

Health Net of California, Inc. (Health Net)



Health Net CanopyCare HMO

CANOPYCARE HMO – GABAY SA MIYEMBRO 2023



**SAN FRANCISCO
HEALTH SERVICE SYSTEM**

Saliksikin Kung Ano Ang Kasama sa 2023

Para sa Mga Miyembro ng
San Francisco Health Service System (SFHSS)

- Lungsod at County ng San Francisco
- City College ng San Francisco
- San Francisco Unified School District
- Superior Court of San Francisco

Alamin Ang Tungkol Sa Health Net CanopyCare HMO



Ang HMO plan na angkop sa pamumuhay ng mga miyembro ng SFHSS na tulad mo, na may kalidad ng pangangalaga kung saan ka nakatira at nagtatrabaho.

Ang Health Net ay nag-aalok sa iyo ng HMO option na may kalidad ng pangangalaga kung saan ka nakatira o nagtatrabaho. Ang aming alliance ng Canopy Health ay nag-aalok sa iyo ng:



Access sa 5,500+ na provider



Limang medical group¹

- Dignity Health Medical Network – Santa Cruz
- John Muir Physician Network – Alameda, Contra Costa at bahagi ng Solano
- Hill Physicians Medical Group – East Bay, San Francisco, San Mateo t bahagi ng Solano
- Meritage Medical Network – Marin at Sonoma
- Santa Clara County IPA (SCCIPA) – Santa Clara



29 na ospital



70+ na urgent care center

Mas maraming doktor, espesyalista at ospital ang mas malapit sa iyo

Kasama sa health plan mo ang Canopy Health network na binubuo ng limang kilalang medical group at 29 na ospital²:

AHMC Seton Medical Center
AHMC Seton Medical Center Coastside
Alameda Hospital
Chinese Hospital
Dignity Health
Dominican Hospital
Dignity Health Saint Francis Memorial Hospital
Dignity Health St. Mary's Medical Center

Dignity Health Sequoia Hospital
Good Samaritan Hospital
Healdsburg Hospital
Highland Hospital
John Muir Medical Center – Concord
John Muir Medical Center – Walnut Creek
MarinHealth Medical Center
Petaluma Valley Hospital
Providence Queen of the Valley Medical Center
Providence Santa Rosa Memorial Hospital
Regional Medical Center San Jose
San Leandro Hospital
San Ramon Regional Medical Center

Sonoma Valley Hospital
UCSF Benioff Children's Hospital at Oakland
UCSF Benioff Children's Hospital at Mission Bay
UCSF Medical Center at Mission Bay
UCSF Medical Center at Parnassus
UCSF Medical Center at Mount Zion
Washington Hospital Healthcare System
Watsonville Community Hospital
Zuckerberg San Francisco General Hospital and Trauma Center (limitadong mga serbisyo)



Mga Ospital sa CanopyCare HMO Network. Mga miyembro na may access sa pangangalaga sa loob ng kanilang napiling medical group.

Lahat ng nasa San Francisco Bay Area. Kabilang sa Canopy Health network ang siyam na country ng Bay Area:

Alameda, Contra Costa, Marin, San Mateo, Santa Clara, Santa Cruz, San Francisco, at mga bahagi ng Solano at Sonoma.

¹Ang "Medical Group" ay nangangahulugang grupo ng mga doktor na pangunahing doktor mo sa pangangalaga na kabilang at may pananagutan sa pakikipag-ugnayan sa iyong pangangalaga.

²Ang mga Miyembro ay may access sa pangangalaga sa mga ospital sa loob ng kanilang napiling medical group.



Kunin ang Impormasyon na Kailangan Mo para Makapili tungkol sa Iyong Pangangalagang Pangkalusugan.

\$0 na kaltas

Mga fixed copay para sa halos lahat ng serbisyo

Aalamin mo at ng iyong primary care physician (PCP) kung paano matutugunan ang iyong mga pangangailangan.

