

# ENFOQUE EN LA SALUD



**Nunca omite una dosis**  
Control eficaz de los medicamentos

**Cuándo solicitar atención**  
¿Atención de urgencia o sala de emergencias?

**Es esa época del año otra vez**  
Examen físico anual

VILLAGE CARE MAX

[www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org)

H2168\_MBR25-208s\_C  
VCM\_MLTC\_MBR2025\_07s

VillageCareMAX  
112 Charles Street  
New York, NY 10014

VILLAGE CARE MAX

NON-PROFIT  
U.S. POSTAGE  
PAID  
HICKSVILLE, NY  
PERMIT 885

## Tome el control de su salud con un manejo eficaz del dolor

El manejo eficaz del dolor es importante para su bienestar general. Cuando el dolor está bajo control, puede mantenerse activo y participar en la vida diaria, lo que le ayuda a sentirse mejor y más independiente.

### Por qué es importante el manejo del dolor

El control adecuado del dolor no solo lo ayuda a disfrutar de las actividades diarias, sino que también reduce la necesidad de visitas al hospital, problemas con los medicamentos y malestar general. Cuando maneja el dolor de forma efectiva, puede mantener una mejor calidad de vida.

### El equipo de gestión de la atención trabajará con usted para controlar su dolor de la siguiente manera:

- **Monitoreo del dolor e identificación de tipos de dolor**  
Su proveedor de atención médica llevará a cabo chequeos regulares para monitorear los cambios en sus niveles de dolor. Comprobará si el dolor es agudo y repentino (agudo), si dura mucho tiempo (crónico) o si aparece y desaparece (irruptivo). Esto le ayuda a seleccionar el plan de tratamiento más eficaz para usted.
- **Buscar otras causas para el dolor**  
En ocasiones, factores como la ansiedad o la depresión pueden contribuir a su dolor. Su proveedor trabajará con usted para identificar y abordar estos problemas subyacentes.
- **Usar los medicamentos con prudencia**  
Su proveedor de atención médica se asegurará de que los analgésicos o antiinflamatorios se utilicen correctamente. Es posible que evite recetar opioides a menos que lo considere necesario.
- **Seguimiento del progreso de los medicamentos**  
Su proveedor puede hacer ajustes si es necesario y estar atento a los efectos secundarios.



- **Fisioterapia y dispositivos de asistencia** La fisioterapia puede ayudar a mejorar su fuerza y flexibilidad, lo que puede reducir el dolor. Las herramientas como los andadores o los aparatos ortopédicos pueden facilitar el movimiento y proporcionar apoyo adicional.
- **Terapia cognitivo-conductual (TCC)\* y tratamientos alternativos**  
La terapia de TCC se centra en cambiar los patrones de pensamiento negativos, lo que puede ser útil para lidiar con el dolor. También es posible que desee explorar tratamientos como la acupuntura, los masajes o la terapia de calor y frío para aliviarlo.
- **Coordinación de la atención y gestión de derivaciones**
  - Si es necesario, es posible que lo deriven para recibir tratamientos especiales, como bloqueos nerviosos o inyecciones para aliviar el dolor.
  - Sus administradores de atención pueden asegurarse de que tenga acceso a los servicios de atención domiciliaria necesarios para respaldar su proceso de manejo del dolor.

\*Este beneficio solo se aplica a los afiliados al plan Medicare Total Advantage (HMO D-SNP), no al plan MLTC.

## Nunca omita una dosis: Administración eficaz de medicamentos

Tomar sus medicamentos según lo indicado es clave para mantener su salud. Es importante resurtir sus medicamentos a tiempo para mantenerse al día con su tratamiento. Seguir el programa de medicamentos puede ayudarle a controlar afecciones crónicas como la diabetes, la presión arterial alta o el colesterol alto.

Con el programa Choice 100 de VillageCareMAX\*, puede ser elegible para recibir un suministro de hasta 100 días y tres resurtidos en la farmacia de su elección. Puede ahorrarle viajes a la farmacia con el mismo copago que un suministro de 90 días.

