita.
- Coordinación y comunicación entre sus diferentes médicos.
- Volver a casa después de una estadía en un hotel. Esto significa cosas como comprender las instrucciones de alta, obtener referencias, elaborar un plan de atención y más.

¡Llámenos hoy y descubra más formas en que nuestros coordinadores de cuidado pueden ayudarle! Llámanos al **866-833-5717**. Estamos aquí de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. También puede enviarnos un correo electrónico a **resource&referral@coaccess.com**.