Walang referral na pangangailangan para makita kung mayroong espesyalista sa Canopy Health OB/GYN sa iyong group³

Kadalian ng pagkuha ng pangalawang opinyon

Ang Alliance Referral Program:

- nagbabawas ng mga hadlang at pinasisimple ang mga referral
- Angay nagpapahintulot na ma-access ang lahat ng Canopy Health provider gamit ang PCP referral – hindi lamang ang mga nasa iyong medical group

Mga wellness program

Kalusugan ng pag-uugali na walang kinakailangang referral mula sa iyong PCP

MyCanopyHealth App & Portal para tulungan kang mapangalagaan ang iyong pangangalagang pangkalusugan

- Online na pagbibigay ng iskedyul⁴
- Mga virtual na pagbisita
- Tingnan ang iyong mga plan benefit at marami pang iba

³Ang mga self-referral ay pinapayagan para sa mga serbisyong reproductibo at seksuwal na kalusugan ng OB/GYN sa loob ng medical group ng PCP. Kapag ang OB/GYN na gusto mong makita ay wala sa physician group ng iyong PCP pero nasa Canopy Health network, kinakailangan ang referral.

⁴Ang Online scheduling ay available sa pamamagitan ng mga kasaling provider.

Buod ng Mga Benepisyo



Medical

Paglalarawan ng benepisyo	Ang iyong gastos
Mga pagpapatingin sa tanggapan ng preventive care, kabilang ang mga pagsusuri sa kagalingan ng babae	\$0
Pagpapatingin sa tanggapan ng doktor (medikal o kalusugan ng pag-uugali)	\$25
Mga pagpapatingin sa tanggapan ng espesyalista	\$25
Mga serbisyong telehealth	ang halaga g paghahatiang gastos sa personal ay batay sa mga serbisyong ibinigay
Ang pagsusuri sa paningin para sa pagsusuri sa refractive na mata	\$25
Mga procedure ng x-ray laboratory	\$0
Mga pagpapatingin sa tanggapan ng prenatal at postnatal	\$0
Pagpapaospital (medikal o kalusugan ng pag-uugali)	\$200 kada admisyon
Agarang pangangalaga	\$25
Emergency room	\$100
Mga serbisyo ng chiropractice (ibinigay ng ASH)	\$15/30 na pinakamataas na pagpapatingin
Mga serbisyo ng acupuncture (ibinigay ng ASH)	\$15/30 na pinakamataas na pagpapatingin

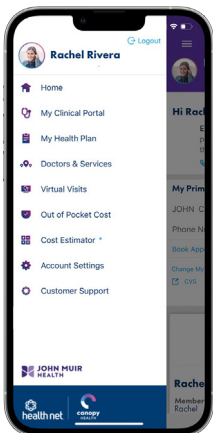


Mga inireresetang gamot

Antas ng benepisyo	Ang iyong gastos
Retail (hanggang 30 araw na supply)	
Tier 1 – Generic	\$10
Tier 2 – Brand, mas pinipili	\$25
Tier 3 – Hindi pormularyo	\$50
Tier 4 – mga specialty na gamot	20% (\$100 na maximum copay kada reseta)
Mail order (hanggang 90 araw na supply)	
Tier 1 – Generic	\$20
Tier 2 – Brand, mas pinipili	\$50
Tier 3 – Hindi pormularyo	\$100

Tandaan: Ito ay isang sumaryo, hindi kabilang dito ang lahat ng sakop na mga serbisyo, limitasyon, o eksklusyon. Sumangguni sa iyon Ebidensiya ng Coverage para sa lahat ng mga tuntunin at kondisyon ng coverage.

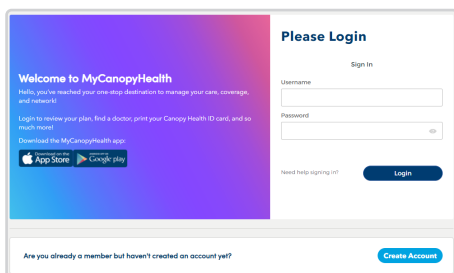
Gumawa ng Iyong MyCanopyHealth Account



Pagkatapos mong matanggap ang iyong Health Net member ID, gumawa ng iyong MyCanopyHealth account

1. Bisitahin ang [MyCanopyHealth.com](https://www.mycanopyhealth.com) o mag-download ng app
2. Piliin ang “*gumawa ng account*”

I-download ang MyCanopyHealth app dito:



Kapag natanggap mo na ang iyong member ID number, gumawa ng account para ma-access mo ang mga feature na ito kahit anong oras:

- Maghanap ng pangunahing pangangalaga o specialty provider
- Kunin ang impormasyon tungkol sa iyong pangunahing tagapangalaga ng kalusugan
- Hilingin na baguhin ang iyong PCP
- Tingnan at i-download ang digital health plan na ID card
- Mag-order ng bagong physical ID card
- Maghanap ng pangangalaga sa iyong network, mga ospital, urgent care at mga serbisyo ng pangangalaga sa kalusugan

O pagkatapos maging epektibo ang iyong plano:

- Mag-iskedyul ng appointment sa iyong doktor⁵
- Magtanong sa iyong doktor o magpadala ng mensahe⁵
- Mag-iskedyul ng telehealth o video na pagpapatingin sa iyong doktor⁵
- Tingnan ang summary ng iyong pagpapatingin, mga lab result, gamot at iba pa⁵
- I-review ang iyong health plan at mga benepisyo sa parmasya
- Magsagawa ng virtual na pagpapatingin sa urgent care sa lisensyadong doktor pagkatapos ng oras ng pasok sa opisina o kahit anong oras⁶
- Gamit Ang Aking Mga Benepisyo – nakakatulong na impormasyon at mga video sa paggamit ng iyong mga benepisyo sa pangangalagang pangkalusugan, pag-access sa kalusugan ng pag-uugali at mga serbisyo ng parmasya

⁵ Piliin ang mga kasaling provider.

⁶ Lisensyadong doktor sa pamamagitan ng nakakontatang third party na telehealth services provider.



Kunin ang iyong member ID card

Pagkatapos mong mag-enrol, tingnan ang mga bagong ID card sa sulat. Ang lahat ng naka-enrol na miyembro ay makakakuha ng ID card. Tingnan agad ang card mo para matiyak na ang PCP ay angkop para sa iyo. Para humiling na palitan ang iyong PCP, tumawag sa Health Net Member Services sa **833-448-2042** o mag-log in sa iyong MyCanopyHealth account at piliin ang Palitan ang PCP.

- **Kasama sa ID card mo ang:**
- **Member ID number mo**
- **Petsa ng pagsisimula ng iyong coverage**
- **Ang iyong medical group, pangalan ng PCP at impormasyon ng kontak**

Kung wala kang ID card gamit ang iyong petsa ng pagsisimula, tawagan ang Member Services sa **833-448-2042**.

Pwede mo ring ma-access ang iyong digital ID card o mag-print ng kopya ng iyong ID card sa MyCanopyHealth app at portal.



Huwag kalimutan: Kailangan mong ipakita ang iyong ID card kapag nag-access ka ng iyong pangangalaga

Maghanap ng mga Doctor at Serbisyo sa Iyong Network



Ang pangangalaga sa urgent care clinic ay sakop ng iyong network. Ang emergency care ay sakop kahit kailan mo ito kailangan.

Ang pangalan ng iyong medical group at PCP ay nasa iyong ID card. Para palitan ang iyong medical group o ang iyong PCP, mag-log in sa iyong account sa MyCanopyHealth.com, pagkatapos ay magpunta sa Piliin/Palitan ang PCP. O maaari ninyong tawagan ang Mga Serbisyo para sa Miyembro ng Health Net sa **833-448-2042**. Pwede mo itong palitan isang beses sa loob ng isang buwan.

Sa CanopyCare HMO mayroon kang access sa buong Canopy Health network. Kung gusto mo kailangan ng pangalawang opinyon o pangangalaga mula sa doktor na hindi bahagi ng iyong medical group, pwede kang i-refer ng iyong doktor sa sinumang doktor sa Canopy Health network.

Ang iyong primary care physician (PCP) at medical group⁷

Ang bawat miyembro ay may doktor na kanilang primary care physician (PCP). Ang iyong PCP ay tumutulong sa iyong manatiling malusog at tumutulong sa iyong pangangalaga kapag ikaw ay may sakit.

Alliance Referral Program

Pinasisimple ng programang ito ang mga referral at nagbibigay sa mga miyembro ng access sa lahat ng mga provider ng Canopy Health, hindi lamang sa mga doktor na nasa kanilang medical group.