VillageCareMAX también ofrece un servicio de surtido de recetas por correo conocido como MedImpact Direct Mail para el suministro



de 90 a 100 días de medicamentos para afecciones crónicas, incluidos los de la diabetes, la presión arterial alta, el colesterol alto y la EPOC. Recibir el medicamento en la puerta de su domicilio le permite seguir tomándolo sin tener que salir de su casa. Elegir el resurtido automático a través de MedImpact Direct Mail facilita la renovación de recetas.

Hay un farmacéutico disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana, para asistirle y responder cualquier pregunta que tenga. Llame al 1-855-873-8739 (

TTY: 711) para hablar con un farmacéutico.

Después del horario de atención, deje un mensaje y las llamadas urgentes se devolverán en el plazo de una hora.

Hay tres formas de programar el surtido de su receta por correo.

1. **Fax:** Su médico envía su receta por fax a Birdi al 1-888-783-1773.
2. **En línea:** Visite [www.medimpact.com](http://www.medimpact.com) para solicitar una nueva receta o transferir una desde una farmacia minorista.
3. **Correo postal:** Envíe un formulario de pedido por correo con su(s) receta(s) a:

**Birdi**  
PO Box 51580  
Phoenix, AZ 85076-1580

Si desea información adicional sobre cómo inscribirse y participar en el programa de pedidos por correo, visite [www.medimpact.com](http://www.medimpact.com) o llame al número gratuito 1-855-873-8793 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., y los sábados, de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

\*Este beneficio solo se aplica a los afiliados al plan Medicare Total Advantage (HMO D-SNP), no al plan MLTC.

### ¿Necesita ayuda?

1-800-469-6292 Línea gratuita TTY 711 | Los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

[www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org)

## ¿Atención de urgencia o sala de emergencias?

### Sepa a dónde acudir para recibir atención.

Elegir el lugar correcto para recibir tratamiento puede ahorrarle tiempo y dinero. Para sus necesidades de atención médica, consulte la tabla a continuación.



#### Proveedor de atención primaria

Llame a su proveedor de atención primaria (PCP) para problemas de salud de rutina como:

- Resurtido de medicamentos
- Enfermedad crónica
- Vacunas
- Alergias
- Tos, dolor de garganta o fiebre
- Dolor de cabeza
- Dolor de muelas

#### Centros de Atención de Emergencia

Acuda a un centro de atención de urgencia para enfermedades y lesiones que no sean de emergencia, como:

- Cortes, quemaduras o lesiones menores
- Resfriado, gripe o fiebre
- Dolor de oídos o dolor de garganta
- Esguinces o torceduras
- Asma leve o reacciones alérgicas
- Infecciones leves

#### Sala de emergencias/911

Acuda a la sala de emergencias más cercana ante cualquier situación que ponga en peligro su vida o llame al 911 si presenta:

- Dolor en el pecho o dificultad para respirar
- Lesiones o quemaduras graves
- Síntomas de derrame cerebral (debilidad repentina o problemas del habla)
- Sangrado incontrolable
- Reacciones alérgicas graves
- Pérdida del conocimiento

## Planifique para el futuro con directivas anticipadas

Es importante tener un plan en caso de que se enferme y no pueda tomar decisiones de atención médica por sí mismo. La Ley de Poderes para la Atención Médica de Nueva York le permite designar a un agente de atención médica para que tome esas decisiones por usted. Debe ser alguien en quien usted confíe. Podría tratarse de un familiar o un amigo cercano. Su agente se asegura de que los proveedores de atención médica cumplan sus deseos. Elegir a su agente de atención médica es una tarea muy

importante. Cada adulto debe tomar esta decisión, independientemente de su edad o estado de salud. La persona que usted designe se asegurará de que reciba el tratamiento que usted prefiere.

