



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

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

If you need this document in large print, Braille, other formats, or languages, or read aloud, or need another copy, call 800-511-5010. For TDD/TTY, call 888-803-4494. Call Monday to Friday, 8 a.m. to 5 p.m. The call is free.

Si necesita este documento en letra grande, Braille, otros formatos o idiomas, o se lea en voz alta, o necesita otra copia, llame al 800-511-5010. Para TDD/TTY, llame al 888-803-4494. Llame de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. La llamada es gratis.

Don't risk a gap in your health coverage!

You may need to go through the renewal process each year to see if you still qualify for Health First Colorado (Colorado's Medicaid program). Update your contact information on co.gov/peak if it changes. Check your mail, email, and PEAK mailbox. If you get a renewal packet in the mail, fill out the whole packet, sign it and return it right away. This can help you keep your health care coverage.

Learn more at coaccess.com/renewals.

¡No se arriesgue a interrupciones en su cobertura de salud!

Es posible que tenga que pasar por el proceso de renovación cada año para comprobar si aún cumple con los requisitos de Health First Colorado (el programa Medicaid de Colorado). Actualice su información de contacto en co.gov/peak si esta presenta cambios. Revise su correo postal, correo electrónico y buzón de PEAK. Si recibe un paquete de renovación por correo postal, complételo en su totalidad, fírmelo y devuélvalo de inmediato. Esto puede ayudarlo a mantener su cobertura de salud.

Obtenga más información en coaccess.com/renovaciones



REGIONS
R

2nd Quarter 2025



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

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

Colorado Access es la organización regional para quienes tienen Health First Colorado (el programa Medicaid de Colorado) y acuden a médicos de atención primaria en los condados de Adams, Arapahoe, Denver, Douglas y Elbert.



ALL PATHS TO PARENTHOOD

Are you pregnant or did you recently have a baby? Taking care of yourself is just as important as caring for your baby. **Health First Colorado (Colorado's Medicaid program)** covers postpartum checkups, birth control, and mental health support at no cost. Make sure to add your newborn to your coverage so they can get the health care they need.

Check in with your doctor within the first few weeks after birth and schedule a postpartum checkup for no later than 12 weeks. Your doctor will make sure you're healing and feeling well, and that you have the support you need.

Do you need help finding a doctor? Or do you need a ride to your doctor's appointments? Call our customer service team at **800-511-5010** or find a doctor online at **coaccess.com/findaprovider**.

Health First Colorado covers prenatal and postpartum care, labor and delivery, doctor's checkups, birth control, and mental health support at no cost. You are covered for the 12 months after your pregnancy ends. Your newborn is also covered for their first whole year.

If you get pregnant, tell us. Call us at **800-511-5010**. TTY users should call **888-803-4494** (toll-free).

Make sure to add your baby to your coverage after they are born. You can do this:

- Online through your free PEAK account at **colorado.gov/peak**.
- With the Health First Colorado mobile app.
- In person to the human services office of the county you live in, or to a Medical Assistance (MA) site case worker near you. You can find your nearest human services office online at **cdhs.colorado.gov/contact-your-county**, and an MA site near you at **apps.colorado.gov/apps/maps/hcpf.map**.

Once your baby is added to your case and you have their state ID, you can take your baby to the doctor.



OUR PERSPECTIVES BLOG

Our Perspectives blog is a collection of different views of our Colorado Access staff. You'll learn more about a wide variety of topics and personal journeys. You may also learn something new, such as:

- How does Medicaid work in Colorado?
- **coaccess.com/blog/medicaidawareness1**
- How can I prioritize self-care?
- **coaccess.com/blog/selfcaretips**
- Is it possible to prevent osteoporosis?
- **coaccess.com/blog/puzzle**

Find out the answers to these questions and more on our Perspectives blog. Go to **coaccess.com/blog** to read our latest post!

Your benefits include:

- Inpatient/outpatient/provider office services (including prenatal care) for vaginal delivery, C-section, and complications
- Routine nursery care for newborns, and all medically necessary care
- Breast pumps
- Lactation consultant
- Post-delivery, follow-up care visits

Resources

- Learn more about your benefits and access your member handbook at **coaccess.com/members/care**.
- Learn more about postpartum care at **coaccess.com/ppc**.
- Get health tips for yourself and your baby at **coaccess.com/healthybaby**.



STAY SAFE - GET THE VACCINES YOU NEED

Vaccines are a safe way to protect yourself and your family from many diseases. Vaccines help prevent you from getting and spreading serious diseases. These diseases may make you sick enough to miss school or work. They also may make you sick enough to not be able to care for your family.