Ang bagong pamamaraan sa mga referral

Makakakuha ka ng aktibong tungkulin sa iyong pangangalaga. Ikaw at ang iyong doktor ay pipili ng angkop sa iyong pamumuhay. Simple lang iyan!

Tatlong hakbang para ma-access ang espesyalista

- 1 Makipag-usap sa iyong PCP. Kung kailangan mo ng espesyalista, dapat pag-usapan mo at ng iyong PCP ang pinakamagandang opsyon. Bibigyan ka ng PCP ng referral para sa iyo.
- 2 Ang mga miyembro at provider ay aabisuhan kapag naaprubahan ang referral.
- 3 Mag-iskedyul ng appointment sa iyong espesyalista.

Ang Canopy Health Ambassador Program

Para sa higit pang impormasyon sa Alliance Referral Program, pwede mong kontakin ang iyong Canopy Health Ambassador.

Ang mga Ambassador ay sasagot sa mga tanong mo tungkol sa iyong network at ipapakita sa iyo kung paano mo ita-transfer ang iyong mga medical record, paglilipat ng iyong pangangalaga sa iyong bagong mga provider at mga serbisyo at paggamit ng buong Canopy Health network sa pamamagitan ng Alliance Referral Program.

Kontakin ang Ambassador sa pamamagitan ng ligtas na email o telepono
Lunes–Biyernes,

8:30 a.m.–5 p.m. Pacific Time

Para sa karagdagang impormasyon, kontakin ang aming Ambassador

Email: Ambassador@CanopyHealth.com

Phone: **415-712-1020**

⁷Ang "Medical Group" ay nangangahulugang grupo ng mga doktor na pangunahing doktor mo sa pangangalaga na kabilang at may pananagutan sa pakikipag-ugnayan sa iyong pangangalaga.

Pagtutuluy-tuloy ng Pangangalaga (COC)



Kapag nagpalit ka ng mga planong pangkalusugan sa oras ng bukas na enrollment, pwede mong ipagpatuloy ang iyong pangangalaga sa iyong kasalukuyang mga doktor o medical group. Mayroon kang 60 araw pagkatapos kang mag-enroll para mag-request ng COC. Pakibisitahin ang www.healthnet.com/sfhss o tumawag sa **833-448-2042** para sa form. Narito ang listahan ng mga kondisyon na kwalipikado para sa COC:

- **Acute na kondisyon**
- **Malubhang hindi gumagaling na kondisyon – hanggang isang taon ng coverage**
- **Pagbubuntis (kabilang ang agarang pangangalaga pagkatapos ng panganganak)**
- **Kalusugan ng pag-iisip para sa taong nanganak – hanggang isang taon ng coverage mula sa diagnosis o sa katapusan ng pagbubuntis**
- **Ang bagong silang hanggang 36 buwan na edad – hanggang isang taon ng coverage**
- **Wala nang lunas na sakit**
- **Ang operasyon o iba pang procedure na awtorisado ng iyong dating health plan bilang bahagi ng dokumentadong tagal ng paggagamot**



Alamin Kung Saan Makakakuha ng Pangangalaga

Ang iyong plano ay nag-aalok ng maraming paraan para makuha ang pangangalagang pangkalusugan na kailangan mo kahit anong oras at kahit saan.



Sa opisina ng doktor

Bisitahin ang iyong PCP para sa routine at preventive na pangangalaga. Kabilang dito ang mga pagsusuri sa kagalingan kada taon, pagpapabakuna at iba pang pangangalaga. Ang iyong PCP ay tutulong sa iyo na idirekta ang iyong pangangalaga sa ibang mga provider sa loob ng network kung kinakailangan.

Para maghanap ng doktor sa CanopyCare HMO network, bisitahin ang [MyCanopyHealth.com](https://mycanopyhealth.com) o gamitin ang MyCanopyHealth app.⁸

Mga Serbisyo ng Kalusugan ng Pag-uugali

Ang iyong mga benepisyo sa kalusugan ng pag-uugali ng Health Net, na inilaan ng Mga Serbisyo ng MHN.

Makakakuha ng mabilis na access sa mga serbisyong tulad ng:

- Pagpapayo
- Psychotherapy
- Paggagamot para sa adiksiyon
- Psychiatry

Hindi ninyo kailangan ng referral mula sa iyong PCP. Humanap ng tulong sa mhn.com/canopycare o tumawag sa Mental Health Benefits at Appointments number sa iyong ID card.