Su agente decide cómo aplicar su voluntad a medida que cambia su afección. Depende de usted si puede tomar todas las decisiones sobre la atención médica o solo algunas de ellas. Los hospitales, médicos y otros proveedores de atención médica deben seguir las decisiones de su agente como si fueran de usted. Debe completar un formulario de apoderado para la atención médica para indicar sus deseos. Este formulario también puede mencionar si desea donar órganos o tejidos. El formulario está disponible en diferentes idiomas.

## Formulario electrónico de apoderado para la atención médica disponible en línea

Tomar el control de sus preferencias de atención médica ahora es más fácil que nunca. Si aún no lo ha hecho, puede acceder al formulario de apoderado para la atención médica siguiendo estos pasos:

1. Vaya a: [www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org).
2. Haga clic en: "Our Plans" (Nuestros planes) en la parte superior de la página.
3. Seleccione su plan de la lista.
  - **Afiliados al plan Medicare Total Advantage:** hagan clic en "Plan Materials" (Materiales del plan) en la parte superior de la página.
  - **Afiliados al plan de atención administrada a largo plazo (MLTC):** hagan clic en "For Members" (Para afiliados) y seleccionen "Plan Materials and Resources" (Materiales y recursos del plan).
4. Desplácese hacia abajo hasta que vea "Health Care Proxy Form" (Formulario de poder para la atención médica).
5. Siga las instrucciones paso a paso para completar y firmar el formulario en línea.

Los afiliados al plan Medicare Total Advantage pueden firmar el formulario en línea. Una vez completado el formulario, se guardará en el sistema VillageCareMAX.



## Su directorio de proveedores

El directorio proporciona una lista de proveedores disponibles para los afiliados de VillageCareMAX.

La red de VillageCareMAX está conformada por profesionales y organizaciones calificados en el área de servicio.

La lista puede cambiar periódicamente. Puede ver el directorio más actualizado en nuestro sitio web en [www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org) o llame a Servicios para Afiliados al 1-800-469-6292 (TTY: 711) para solicitar una copia.

### Bienvenido a la búsqueda de proveedores de VillageCareMAX

Para comenzar, indíquenos qué tipo de plan tiene.

VillageCareMAX Managed Long-Term Care (MLTC)

VillageCareMAX Medicare Total Advantage Plan (HMO D-SNP)

### ¿Necesita ayuda?

1-800-469-6292 Línea gratuita TTY 711 | Los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

[www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org)

## Calendario del Centro Comunitario del Bronx

798 Southern Blvd, Bronx NY 10455  
718-517-2700/800-469-6292  
www.villagecaremax.org

**El Centro Comunitario del Bronx está abierto a todos los afiliados de VillageCareMAX y miembros de la comunidad. ¡Consulte el calendario de eventos para encontrar una clase que pueda interesarle!**



### Julio de 2025

#### LUNES: EJERCICIO SUAVE

7, 14, 21 y 28 de julio:  
11:30 a. m. a 12:30 p. m.

#### .MARTES: VERDURAS Y FRUTAS

8 y 22 de julio:  
11:00 a. m. a 3:00 p. m.

#### MIÉRCOLES: CLASE DE INGLÉS

9, 16, 23, 30 de julio:  
5:00 p. m. a 7:00 p. m.

#### JUEVES: EJERCICIO SUAVE

10, 17, 24 y 31 de julio:  
11:30 a. m. a 12:30 p. m.

#### VIERNES: MÚSICA, LITERATURA, DOMINÓ Y BINGO

11, 18 y 25 de julio:  
de 1:30 p. m. a 2:30 p. m.

### Agosto de 2025

#### LUNES: EJERCICIO SUAVE

4, 11, 18 y 25 de agosto:  
de 11:30 a. m. a 12:30 p. m.

#### .MARTES: VERDURAS Y FRUTAS

5 y 19 de agosto:  
11:00 a. m. a 3:00 p. m.

#### MIÉRCOLES: CLASE DE INGLÉS

6, 13, 20, 27 de agosto:  
5:00 p. m. a 7:00 p. m.

