



COMMUNITY SUNRISE

A Newsletter for Sun Family Members

Community Health Network of Connecticut, Inc.

Una Hoja Informativa para Los Miembros de la Familia del Sol

Spring 2003

Primavera 2003

To Our Sun Family Members:

Beginning May 1, 2003, a new state law will require you to pay \$1.00 for each prescription drug and each drug refill that you receive. The \$1.00 per prescription will be collected from you at the time you receive your medications. You will not be denied your medication if you are unable to pay the \$1.00. However, you will be asked to make arrangements to pay the pharmacist at a later time.

The following are exceptions to the \$1.00 pharmacy co-payment requirement. This means that members who fall into these groups do not have to pay the \$1.00 co-payment:

- Children under the age of 21;
- Pregnant women, including up to 60 days after you deliver the baby;
- People living in a nursing home or chronic disease hospital;
- Prescriptions for family planning drugs or supplies; and
- Compounded prescriptions (a combination of two or more medications).

Community Health Network of Connecticut "*The One With The Sun*" wants you and your family to stay healthy. If you need help understanding the new changes in the prescription co-payment, please call our Member Services Hotline at 1-800-859-9889. A friendly representative will be happy to answer your questions. We are here for you when you need us most!

Sincerely,

The Staff and Management of
Community Health Network of Connecticut, Inc.®

ASTHMA PROGRAM AT COMMUNITY HEALTH NETWORK OF CONNECTICUT

Helpful definitions:

Asthma - a lung disease that causes breathing problems.

Did you know that asthma is a major health problem for adults and children in Connecticut? Did you know that asthma is always among the top three reasons why our members end up in the hospital or emergency room?

Because of this, Community Health Network of Connecticut has a program in place to help our members with asthma.

Our asthma program here at CHNCT includes:

- educational materials for both parents and children;
- home care nursing visits provided by licensed home care agencies;
- case management services;
- and coordination between your primary care physician and any specialists you may need to visit.

If you would like any information about our asthma program – please call our Member Services Department at **1-800-859-9889** and you will be directed to someone who can assist you. When you call if you would like educational materials; give us your mailing address and tell us if you need these materials in Spanish or another language.

Para Nuestros Miembros de la Familia Del Sol:

Comenzando el 1 de mayo de 2003, una nueva ley del estado exigirá que usted pague un dólar (\$1.00) por cada medicamento recetado y cada renovación de medicamento recetado que usted recibe. Un \$1.00 por receta le será cobrado en el momento que usted reciba sus medicamentos. No le negarán su medicamento si usted no puede pagar el \$1.00. Sin embargo, le pedirán que haga los arreglos con el farmacéutico para pagarle en otra ocasión.

Los siguiente, son las excepciones del requisito de copago de \$1.00 a la farmacia. Esto significa que los miembros que se encuentren entre estos grupos no tendrán que pagar el copago de \$1.00:

- Hijos menores de 21 años;
- Mujeres embarazadas, hasta 60 días después de tener su bebé inclusive;
- Personas que viven en un asilo o en un hospital para enfermedades crónicas;
- Recetas para medicamentos o suministros médicos para planificación familiar; y
- Recetas compuestas (una combinación de dos o más medicamentos).

Community Health Network of Connecticut, "*el Plan Del Sol*", quiere que usted y su familia se mantengan saludables. Si necesita ayuda para entender los nuevos cambios en el copago de recetas, por favor llame a la Línea de Emergencias de Servicios para Miembros al 1-800-859-9889. Un representante amigable se sentirá feliz de contestar sus preguntas. ¡Estamos aquí para usted cuando más nos necesita!

Atentamente,

El Personal y la Gerencia de
Community Health Network of Connecticut, Inc.®

PROGRAMA PARA EL ASMA EN COMMUNITY HEALTH NETWORK OF CONNECTICUT

Definiciones útiles:

Asma – es una enfermedad pulmonar que causa problemas para respirar.