Each vaccine has a schedule of when you should get it. This schedule can depend on your age. It can also depend on other vaccines you may have gotten. Go to [cdc.gov/vaccines/index.html](https://www.cdc.gov/vaccines/index.html) to see schedules for children and adults.

Talk to your doctor about what vaccines are right for yourself or your child. If you don't have a doctor, we can help you find one. Call us at **800-511-5010** or find one online at coaccess.com/findaprovider.

You can also find a vaccine near you online:
healthfirstcolorado.com/find-doctors
immunizecolorado.org/what-we-do/no-and-low-cost-vaccines

Learn more about vaccines at coaccess.com/vaccines.

GET CARE WHEN YOU NEED IT

We can help you stay healthy and get the mental and physical health care you need. Go to coaccess.com/members/care to learn more about your benefits.

When you need care, the best place to start is with your primary care doctor (PCP). If you don't have a PCP, we can help you find one. Call us at **800-511-5010**. You can also find a doctor online at coaccess.com. There is a link to our directory on the homepage of our website. This tool can also tell you:

- Which doctors are located near you.
- The languages the doctor speaks (other than English).
- Which doctors are accepting new patients. Call them to make sure.

If you need an appointment sooner than the doctor can fit you in, here are some things you can try:

- Ask if the doctor can do a telehealth appointment sooner.
- Call the doctor's office to see if a nurse or doctor can talk to you about your (or your child's) symptoms.
- Call the Health First Colorado Nurse Advice Line to talk about your (or your child's) symptoms. Call them at **800-283-3221**.
- Go to urgent care.





RESOURCES

Connect With Us

Do you follow us on social media? We share things like health tips, food resources, and details about your benefits. Find us on Facebook, Instagram, and YouTube.

Do You Need Help with Health First Colorado?

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 contact our customer service team. Call Monday through Friday from 8:00 a.m. to 5:00 p.m. at **800-511-5010**. Or email the team at customer.service@coaccess.com.

Care Coordination

We have care coordination services. 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, scheduling follow-up appointments, and more.

Call us today and find out more ways our care coordinators can help 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.

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.

Grievances and Appeals

We want to make sure you get the best care possible. But when things aren't right, or you do not agree with a decision we made, you have a right to say so. Learn more at coaccess.com/members/services/grievances. You can also call us at **800-511-5010** or email us at grievances@coaccess.com.

Join Our Member Groups!

We want to hear from you if you:

- Can participate in regularly scheduled meetings.
- Are, or your family member is, a member of Health First Colorado or CHP+.
- Can share your thoughts on how we can improve things like health, access to care, and cost.
- Want to get to know other members and health care professionals.

Want to learn more about our member groups? Visit coaccess.com/getinvolved. If you have any questions, contact us at getinvolved@coaccess.com. Your feedback helps improve our services!

Rights and Responsibilities

As a member, you have certain rights and responsibilities. Make sure you know what they are! You have many rights, like:

- Choose any doctor in our network.
- Get information from your doctor about treatment choices for your health needs.
- Ask that we add a specific doctor to our network.
- To read about all of your rights, please go to coaccess.com/members/services/rights.

Nurse Advice Line

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

Emergency Contact Information

If you're having an emergency, call **911**. Or go to the nearest emergency room. Emergencies are things like:

- Broken bones.
- Seizures or fainting.
- Heavy bleeding that can't be stopped.
- Poisoning.
- Severe stomach pain.
- Heart attack symptoms.
- Having thoughts about hurting yourself or others or thinking about dying by suicide.

988 Colorado Mental Health Line

If you are (or someone you know is) having a mental health crisis or thoughts of hurting yourself or others, call **988**. They can also help with:

- Emotional distress
- Substance use concerns
- Suicidal crises

They can help you, or someone you know, with all of these things.

Their trained specialists can give free and confidential support 24 hours a day, seven days a week.

To get help, you can:

- Call **988**.
- Text **988**. Texting is available in both English and Spanish.
- Live chat at 988lifeline.org/chat. Live chat is available in both English and Spanish.

Learn more at 988lifeline.org and 988colorado.com.

Interpretative Services

Oral interpretation, including American Sign Language, and auxiliary aids, are available at no cost to members. Contact **800-511-5010**.

30 YEARS OF CARING FOR YOU AND YOUR HEALTH

We're celebrating 30 years of caring for you and your health as a:

- Compassionate community partner.
- Collaborative resource for members and providers.

Our mission has always been to partner with communities and help people through access to quality, equitable, and affordable care.