#### JUEVES: EJERCICIO SUAVE

7, 14, 21 y 28 de agosto:  
11:30 a. m. a 12:30 p. m.

#### VIERNES: MÚSICA, LITERATURA, DOMINÓ Y BINGO

1, 8, 15, 22 y 30 de agosto:  
de 1:30 p. m. a 2:30 p. m.

Asistencia gratuita de lunes a viernes de 9:30 a. m. a 4:00 p. m.: solicitud/recertificación de teléfono celular, recertificación de la solicitud de SNAP, asistencia con la solicitud/recertificación de MEDICAID, solicitud/recertificación de SCRIE/DRIE, solicitud/renovación de IDNYC. Solicitud de los beneficiarios de Medicare para tarjetas de metro de tarifa reducida.

## Su voz importa: Participe en la encuesta de satisfacción de los afiliados de IPRO

En VillageCareMAX, valoramos su experiencia y sus comentarios son importantes para nosotros. La Encuesta de satisfacción del afiliado de IPRO le brinda la oportunidad de compartir lo que piensa sobre los servicios de atención médica que recibe.

Sus comentarios nos ayudan a entender lo que funciona y lo que se puede mejorar. Cuando más afiliados responden la encuesta, obtenemos un panorama más claro de cómo lo estamos haciendo y dónde podemos mejorar.

### ¿Por qué la encuesta es importante?

- Ayuda a mejorar la calidad de la atención y los servicios que recibe.
- Puede tener un impacto en nuestras calificaciones de calidad y financiamiento futuro, ayudándonos a ofrecerle mejores servicios.

Los resultados de la encuesta repercuten en el Programa de Incentivos para la Calidad (Quality Incentive Program, QIP). Este programa está diseñado para ayudarnos a ofrecerle una mejor atención cuando obtenemos una puntuación lo suficientemente alta. Hay siete medidas en las que se centra la encuesta.

Si recibe la encuesta, le recomendamos que la complete y la devuelva a tiempo. Su asistente de atención domiciliar o profesional de enfermería puede ayudar a explicar las preguntas si es necesario. Recuerde que sus respuestas son completamente confidenciales y realmente valoradas.

1. **Obtener la atención necesaria:** mide la facilidad con la que puede acceder a la atención domiciliar, al equipo médico y a los servicios especializados.
2. **Obtener atención rápida:** evalúa la rapidez con la que recibe consultas de atención domiciliar, citas médicas y atención en centros de atención de urgencia.
3. **Servicio al cliente:** evalúa la capacidad de respuesta de los representantes del plan VillageCareMAX y los proveedores de atención médica.
4. **Coordinación de la atención:** mide cuán bien nuestros equipos de atención trabajan juntos para brindarle servicios sin interrupciones.
5. **Calificación del plan de salud:** garantiza que los servicios que brindamos se ajusten a sus expectativas y satisfacción.
6. **Calificación de cuidado personal del auxiliar de atención médica en el hogar:** mide el profesionalismo, la confiabilidad y la calidad de la atención de su asistente de atención médica en el hogar.
7. **Análisis de directivas anticipadas:** mide si un miembro del equipo de VillageCareMAX ha analizado la planificación anticipada de atención con usted.

## Testimonio de un afiliado

"Me gustaría compartir mi sincero agradecimiento por el maravilloso servicio prestado por Boris Baev. Siempre hace todo lo posible para ayudarme, siempre asegurándose de que mis solicitudes se cumplan con cuidado y atención. Boris se toma el tiempo para explicar los servicios con claridad y me ayuda a entender el proceso, lo que facilita mucho las cosas. Sus habilidades de traducción son muy útiles, ya que transmite información con precisión y me conecta con los departamentos correctos en todo momento sin ningún problema. Boris también me ayudó a entender mis derechos como afiliado y me guió cuidadosamente a través del proceso de apelación, lo cual fue increíblemente tranquilizador. Lo que más destaca es su cuidadosa atención al detalle a la hora de resolver problemas. Aborda cada desafío con arduo trabajo y cuidado, y le agradezco en verdad su ayuda. ¡Gracias, Boris, por tu dedicación y apoyo!"

