

Help for managing your care

Do you need help taking care of your health? Maybe you are living with several illnesses. Or maybe you have a long-term condition such as cancer, high blood pressure or diabetes. Care management may be able to help.

Care managers are nurses and social workers. They can:

- **Help you understand your health problems.** They can help you learn how to take care of yourself.
- **Work with your doctors to get you the best care possible.** They can help schedule appointments. They can help coordinate care.
- **Connect you to services and resources in the community.** These could include food stamps or housing support.

You or your doctor may ask for care management. It is not required. Call Member Services at **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) to find out more.

Ayuda para administrar su atención

¿Necesita ayuda para cuidar de su salud? Tal vez usted vive con varias enfermedades. O tal vez usted tiene una afección crónica, como cáncer, hipertensión arterial o diabetes. La administración de la atención puede ayudar.

La administración de la atención está formada por enfermeros y trabajadores sociales, quienes pueden:

- Ayudarlo a comprender sus problemas de salud y pueden enseñarle cómo cuidarse.
- Trabajar con su médico para que usted reciba el mejor cuidado posible. Pueden ayudarlo a programar las citas y a coordinar la atención.
- Conectarlo a servicios y recursos en la comunidad, que podrían incluir cupones de alimentos o apoyo para la vivienda.

Usted o su médico pueden solicitar la administración de la atención. No es requerido. Llame a Servicios para Miembros al **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) para obtener más información.

MCA_AD70NR



You have rights and responsibilities

Trillium Community Health Plan members have rights. They also have responsibilities.

Rights are things you can expect from your health plan. They include:

- Getting all the services we provide
- Being treated with respect
- Having your medical information kept private
- Getting a copy of your medical record

Responsibilities are things your health plan expects from you. They include:

- Asking questions if you don't understand your rights
- Keeping your scheduled appointments
- Having your member ID card with you at appointments
- Telling your doctor if you had care in an emergency room

You can find more rights and responsibilities in your member handbook. Read it online at [TrilliumOHP.com](https://www.TrilliumOHP.com). Call **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) to ask for a paper copy.

Get to know your health plan

Knowing your plan benefits is important. One easy way to learn more is to visit our website, [TrilliumOHP.com](https://www.TrilliumOHP.com). You can also review your member handbook. Both resources provide information about:

- How to submit a claim for covered services
- How to find a primary care doctor
- How to get services like specialty care, behavioral health care and hospital services
- How to get care after hours, emergency services or care when out of town

If you would like a paper copy of your member handbook or have any questions, you can call member services at **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**).

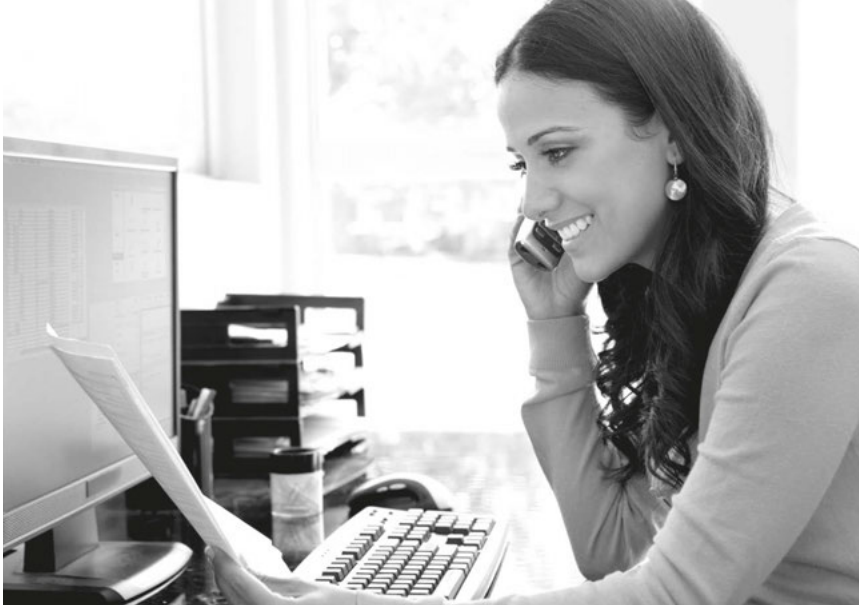
New to Trillium Community Health Plan?

Find details about your benefits and services in your member handbook and on our website. Visit [TrilliumOHP.com](https://www.TrilliumOHP.com).

Pharmacy facts

Trillium Community Health Plan wants to help members get the medications they need. The preferred drug list (PDL) is the list of drugs Trillium Community Health Plan covers.

You can find the PDL at [TrilliumOHP.com](https://www.TrilliumOHP.com). You can also call **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) to find out if a drug is covered. Your doctor or pharmacist can help you find medications that are covered.



Conozca su plan de salud

Conocer los beneficios del plan es importante. Una manera fácil de obtener más información es consultando nuestro sitio web en **TrilliumOHP.com**. También puede revisar su manual para miembros. Ambos recursos proveen información sobre lo siguiente:

- Cómo presentar una reclamación por los servicios cubiertos.
- Cómo encontrar a un médico de atención primaria.
- Cómo recibir servicios, como atención especializada, atención de la salud conductual y servicios hospitalarios.
- Cómo recibir cuidados fuera del horario de atención, servicios de emergencia o atención cuando está fuera de la ciudad.