Sa bahay

Virtual na pagpapatingin sa medikal o kalusugan ng pag-uugali

Kung mas gusto mo, pwede mong virtual na makita ang iyong doktor sa inyong tahanan. Tanungin ang iyong PCP kung nag-aalok ng mga serbisyong telehealth. Kung hindi, pwede mong gamitin ang MyCanopyHealth app at portal para maka-access sa mga pagpapatingin gamit ang telepono o online video sa lisensyadong medikal na doktor 24/7.

Para sa mga virtual na pagpapatingin sa kalusugan ng pag-uugali, kontakin ang mga Serbisyo ng MHN sa numero sa iyong ID card.

24/7 na linya para sa Payo ng Nurse

Makakakuha ng payo mula sa rehistradong nurse:

- Kailangan makakakuha ng medikal na pangangalaga
- Paano pangangalagaan ang minor na sugat o pagkakasakit
- Tumutulong sa iyo na maghanap ng mga emergency na pangkalusugan
- Tumutulong sa iyo na sagutin ang mga tanong tungkol sa mga gamot



Sa klinika

Mga urgent care center

Makakuha ng pangangalaga sa parehong araw kapag hindi available ang doktor mo. Ang ilan sa mga urgent care center ay nag-aalok ng mga x-ray at lab test.

Para maghanap ng urgent care center sa iyong CanopyCare HMO network, bisitahin ang mycanopyhealth.com o gamitin ang MyCanopyHealth app.



Chiropractic at Acupuncture

Ano ang kailangan mong malaman:

- Makakakuha ka ng 30 chiropractic at acupuncture na pagpapatingin (bawat isa) kada taon sa kalendaryo
- Hindi mo kailangan ng referral mula sa iyong PCP
- Para maghanap ng provider, bisitahin ang [American Specialty Health Plans](https://american-specialty-health-plans.com) (ASH Plans) o tumawag sa 800-678-9133.

⁸ Para sa opisyal na paghahanap sa CanopyCare HMO provider magpunta sa healthnet.com

Sagutan Ang Iyong Mga Reseta

Magpunta sa in-network pharmacy para sa araw-araw na mga reseta o insulin. Kung ikaw mismo ang nagtuturok sa sarili mo ng gamot, kausapin ang iyong doktor tungkol sa mga refill.

Paano gagamitin ang iyong CVS Caremark Mail Service Pharmacy

Pwedeng mabawasan ang iyong gastos kapag nag-order ka nang hanggang 90 araw na supply ng iyong maintenance na gamot o insulin. Ang mga Specialty Drug, na ikaw mismo ang nagpapainom sa sarili mo, topical, sa pamamagitan ng paglanghap, o sa pamamagitan ng turok, ay hindi available sa mga supply na sobra sa 30 araw, at hindi available sa pamamagitan ng CVS Caremark Mail Service Pharmacy.

Para gamitin ang CVS Caremark Mail Service Pharmacy, sagutan at ipadala ang order form o patawagin ang iyong doktor sa 800-875-0867. Ihanda ang pangalan ng gamot ng impormasyon ng kontak ng iyong doktor:

- Pangalan
- Numero ng telepono
- Fax number (kung available)

Tandaan: Ang programang ito ay magagamit lamang sa mga maintenance na gamot. Ang ilan sa mga gamot ay hindi available sa pamamagitan ng mail service program.

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa iyong mga benepisyo, mag-log in sa iyong MyCanopyHealth account at piliin ang Paggamit ng Aking Mga Benepisyo.



Tip: Magtanong para sa mga generic drug para mabawasan ang gastos.



Kontrolin ang Iyong Kalusugan sa pamamagitan ng Pagtuturo, Pagsuporta at Pasadyang mga Layunin

Pwede kang gumawa ng mga malulusog na desisyon para sa iyong sarili at sa iyong pamilya, sa tulong ng mga tool na ito. Depende sa iyong mga layunin at pangangailangan, pumili mula sa sumusunod na mga programa.