### ¿Necesita ayuda?

1-800-469-6292 Línea gratuita TTY 711 | Los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

www.villagecaremax.org

## El sol ha cambiado ¿y su rutina de protección solar?

Usar protector solar es muy importante para su bienestar general y no solo en los meses soleados de verano. Debido al aumento de la intensidad de los rayos UV y a las olas de calor más largas, es más importante que nunca utilizar protector solar.

### ¿Qué es diferente este año?

Los dermatólogos informan que se están registrando índices UV más altos a principios de la temporada y en áreas que antes no se consideraban de alto riesgo. Por ejemplo, ¿el paseo matutino a su cafetería? Podría exponerle a más daño por los rayos UV que un día completo en la playa hace una década.

### ¿Las buenas noticias?

El protector solar es más avanzado ahora, y nosotros también. Algunos consejos que debe tomar en cuenta este verano son:

- **Úselo a diario.** El protector solar no debe ser solo para los días soleados en la playa. Hágalo parte de su rutina diaria, especialmente si trabaja cerca de ventanas, conduce con frecuencia o pasa tiempo al aire libre.
- **Use la cantidad correcta.** Una bolita del tamaño de un guisante no es suficiente. Los expertos recomiendan aplicar una cantidad del tamaño de una moneda de cinco centavos para la cara y otra del tamaño de un vaso para shots para el cuerpo. La mayoría de las personas no se aplican lo suficiente, lo que hace que ese FPS 30 funcione más como un FPS 10.
- **Reaplique una y otra vez.** Incluso las fórmulas de más alta tecnología no duran todo el día. Vuelva a aplicárselo cada dos horas, especialmente después de sudar o nadar. Pruebe con un FPS en aerosol o en polvo para facilitar la aplicación.



- **Revise la etiqueta.** La cobertura de amplio espectro es importante y, en 2025, muchas fórmulas ahora incluyen protección adicional contra la luz azul para los días que usa muchas pantallas.
- **Úselo ampliamente.** Las orejas, el cuero cabelludo, la parte superior de los pies e incluso el dorso de las manos son puntos comunes de daño solar que se pasan por alto. Asegúrese de abarcarlos cuando se aplique protector solar.

Cúidese este verano con el protector solar como un componente importante de su vida diaria. Recuerde, en una época de mayor exposición al sol, es uno de sus mejores aliados.



## ¡Es hora de su chequeo!

No importa su edad o etapa de la vida, los exámenes físicos anuales son esenciales para mantener una buena salud. Un examen físico anual es una oportunidad para verificar su salud y establecer metas para el año siguiente. Visitar a su proveedor de atención primaria (PCP) para recibir atención preventiva regular es una de las mejores maneras de identificar y tratar problemas de salud antes de que empeoren.

Un examen físico anual no es una consulta por enfermedad. Es un examen que se realiza cuando usted se siente bien. Existen varias razones por las que debe hacerse un examen físico anual:

### Mantenimiento de la atención médica

Durante el examen, el médico revisará los signos vitales, como la presión arterial, la frecuencia cardíaca y el peso. También puede hacer un análisis de sangre y hablar sobre exámenes preventivos, como mamografías y colonoscopias. Si tiene problemas de salud crónicos, como diabetes o presión arterial alta, su médico hablará sobre estos y revisará cualquier medicamento que esté tomando.

### Modificación del estilo de vida

Este es un buen momento para hablar con su médico sobre formas de estar más saludable, como perder peso, hacer ejercicio, dejar de fumar y llevar una mejor dieta. Cuidar de su salud es muy importante, y hacerse un examen físico cada año puede hacer una gran diferencia. ¡Asegúrese de programar el suyo hoy mismo!