Si desea una versión impresa de su manual para miembros o si tiene preguntas, puede llamar a Servicios para Miembros al **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**).

Datos de la farmacia

Trillium Community Health Plan quiere ayudar a los miembros a obtener los medicamentos que necesitan. La lista de medicamentos preferidos (Preferred Drug List, PDL) es la lista de medicamentos cubiertos por Trillium Community Health Plan.

Puede encontrar la PDL en **TrilliumOHP.com**. También puede llamar al **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) para consultar si un medicamento tiene cobertura. Su médico o farmacéutico puede ayudarlo a encontrar los medicamentos que están cubiertos.

¿Es nuevo en Trillium Community Health Plan?

Encuentre detalles sobre sus beneficios y servicios en su manual para miembros y en nuestro sitio web. Visite **TrilliumOHP.com**.

Usted tiene derechos y responsabilidades

Los miembros de Trillium Community Health Plan tienen derechos. También tienen responsabilidades.

Los derechos son cosas que puede esperar de su plan de salud.

Incluyen:

- Obtener todos los servicios que ofrecemos.
- Ser tratado con respeto.
- Saber que su información médica se mantendrá en privacidad.
- Obtener una copia de su historial médico.

Las responsabilidades son cosas que su plan de salud espera de usted. Incluyen:

- Hacer preguntas si no comprende sus derechos.
- Asistir a sus citas programadas.
- Llevar a sus citas su tarjeta de identificación de miembro.
- Comunicarle a su médico si lo atendieron en una sala de emergencias.

Puede encontrar más derechos y responsabilidades en su manual de miembros. Léalo en línea en **TrilliumOHP.com**. Llame al **1-877-600-5472** (TTY **1-877-600-5473**) para solicitar una copia impresa.



TRILLIUM COMMUNITY HEALTH PLAN
1800 Millrace Drive
Eugene, OR 97403

1-877-600-5472 (TTY 1-877-600-5473)

TrilliumOHP.com

PSRST STD
U.S. POSTAGE
PAID
Stevens Point, WI
Permit #422

Published by Manifest LLC. © 2019. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. Manifest makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por Manifest LLC. © 2019. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso expreso y por escrito de la editorial. La información en esta publicación es para complementar las recomendaciones de su proveedor de atención médica, no para sustituirlas. Consulte a su médico antes de realizar cambios drásticos en su estilo de vida o régimen de atención médica. Manifest no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.



How can we **help you?**

Trillium Community Health Plan is here to help you with many things. Call Member Services if you need a paper copy of your member handbook or anything else on our website. We can help you find a doctor and make appointments. We can also help you get a ride to your health appointments (for members with transportation as a covered benefit). Call **1-877-600-5472 (TTY 1-877-600-5473)** for these services.

Visit us online to learn more about health and your health plan. You can also find your member handbook online. Go to **TrilliumOHP.com**.

¿Cómo podemos ayudarlo?

Trillium Community Health Plan está aquí para ayudarlo con muchas cosas. Llame a Servicios para Miembros si necesita una copia impresa del manual para miembros o algo más en nuestro sitio web. Podemos ayudarlo a encontrar a un médico y hacer una cita. También podemos ayudarlo a conseguir transporte para sus citas (para los miembros con transporte como beneficio cubierto). Llame a **1-877-600-5472 (TTY 1-877-600-5473)** para estos servicios.

Visítenos en línea para aprender más sobre la salud y su plan en particular. También puede encontrar el manual para miembros en línea. Visite **TrilliumOHP.com**.

Do you think Trillium Community Health Plan (TCHP) has treated you unfairly?

Trillium must follow state and federal civil rights laws. It cannot treat people unfairly in any of its programs or activities because of a person's:

- Age
- Color
- Disability
- Gender identity
- Marital status
- National Origin
- Race
- Religion
- Sex
- Sexual orientation

Everyone has a right to enter, exit and use buildings and services. They also have the right to get information in a way they understand. Trillium will make reasonable changes to policies, practices, and procedures by talking with you about your needs.

To report concerns or to get more information, please contact Member Services at 541-485-2155; Toll Free: 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473, Monday through Friday, 8:00 a.m. to 5:00 p.m. At other times – including Saturday, Sunday, and federal holidays – you can leave a voicemail. We will return your call the following business day. The call is free.

You also have a right to file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights. Contact that office one of these ways:

- Web: www.hhs.gov
- Email: OCRComplaint@hhs.gov
- Phone: 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)
- Mail: 200 Independence Ave., SW, Room 509F HHH Bldg.
Washington, D.C. 20201

English

ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Español (Spanish)

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Tiếng Việt (Vietnamese)

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

繁體中文 (Chinese)

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Русский (Russian)

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

한국어 (Korean)

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

Українська (Ukrainian)

УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером. 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.

日本語 (Japanese)

注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473. まで、電話にてご連絡ください

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية فإن خدمات المساعدة اللغوية متاحة لك مجاناً. اتصل بـ على رقم 1-877-600-5472، رقم هاتف الصم والبكم: 1-877-600-5473.

Română (Romanian)

ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la 1-877-600-5472; TTY: 1-877-600-5473.