RealAge® Program

Ang RealAge Program ay ang aming malusog na programa sa pag-uugali na tinatarget ang 4 na pinakamataas na mga panganib ng lifestyle – Stress, Pagtulog, Nutrisyon at Aktibidad. Ang programa ay personalisado sa indibidwal batay sa antas ng panganib para sa bawat kategorya ng lifestyle na nakatuon sa mga tugon ng pagsusuri sa RealAge at personal na interes. Ito ay ganap na nasasangkapan ng ibang mga feature ng Sharecare platform, tulad ng mga tracker, para isulong ang sapat na pakikibahagi at isulong ang pagbabago sa pag-uugali na magdudulot ng mas mababang RealAge.



RealAge® Test

Ang RealAge Test ay nagbibigay sa iyo ng personalisadong report ng iyong mga panganib sa pag-uugali at medikal na kalusugan. Pagkatapos maisagawa ang online RealAge Test, makakatanggap ka ng personalisadong aksyong plano. Kunin ang RealAge Test ngayon sa <https://heathnet.sharecare.com>.



Craving to Quit®

Ang programa sa paghinto sa paggamit ng tabako ay sumasaklaw sa halos lahat ng uri ng tabako, na nagpapahintulot sa iyo na makipag-usap sa quit coach para sa paghikayat at suporta, at nag-aalok ng personalisadong plano para huminto. Ang makabagong 21 araw na programa ay nagtuturo sa kamalayan ng pagnanais at nakasanayan na tulungan ang mga kalahok na huminto sa paninigarilyo vape.



Programa sa Pagtuturo sa Kalusugan

- **Programa sa Pagtuturo sa Kalusugan (sa pamamagitan ng telepono):** Sa one-on-one na suporta, ikaw at ang iyong Health Coach ay maghahanap kung ano ang hihikayat sa iyo at tutugunan ang espesipikong pag-uugali sa kalusugan na nakakaapekto sa mga panganib sa kalusugan sa maikling panahon at mga layuning pangmatagalan.
- **Programa sa Pagtuturo sa Kalusugan (sa digital):** Binubuo ng maraming leksyon na nauugnay sa stress, paghinto sa paninigarilyo, pag-eehersisyo, timbag, agwat sa pangangalaga at iba pa!

Para ma-access ang mga programang ito, [mag-register o mag-log in sa wellness portal!](#)

Mga Programang Para Lamang sa mga Miyembro

Bilang isang miyembro, ikaw at ang iyong sakop na mga sinusustentuhan ay may access sa mga programang ito mula sa aming mga prominenteng wellness partner.



Omada® – maagap na pagsugpo sa dyabetis

Sa pamamagitan ng Omada, pwede mong pagsikapan na kumaing mabuti, kumilos nang mas madalas, mabawasan ang stress, at mabawasan ang iyong mga panganib – isang maliit na hakbang sa isang pagkakataon. Makakakuha ka ng access sa kailangan mo para matulungan kang mabawasan ang iyong timbang at mabawasan ang tsasang magkaroon ng type 2 diabetes at sakit sa puso. Kunin ang isang minutong pagsusulit para malaman kung kwalipikado ka sa Omada program. Magpunta sa omadahealth.com/healthnet.



Welvie®

Makibahagi sa suportang programa na tutulong sa iyong magpasya, maghanda at gumaling mula sa operasyon. [Tingnan dito ngayon!](#)





Ang iyong
paglalakbay ay
nagsisimula rito.

mycanopyhealth.com

Para sa lahat ng mga miyembro ng Health Net CanopyCare HMO

Tawagan ang Mga Serbisyo para sa Miyembro ng Health Net sa 833-448-2042 kung may mga katanungan o maghanap ng mga mapagkukunan.

Narito kami para tulungan ka Lunes–Biyernes mula
7:30 a.m. hanggang 5:30 p.m. Pacific Time

Abiso ng Hindi Pandiskrimina

Ang CanopyCare HMO ay iniaalok sa pamamagitan ng Health Net of California, Inc. (Health Net). Ang MHN Services, LLC (MHN), ay isang sangay ng Managed Health Network, LLC, na naglalaan ng mga benepisyo sa kalusugan ng pag-uugali para sa Health Net. Ang Health Net of California, Inc. ay isang sangay ng Health Net, LLC. Ang Health Net ay isang rehistradong marka ng serbisyo ng Health Net, LLC. Nakalaan ang lahat ng karapatan.

BKT506627TH01w (8/22)