## ¿Qué es el Comité Asesor de Afiliados?

El Comité Asesor de Afiliados es una plataforma para que los afiliados expresen sus necesidades y expectativas y compartan sus experiencias con todos los servicios proporcionados por VillageCareMAX. El Comité Asesor sobre la Experiencia de los Afiliados analiza las formas de mejorar el acceso a los servicios cubiertos, la coordinación de los servicios y la equidad en salud para las poblaciones desatendidas. El Comité Asesor de Afiliados tiene representación de todos los departamentos dentro de VillageCareMAX, incluidos Servicios para Afiliados, Inscripción y Elegibilidad, Quejas y Apelaciones, Administración de Casos, Administración de Redes y el Departamento de Calidad.

### Frecuencia y orden del día

El Comité se reúne trimestralmente. Se recomienda la participación en persona, pero los afiliados pueden hacerlo de forma remota si es necesario. Para fomentar la participación de nuestra población diversa y adaptarse a las necesidades culturales y lingüísticas, las reuniones se llevarán a cabo de forma rotativa en cada distrito de las áreas de servicio de VillageCareMAX. Nuestras próximas reuniones están programadas para el 16 de septiembre de 2025 y el 16 de diciembre de 2025.

### El orden del día consistirá en:

- Elementos identificados por el personal de liderazgo de VillageCareMAX, donde se han identificado problemas o donde se desea la opinión/retroalimentación de los participantes.
- Puntos propuestos por los miembros del comité. Los miembros del comité serán encuestados antes de cada reunión para preguntar por los puntos de la agenda.

### ¿Necesita ayuda?

1-800-469-6292 Línea gratuita TTY 711 | Los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

[www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org)

## Sus derechos como afiliado de Village CareMAX MLTC

VillageCareMAX valora su afiliación a nuestro plan. Nuestro objetivo es brindarle la mejor atención y la mejor experiencia a los afiliados. También queremos que sepa que cuenta con los siguientes derechos:



- Recibir atención necesaria desde el punto de vista médico
- Tener acceso oportuno a la atención y a los servicios
- A la privacidad de sus registros médicos y cuándo recibe tratamiento
- Recibir información sobre las opciones de tratamiento disponibles y alternativas, presentada de una manera y en un idioma que comprenda
- Recibir información en un idioma que comprenda; puede obtener servicios de interpretación sin costo alguno.
- Recibir la información necesaria para dar su consentimiento informado antes del inicio del tratamiento
- Ser tratado con respeto y consideración debida a su dignidad.
- Solicitar y obtener una copia gratuita de sus registros médicos y solicitar que se enmienden o corrijan sus registros
- Participar en la toma de decisiones sobre su atención médica, incluido el derecho a rechazar un tratamiento
- No sufrir ningún tipo de restricción ni de reclusión como medida de fuerza, disciplina, conveniencia o represalia.
- Recibir atención sin tener en cuenta el sexo (incluida la identidad de género y la condición de ser transgénero), la raza, el estado de salud, el color, la edad, el origen nacional, la orientación sexual, el estado civil o la religión.
- Que se le diga cuándo, dónde y cómo recibir los servicios que necesita de su plan de atención administrada a largo plazo, incluida la forma en que puede obtener los beneficios cubiertos de los proveedores fuera de la red si no están disponibles en la red del plan
- Presentar una queja ante el Departamento de Salud del Estado de Nueva York o el Departamento de Servicios Sociales de su localidad; y usar el sistema de Audiencias Imparciales del Estado de Nueva York o una Apelación Externa del Estado de Nueva York, cuando corresponda
- Designar a alguien que hable en su nombre acerca de su atención y tratamiento
- Solicitar ayuda del programa de ombudsman para participantes.

## Aviso de no discriminación

VillageCareMAX cumple con las leyes federales de derechos civiles. VillageCareMAX no excluye a personas ni las trata de forma distinta debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad ni sexo. VillageCareMAX ofrece lo siguiente:

- Ayuda y servicios gratuitos a personas con dificultades para comunicarse con nosotros, como:
  - Intérpretes calificados en lenguaje de señas
  - Información por escrito en otros formatos (impresión en letras grandes, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Servicios de idioma gratuitos para personas cuyo idioma principal no sea el inglés, como:
  - Intérpretes calificados
  - Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, llame a **VillageCareMAX** al 1-800-469-6292. Para servicios de TTY/TDD, llame al 711.