Over the last 30 years, we've adapted to the changing needs of our community, staying firm in our mission.

Celebrate with us! Did we help you get the prenatal care you need? Have we made an impact in your life, or your child's life? Share your Colorado Access story at bit.ly/coa30story.



SCAN HERE TO
SHARE YOUR STORY

ESCANEA AQUÍ
PARA COMPARTIR
SU HISTORIA

SE CUMPLEN 30 AÑOS CUIDANDO DE USTED Y DE SU SALUD

Celebramos 30 años cuidando de usted y de su salud cumpliendo las siguientes funciones:

- Socio comunitario humanitario.
- Recurso de colaboración para miembros y proveedores.

Nuestra misión siempre ha sido asociarnos con las comunidades y ayudar a las personas mediante el acceso a una atención de calidad, equitativa y asequible.

En los últimos 30 años, nos hemos adaptado a las necesidades en constante cambio de nuestra comunidad, sin dejar de mantenernos firmes en nuestra misión.

¡Celebre con nosotros! ¿Le hemos brindado ayuda para obtener la atención prenatal que necesita? ¿Hemos tenido un impacto en su vida o en la de su niño? Comparta su historia sobre Colorado Access en bit.ly/coa30story.



YOUR VOICE MATTERS. Help Shape the Future of Health Care.

You're invited to join our advisory committees! We're looking for members, caregivers, providers, and community partners.

Why join?

- Share your unique perspective.
- Make a difference in your community.
- Help improve the health care experience for others.
- No experience needed. All backgrounds welcome.
- We provide accommodations and language interpretation.

Ready to get involved?

Scan the QR code to learn more and apply or go to: coaccess.com/partnering/getinvolved.

Questions? Email: getinvolved@coaccess.com.



TU VOZ IMPORTA. Ayuda a moldear el futuro de la atención médica.

¡Te invitamos a unirte a nuestros comités asesores! Buscamos miembros, cuidadores, proveedores y colaboradores comunitarios.

¿Por qué unirse?

- Comparta su perspectiva única.
- Marque la diferencia en su comunidad.
- Ayude a mejorar la experiencia de atención médica para los demás.
- No se necesita experiencia. Personas de todos los orígenes son bienvenidas.
- Ofrecemos adaptaciones e interpretación.

¿Listo para participar?

Escanee el código QR para obtener más información y postularse o visite: coaccess.com/partnering/getinvolved.

¿Preguntas? Envíe un correo electrónico a: getinvolved@coaccess.com.



TODOS LOS CAMINOS HACIA LA PATERNIDAD

¿Está embarazada o tuvo un bebé recientemente? Cuidar de usted misma es tan importante como cuidar de su bebé. **Health First Colorado (el programa Medicaid de Colorado)** cubren los chequeos posparto, los anticonceptivos y el apoyo para la salud mental sin costo. Asegúrese de agregar a su recién nacido a su cobertura para que pueda recibir la atención médica que necesita.

Consulte con su médico dentro de las primeras semanas después del nacimiento y programe un chequeo posparto para antes de las 12 semanas. Su médico se asegurará de que se esté recuperando y sintiendo bien, así como de que cuente con el apoyo que necesita.

¿Necesita ayuda para encontrar un médico? ¿O necesita transporte para acudir a las citas con su médico? Llame a nuestro equipo de servicio al cliente al **800-511-5010** o busque un médico en línea en **coaccess.com/findaprovider**.

Health First Colorado cubre la atención médica prenatal y posparto, el trabajo de parto y el parto, los chequeos médicos, los anticonceptivos y el apoyo para la salud mental sin costo para usted. Usted tendrá cobertura durante 12 meses después del término de su embarazo. Además, su recién nacido también tendrá cobertura durante su primer año.

Si queda embarazada, infórmenos. Llámenos al **800-511-5010**. Los usuarios de TTY deben llamar al **888-803-4494** (número gratuito).

Asegúrese de agregar a su bebé a su cobertura después de su nacimiento de las siguientes maneras:

- En línea a través de su cuenta de PEAK gratuita en **colorado.gov/peak**.
- Mediante la aplicación móvil de Health First Colorado.
- En persona en la oficina de servicios humanos del condado en el que vive o con un trabajador de casos de un centro de asistencia médica (MA, por sus siglas en inglés) cercano.
- Puede encontrar su oficina de servicios humanos más cercana en línea en **cdhs.colorado.gov/contact-your-county** y un centro de MA cercano a usted en **apps.colorado.gov/apps/maps/hcpf.map**.