¿Sabía usted que el asma es un problema de salud mayor para adultos y niños en Connecticut? ¿Sabía usted que el asma siempre está entre las tres razones principales por las que nuestros miembros terminan en el hospital o en la sala de emergencia?

Por esta razón, Community Health Network of Connecticut ha implementado un programa para ayudar a nuestros miembros con el asma.

Nuestro programa para el asma, aquí en CHNCT, incluye:

- material educativo, tanto para padres como para los niños;
- visitas de cuidado de enfermería domiciliario, brindadas por agencias de cuidado domiciliario certificadas;
- servicios de casos manejados;
- y coordinación entre su médico de cuidado primario y los especialistas que usted necesite visitar.

Si usted necesitara alguna información sobre nuestro programa para el asma, por favor llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros, al **1-800-859-9889**, y se le indicará quién podría ayudarlo. Cuando llame, si necesita material educativo, dénos su dirección postal e indíquenos si quiere recibir este material en español o en algún otro idioma.

ORAL HEALTH

Helpful definitions:

Oral – relating to the mouth

Decay – break down

Gingivitis – gum disease

Good oral health of parents is important for good oral health for children. Harmful germs that grow on your teeth and gums cause tooth decay and gingivitis. These germs can be passed to your infant's or toddlers mouth during routine play, feeding, sharing foods and utensils (forks & spoons), and other daily activities.

Your desire to have good oral health will help your children have good oral habits as they grow. So lets have a good start!

Reducing the number of germs that cause decay and gingivitis in your mouth reduces the risk of passing these harmful germs to your baby or toddler and thus reduces their risk of these problems. Daily mouth cleaning removes harmful germs and foods. You should clean your mouth at least in the morning and before bed.

This includes brushing your teeth, tongue, and gums and using dental floss. Cleaning your mouth before bed removes the buildup of food and germs from the day and helps your mouth recover. Regular dental visits guarantee that any problems that need attention are taken care of and do not become major problems.

Contact your primary care dentist for a six-month cleaning or call Member Services at **1-800-859-9889** to choose a primary care dentist in your area.



SALUD ORAL

Definiciones útiles:

Oral – relacionado con la boca

Decaimiento – destrucción de los dientes

Gingivitis – enfermedad de las encías

La buena salud oral de los padres es importante para la buena salud oral de sus niños. Los gérmenes dañinos que crecen en sus dientes y encías causan las caries y la gingivitis. Estos gérmenes pueden pasar a la boca de su bebé o niños durante los juegos habituales, la alimentación, al compartir alimentos o utensilios (tenedores y cucharas) y otras actividades diarias.

Su deseo de tener buena salud oral ayudará a que sus niños tengan buenos hábitos orales al ir creciendo. ¡Así que, empecemos bien!

Al disminuir la cantidad de gérmenes que causan las caries y la gingivitis en su propia boca, reducirá el riesgo de pasar estos gérmenes dañinos a su bebé o niños y, por lo tanto, disminuirá el riesgo de que ellos tengan estos problemas. La limpieza oral diaria elimina los gérmenes dañinos y los alimentos. Usted debería lavarse la boca por lo menos a la mañana y antes de acostarse.

Esto incluye cepillarse los dientes, la lengua, encías y usar hilo dental. Al lavarse la boca antes de acostarse, elimina la acumulación de alimentos y gérmenes del día y ayuda a que su boca se recupere. Las visitas periódicas al dentista garantizan la atención de todo problema que lo requiera, para que no se convierta en un problema más grave.

Contacte a su dentista de cuidado primario para una limpieza semestral, o llame a Servicios para Miembros, al **1-800-859-9889**, para escoger un dentista de cuidado primario en su área.

CULTURALLY AND LINGUISTICALLY APPROPRIATE SERVICES FOR CHNCT MEMBERS

Helpful definitions:

Cultural – common beliefs for racial groups, social groups, and religious groups.

Linguistic – human speech or language.

Appropriate – proper or good use of.