Si cree que **VillageCareMAX** no le ha brindado estos servicios o lo ha tratado de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante **VillageCareMAX** en:

Correo postal: 112 Charles Street, Nueva York, NY  
 Teléfono: 10014 1-800-469-6292 (para servicios TTY/TDD 711)  
 Fax: 1-347-226-5180  
 En persona: 112 Charles Street, Nueva York, NY 10014  
 Correo electrónico: [Complaints@villagecare.org](mailto:Complaints@villagecare.org)

También puede presentar un reclamo por escrito ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (Office for Civil Rights of the U.S. Department of Health and Human Services).

Sitio web: Portal de reclamos de la Oficina de Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocrportal/lobby.jsf>  
 Correo postal: U.S. Department of Health and Human Services  
 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building  
 Washington, DC 20201  
 Los formularios de reclamo están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>  
 Teléfono: 1-800-368-1019 (TTY/TDD 800-537-7697)

VILLAGECAREMAX  
 Visit us online at:



### ¿Necesita ayuda?

1-800-469-6292 Línea gratuita TTY 711 | Los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

[www.villagecaremax.org](http://www.villagecaremax.org)

## Language Assistance

ATTENTION: Language assistance services and other aids, free of charge, are available to you. Call 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711.	English
ATENCIÓN: Dispone de servicios de asistencia lingüística y otras ayudas, gratis. Llame al 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Spanish
请注意：您可以免费获得语言协助服务和其他辅助服务。请致电 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711。	Chinese
لصتا. كفل ةحاتم ةيناجملا ىرخألا تادعاسملا او ةيوغللا ةدعاسملا تامدخ: ةظحالم 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711 مقربلاب	Arabic
주의: 언어 지원 서비스 및 기타 지원을 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711번으로 연락해 주십시오.	Korean
ВНИМАНИЕ! Вам доступны бесплатные услуги переводчика и другие виды помощи. Звоните по номеру 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Russian
ATTENZIONE: Sono disponibili servizi di assistenza linguistica e altri ausili gratuiti. Chiamare il 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Italian
ATTENTION : Des services d'assistance linguistique et d'autres ressources d'aide vous sont offerts gratuitement. Composez le 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	French
ATANSYON: Gen sèvis pou bay asistans nan lang ak lòt èd ki disponib gratis pou ou. Rele 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	French Creole
קייא ראפ לבעליעווא ןענעז, ףליה ערעדנא ןוא סעסיוורעס ףליה קארפס: גנוטכא 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711 טסזמוא	Yiddish
UWAGA: Dostępne są bezpłatne usługi językowe oraz inne formy pomocy. Zadzwoń: 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Polish
ATANSYON: Available ang mga serbisyong tulong sa wika at iba pang tulong nang libre. Tumawag sa 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Tagalog
মনদায়গ নামূল্যে ভাষা সহায়তা পরষিবো এবং অন্যান্য সাহায্য আপনার জন্য উপলব্ধ। 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711-এ ফোন করুন।	Bengali
VINI RE: Për ju disponohen shërbime asistence gjuhësore dhe ndihma të tjera falas. Telefononi 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Albanian
ΠΡΟΣΟΧΗ: Υπηρεσίες γλωσσικής βοήθειας και άλλα βοηθήματα είναι στη διάθεσή σας, δωρεάν. Καλέστε στο 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711	Greek
ال ب ے ل ے ک ے پ ا ں ے ت ن و ا ع م ر گ ے د ر و ا ت ا م د خ ے ک ے ت ن و ا ع م ے م ن ا ب ز : ے ے ا م ر ف م ح و ت 1-800-469-6292; TTY/TDD: 711۔ ے ے ب ا ے ت س د م ح و ا ع م	Urdu