



# KOWONAVIRIS AK ASIRANS SANTE OU: KONPRANN PRENSIP DEBAZ YO

## FASON POU PWOTEJE TÈT OU AK FANMI OU

**Men mezi enpòtan ou ta dwe pran pou pwoteje tèt ou ak fanmi ou kont COVID-19.**

- Rete lakay ou si sa posib.
- Lave men ou souvan pandan omwen ven (20) segonn.
- Evite kontak rapwoche ak moun ki malad.
- Netwaye ak dezenfekte sifas moun manyen souvan yo.
- Evite wwayaje, tankou tout wwayaj nan kwazyè ak wwayaj pa avyon ki pa esansyèl.
- Èske ou bezwen yon bagay pou kouvri figi w? [Eseye sa yo ki soti nan CDC.](#)
- Jwenn plis enfòmasyon sou telemedsin: [telehealth.hhs.gov](https://telehealth.hhs.gov).

### Pran Vaksen kont COVID-19 la

Vizite [Vaccines.gov](https://vaccines.gov) pou jwenn yon kote ki toupre w, apresya rele oswa vizite sit entènèt yo pou pran yon randevou. Si w kalifye, ou ka pran vaksen rapèl ou nenpòt kote ki bay vaksen COVID-19 ki apwouve pou rapèl.

**Kontakte pwofesyonèl swen sante ou la si ou gen enkyetid konsènan COVID-19 la oswa si ou malad. Rele avan!**

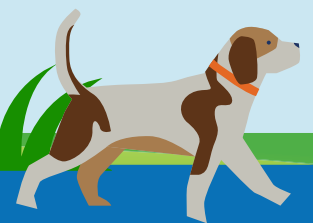


## FASON POU JERE ESTRÈS

**Men kèk fason [CDC rekòmande pou jere estrès](#) pandan moman difisil sa yo:**

- Sispann gade, li oswa tande nouvèl epi pa ale sou medya sosyal yo.
- Konekte ak lòt moun. Pale ak zanmi ou yo ak pwòch ou yo nan telefòn oswa nan tchat videyo sou enkyetid ou ak santiman ou.

**Pran swen tèt ou. Rale plizyè gwo souf, detire, oswa medite. Eseye manje manje ki bon pou sante w, fè egzèsis souvan, epi dòmi anpil.**



## SIVEYE FWOD YO

**Pwoteje idantite ou kont moun kap fè fwod yo!**

Li fasil pou ou distrè epi pou ou pa veve kò ou pandan moman ensètitud sa yo. Moun kap fè fwod yo ka eseye vòlè enfòmasyon pèsònèl ou yo. Yo ka ba ou manti epi di y ap voye vaksen kowonaviris, tès, mask oswa lòt bagay ba ou pou ou ba yo enfòmasyon pèsònèl ou yo.

- Pataje enfòmasyon ou yo sèlman ak klinik pwofesyonèl swen sante ou la, famasi ou la, lopital ou a, konpayi asirans ou a, oswa lòt pwofesyonèl swen sante ou fè konfyans.
- Tcheke fòm rezime reklamasyon ou lan oswa Eksplikasyon Avantaj pou erè yo.
- Li enpòtan pou ou toujou konsève kat asirans ou an tankou yon kat kredi.

**Sonje, Medicare pa p janm rele ou pou li mande oswa verifiye nimewo Medicare ou.**

Jwenn plis enfòmasyon: [Medicare.gov/fraud](https://www.medicare.gov/fraud).



# MIZAJOU MEDICARE YO:

- **Telemedsin:** Pandan COVID-19 la, Medicare elaji aksè nan **sèvis telemedsin yo**. Sa gen ladan vizit nòmal nan klinik, konsèy nan zafè sante mantal, ak depistaj pou fè prevansyon. Konsa, doktè yo ak lòt pwofesyonèl swen sante yo kapab ofri sèvis yo san pasyan yo pa ale nan klinik lan. Kontakte pwofesyonèl swen sante ou la pou jwenn plis enfòmasyon.
- **Tès Laboratwa pou COVID-19.** Ou pa p peye okenn frè kap sot nan pòch ou.
- **Tout ospitalizasyon ki nesèsè yo sou plan medikal.** Sa vle di si yo dyagnostike ou genyen COVID-19 epi ou bezwen rete nan lopital la an karantèn olye pou yo egzeyate ou apre ou fin entène.

**Sonje: Si ou bezwen wè doktè w, tanpri rele li avan. Si ou devlope siy avètisman ijans pou COVID-19 la, al chèche swen doktè touswit.**

Jwenn plis enfòmasyon: [Medicare.gov](https://www.medicare.gov).



## Mizajou sou [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov)



## KISA KI GARANTI?

- Si ou deja gen asirans atravè Mache a, asirans pou kowonaviris la se jeneralman menm bagay ak nenpòt lòt enfeksyon viris lakoz.
- Li plis enfòmasyon sou **sa plan ki sou Mache yo garanti**.

**Tcheke ak konpayi asirans sante w la pou jwenn avantaj espesifik yo ak kontra asirans lan.**



## [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov)

### RAPÈL:

- Tout plan asirans sou Mache yo pa ka refize bay asirans akòz maladi ki egziste deja yo.
- Plan asirans yo pa kapab sispann asirans lan akòz yon chanjman nan eta sante ou.
- Konekte pou mete enfòmasyon ou yo ajou si gen chanjman ki fèt nan adrès ou, revni fanmi an, djòb ou, oswa kantite moun k ap viv nan kay la.
- Ou ka anmezi pou chanje plan ou lan si kèk sitiyasyon aplikab.

**[Kontakte biwo ki nan eta ou la pou jwenn plis enfòmasyon sou mizajou Medicaid yo.](https://www.healthcare.gov)**



# HealthCare.gov

## PERYÒD ENSKRIPSYON ESPESYAL YO:

Kèk chanjman nan lavi ou kapab pèmèt ou enskri nan yon plan pou premye fwa oswa chanje plan ou. **Reponn kèk kesyon** pou konnen si ou kapab enskri nan asirans ou an oswa chanje li.



Men kèk fason ou ka fè sa:



Ou pèdi asirans sante



Gen chanjman ki fèt nan revni fanmi an



Ou marya



Ou gen yon tibebe



Gen chanjman ki fèt nan kay la (depandan yo, lanmò, divòs)



Chanjman nan adrès



Ou lage nan prizon



Ou gen sitwayènte oswa ou legal nan Etazini.



## ÈSKE OU BEZWEN PLIS ENFÒMASYON?

Ale sou sit sa yo pou jwenn plis enfòmasyon:

- [Coronavirus.gov](https://www.coronavirus.gov)
- CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- Medicare: <https://www.medicare.gov/medicare-coronavirus>
- Marketplace: <https://www.healthcare.gov/coronavirus/>
- Medicaid: <https://www.medicaid.gov/resources-for-states/disaster-response-toolkit/coronavirus-disease-2019-covid-19/index.html>
- Rediksyon Taks IRS ak Peman pou Enpak Ekonomik: <https://www.irs.gov/coronavirus-tax-relief-and-economic-impact-payments>

Èske ou bezwen enfòmasyon lokal sou manje, transpò, tès, elatriye? Rele 3-1-1.