Community Health Network of Connecticut will go through all the steps necessary to make sure that the health plan, providers and vendors (Dental, Vision, Behavioral, Transportation) provide services in a culturally and linguistically appropriate manner for our members.

We are making an effort to learn and use knowledge of the health-related beliefs, attitudes, practices, and communication patterns of members and their families to improve services, strengthen programs, increase community participation, and close the gaps in health care among different ethnic groups.

CHNCT has created a new committee to make sure that all information sent to our members is written and translated into materials that are easily understood. We offer a variety of free services for our members through interpretations, translations and other programs. The committee's goal is to:

- Make sure that members receive from all CHNCT staff, providers/practitioners & vendors good, understandable, and respectful care that is provided in a manner that is agreeable with your cultural health beliefs and preferred language.
- Offer and provide language assistance services, including bilingual staff and interpreter services, at no cost to members with limited English ability at all points of contact and in a timely manner during all hours of operation. Family and friends should not be used to provide interpretation services (except on request by the member).
- Develop partnerships with communities and use a variety of ways to have community and member involvement in creating culturally and linguistically appropriate activities.

CHNCT has an Adult Member Advisory Committee as well as a Youth Advisory Committee that also looks at our materials and provides us with feedback on ways for us to improve our communication skills. Call our Member Services Department at **1-800-859-9889** if you would like more information on how you can get involved with one of these committees.

SERVICIOS CULTURALMENTE Y LINGÜÍSTICAMENTE APROPIADOS PARA MIEMBROS DE CHNCT

Definiciones útiles:

Cultural – creencias comunes de grupos raciales, grupos sociales y grupos religiosos.

Lingüístico – forma de hablar o lenguaje humano.

Apropiado – correcto, buen uso de algo.

Community Health Network of Connecticut tomará todas las medidas necesarias para asegurarse de que el plan de salud, los proveedores y los vendedores (dentales, de los ojos, del comportamiento y del transporte) brinden servicios de una forma que sea culturalmente y lingüísticamente apropiada para nuestros miembros.

Estamos haciendo un esfuerzo para aprender y usar el conocimiento de las creencias, las actitudes, las prácticas y los patrones de comunicación relacionados con la salud de los miembros y sus familias, a fin de mejorar los servicios, reforzar los programas, aumentar la participación comunitaria y cerrar las brechas en el cuidado de la salud entre los diferentes grupos étnicos.

CHNCT ha creado un nuevo comité para asegurarse de que toda la información enviada a nuestros miembros se escriba y traduzca de forma tal que produzca materiales que sean fáciles de entender. Ofrecemos diversos servicios gratuitos para nuestros miembros a través de interpretaciones, traducciones y otros programas. El objetivo del comité es:

- Asegurarse de que los miembros reciban de todo el personal de CHNCT, los proveedores/profesionales y vendedores un cuidado bueno, comprensible y respetuoso, que se brinde de forma que sea conforme a sus creencias culturales sobre la salud y en su idioma preferido.
- Ofrecer y brindar servicios de asistencia en el idioma, incluyendo personal bilingüe y servicios de interpretación, sin costo, para los miembros que tengan dificultades con el idioma inglés, en todos los puntos de contacto y en forma oportuna durante todas las horas de operación. No debería recurrirse a familiares y amigos para brindar servicios de interpretación (excepto que lo pida el miembro).
- Desarrollar asociaciones con las comunidades y usar distintas formas para lograr la participación de la comunidad y los miembros para crear actividades culturalmente y lingüísticamente apropiadas.

CHNCT cuenta con un Comité Asesor para Miembros Adultos, así como un Comité Asesor Juvenil, que también revisan nuestros materiales y nos dan su opinión sobre formas de mejorar nuestras habilidades de comunicación. Llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros, al **1-800-859-9889**, si desea más información sobre cómo puede participar en alguno de estos comités.