NUESTRO BLOG PERSPECTIVES

Nuestro blog Perspectives es una recopilación de diferentes puntos de vista de nuestro personal de Colorado Access. Obtendrá más información sobre una amplia variedad de temas y experiencias personales. También puede aprender cosas nuevas, como las que se mencionan a continuación:

- ¿Cómo funciona Medicaid en Colorado?
- **coaccess.com/blog/medicaidawareness1**
- ¿Cómo puedo priorizar el cuidado personal?
- **coaccess.com/blog/selfcaretips**
- ¿Es posible prevenir la osteoporosis?
- **coaccess.com/blog/puzzle**

Descubra las respuestas a estas preguntas y más en nuestro blog Perspectives. ¡Visite **coaccess.com/blog** para leer nuestra última publicación!

Una vez que se agregue a su bebé a su caso y usted tenga su identificación estatal, puede llevar a su bebé al médico.

Entre sus beneficios, se incluyen los que se indican a continuación:

- Servicios para pacientes hospitalizados/ pacientes ambulatorios/en consultorios de proveedores (incluida la atención prenatal) para parto vaginal, cesárea y complicaciones
- Cuidados rutinarios en guarderías para recién nacidos y todos los cuidados de necesidad médica
- Extractores de leche
- Asesor de lactancia
- Consultas de seguimiento posteriores al parto

Recursos

- Obtenga más información sobre sus beneficios y acceda a su manual del miembro en **coaccess.com/members/care**.
- Obtenga más información sobre la atención posparto en **coaccess.com/ppc**.
- Obtenga consejos de salud para usted y su bebé en **coaccess.com/healthybaby**.



MANTÉNGASE SEGURO: RECIBA LAS VACUNAS QUE NECESITA

Las vacunas son una forma segura de protegerse usted y a su familia de muchas enfermedades. Las vacunas ayudan a prevenir el contagio y la transmisión de enfermedades graves. Estas enfermedades pueden hacer que se enferme tanto que deba faltar a la escuela o al trabajo. También pueden hacer que se enferme a un nivel que no le permita cuidar de su familia.

Cada vacuna tiene un cronograma para el momento en que debería recibirla. Este puede depender de su edad. Es posible que también dependa de otras vacunas que puede haber recibido. Visite cdc.gov/vaccines/index.html para ver los cronogramas para niños y adultos.

Hable con su médico sobre las vacunas que son adecuadas para usted o su niño. Si no tiene un médico, podemos ayudarlo a encontrar uno. Llámenos al **800-511-5010** o encuentre uno en línea en coaccess.com/findaprovider.

También puede descubrir dónde encontrar vacunas cerca de usted en línea: healthfirstcolorado.com/find-doctors
immunizecolorado.org/what-we-do/no-and-low-cost-vaccines

Obtenga más información sobre las vacunas en coaccess.com/vaccines.

RECIBA ATENCIÓN CUANDO LA NECESITE

Podemos ayudarlo a mantenerse sano y recibir la atención de salud física y mental que necesite. Visite coaccess.com/members/care para obtener más información sobre sus beneficios.

Cuando necesite atención, lo ideal es que comience con su médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés). Si no tiene un PCP, podemos ayudarlo a encontrar uno. Llámenos al **800-511-5010**. También puede encontrar un médico en línea en coaccess.com/findaprovider. Hay un enlace a nuestro directorio en la página de inicio de nuestro sitio web. Esta herramienta también puede brindarle la siguiente información:

- Qué médicos se encuentran cerca de usted.
- Los idiomas que habla el médico (que no sean inglés).
- Qué médicos aceptan nuevos pacientes. Llámelos para asegurarse.

Si necesita una cita antes de la fecha en la que el médico puede atenderlo, puede intentar lo siguiente:

- Pregunte si el médico puede adelantar la cita por telemedicina.
- Llame a la consulta del médico para saber si un miembro del personal de enfermería o un médico puede hablar con usted sobre sus síntomas (o los de su niño).
- Llame a la Línea de asesoramiento de enfermería de Health First Colorado para hablar sobre sus síntomas (o los de su niño). Llámelos al **800-283-3221**.
- Vaya a un centro de atención de urgencia.



RECURSOS

Conéctese con nosotros

¿Nos sigue en las redes sociales? Compartimos información como consejos de salud, recursos alimentarios y detalles sobre sus beneficios. Puede encontrarnos en Facebook, Instagram, y YouTube.

¿Necesita ayuda con Health First Colorado?