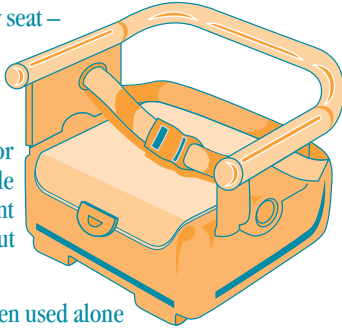
BOOST 'EM BEFORE YOU BUCKLE 'EM

Helpful definitions:

Visibility –what you can see

Parents often believe that once their children outgrow their forward facing child safety seat – often when a child weights 40 pounds – that an adult seat belt is good enough.

But a child who cannot sit with his or her back straight against the vehicle seat back cushion with knees bent over a vehicle seat edge – without slouching – must use a booster seat.



Adult seat belts can be dangerous when used alone if children are too small. The shoulder belt does not fit properly, and the lap belt rides up onto their soft bellies. In a crash, these problems can cause serious or even fatal injuries.

Yet many child passenger safety laws ignore children of this age and size giving parents a false sense of security.

All children between about 40 to 80 pounds and less than 4'9" tall – usually until about age 12 – should be in a booster seat. A booster set positions the adult-designed seat belt correctly and safely, and offers children greater comfort and visibility.

So when your kids outgrow forward facing child safety seats, boost 'em before you buckle 'em.

Produced by Connecticut SAFE KIDS for Parents
A Program of CT Children's Medical Center
www.ctsafekids.org

SÚBALOS ANTES DE ABROCHARLOS

Definiciones útiles:

Visibilidad – lo que uno puede ver

Los padres suelen creer que, una vez que sus hijos superan la edad del asiento de seguridad para niños con vista frontal –frecuentemente cuando pesan 20 kilos (40 libras)–entonces un cinturón de seguridad para adultos es suficiente.

Pero un niño que no puede sentarse con su espalda apoyada contra el respaldo del asiento trasero del vehículo con las piernas colgando sobre el borde del asiento –sin agacharse– necesita usar un asiento soporte.

Los cinturones de seguridad para adultos pueden ser peligrosos cuando es usado solo, si los niños son demasiado pequeños. El cinturón para el hombro no calza correctamente y el cinturón para la cintura se sube a sus estómagos delicados. En un choque, estos problemas pueden causar lesiones serias o aun fatales.

Sin embargo, muchas leyes de seguridad para pasajeros infantiles no toman en cuenta los niños de esta edad y tamaño, y dan a los padres un falso sentido de seguridad.

Todos los niños entre 20 y 40 kilos (40 y 80 libras) de pesos y de menos de 1,45 metros (4'9") de altura –generalmente hasta los 12 años– deberían estar en un asiento soporte. Un asiento soporte ubica el cinturón de seguridad diseñado para adultos en forma correcta y segura, y ofrece a los niños una mayor comodidad y visibilidad.

Así que cuando sus hijos superen la edad del asiento de seguridad para niños con vista frontal, súbalos antes de abrocharlos.

*Producido por Connecticut SAFE KIDS for Parents (NIÑOS SEGUROS de Connecticut para los padres)
Un programa del CT Children's Medical Center
(Centro Médico Infantil de CT)
www.ctsafekids.org*

Contributors: Tressa Spears, Member Services • Tina Rodriguez, Outreach • Lynn Childs, Health Services • Cultural & Linguistic Access Committee • CT Safe Kids. If you have any comments or suggestions for future newsletter articles, contact Tressa Spears at 1-800-859-9889 or mail info to her attention at CHNCT, Newsletter - 290 Pratt Street, Meriden, CT 06450. www.chnct.org www.advancepcsr.com www.blockvisioncare.com www.magellanhealth.com

Si usted tiene algun comentario o sugerencia para articulos en el futuro, favor de comunicarse con Tressa Spears at 1-800-859-9889 o envíe a: CHNCT, Newsletter - 290 Pratt Street, Meriden, CT 06450.

PRSRRT STD
AUTO
U.S. Postage
Paid
Marion, CT
Permit No. 17