Cuando tiene una pregunta sobre sus beneficios, ¿sabe dónde obtener respuestas? Puede encontrar su manual del miembro en **coaccess.com/members/care** o comunicarse con nuestro equipo de servicio al cliente. Llame de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. al **800-511-5010**. O bien envíe un correo electrónico al equipo a **customer.service@coaccess.com**.

Coordinación de cuidados

Contamos con servicios de coordinación de cuidados. Nuestros coordinadores de cuidados son expertos capacitados que comprenden muchos problemas de salud. Pueden ayudarlo con lo siguiente:

- Comprender sus beneficios.
- Obtener los servicios de atención de salud física o conductual que necesita.
- Coordinar la comunicación entre sus diferentes médicos.
- Regresar a casa después de una estadía en el hospital. Esto se refiere a cosas como comprender las instrucciones del alta hospitalaria, obtener derivaciones, crear un plan de atención, programar citas de seguimiento y más.

¡Llámenos hoy mismo y descubra más formas en las que nuestros coordinadores de cuidados

pueden ayudarlo! Llámenos al **866-833-5717**. Estamos a su disposición 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**.

Directivas anticipadas de atención médica

La ley de Colorado establece que tiene derecho a elegir el tratamiento médico. Puede hablar por sí mismo si está en condiciones de hacerlo. O bien puede elegir a alguien para que tome la decisión por usted. Obtenga más información en **coaccess.com/members/services**.

Quejas y apelaciones

Queremos asegurarnos de que reciba la mejor atención posible. Sin embargo, cuando las cosas no van bien o no está de acuerdo con una decisión que hemos tomado, tiene derecho a expresarlo. Obtenga más información en **coaccess.com/members/services/grievances**. También puede llamarnos al **800-511-5010** o enviarnos un correo electrónico a **grievances@coaccess.com**.

¡Únase a nuestros grupos de miembros!

Deseamos que se comuniquen con nosotros si usted:

- Puede participar en reuniones programadas regularmente.
- Usted o alguien de su familia es miembro de Health First Colorado o CHP+.
- Puede compartir sus ideas sobre cómo podemos mejorar aspectos como la salud, el acceso a la atención y el costo.
- Quiere conocer a otros miembros y profesionales de la salud.

¿Desea obtener más información sobre nuestros grupos de miembros? Visite **coaccess.com/getinvolved**. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nosotros enviando un correo electrónico a **getinvolved@coaccess.com**. ¡Sus comentarios ayudan a mejorar nuestros servicios!

Derechos y responsabilidades

Como miembro, usted tiene ciertos derechos y responsabilidades. ¡Asegúrese de conocerlos! Tiene varios derechos, como los que se indican a continuación:

- Escoger a cualquier médico de nuestra red.
- Obtener información de su médico sobre las opciones de tratamiento para sus necesidades de salud.
- Solicitar que agreguemos un médico específico a nuestra red.

Para leer información sobre todos sus derechos, visite **coaccess.com/members/services/rights**.

Línea de asesoramiento de enfermería

- Llame al **800-283-3221**
- El personal de enfermería está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para brindar información y consejos médicos gratuitos.

Información de contacto en caso de emergencia

Si tiene una emergencia, llame al 911. O diríjase a la sala de urgencias más cercana. Las emergencias son situaciones como las siguientes:

- Fracturas de huesos.
- Convulsiones o desmayos.
- Sangrado abundante que no se puede detener.
- Envenenamiento.

- Dolor de estómago intenso.
- Síntomas de ataque cardíaco.
- Ideas de hacerse daño a sí mismo o a los demás, o bien pensamientos de suicidio.

988: Línea de ayuda para la salud mental de Colorado

Si usted (o alguien que conoce) está sufriendo una crisis de salud mental o piensa en hacerse daño a sí mismo o a otras personas, llame al 988. También pueden ayudarlo con lo siguiente:

- Angustia emocional
- Preocupación por el consumo de sustancias
- Crisis suicidas

Pueden ayudarlo a usted, o a alguien que conozca, con todos estos aspectos.

Especialistas capacitados pueden prestar apoyo gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Para obtener ayuda, puede hacer lo siguiente:

- Llame al **988**.
- Envíe un mensaje de texto al **988**. Los mensajes de texto están disponibles tanto en inglés como en español.
- Chatee en tiempo real en **988lifeline.org/chat**. El chat en tiempo real está disponible tanto en inglés como en español.

Obtenga más información en **988lifeline.org** y **988colorado.com**.

Servicios interpretativos

La interpretación oral, incluido el lenguaje de señas estadounidense, y las ayudas auxiliares, están disponibles sin costo para los miembros. Póngase en contacto con **800-511-5010**.