



Congratulations on celebrating a birthday recently! As you grow, completing your yearly well-care check-up is an important part of staying healthy. Gold Coast Health Plan (GCHP) would like to send you a **\$20 gift card to Target, Wal-Mart, or Amazon** for completing a well-care check-up in 2022.

If you had a well-care exam in 2021, make sure to schedule and complete this annual exam in 2022 as well.

To receive your gift card:

- Complete your well-care visit with your doctor.
- Fill out the form in this mailer.
- Have your doctor sign or stamp it.
- Mail or fax the form to GCHP.

If you lose the form, you can ask your doctor's office to print it out at www.goldcoasthealthplan.org. Click "For Members," then "Member Resources," then "Member Rewards."

Once we receive your form, GCHP will review your information and send you a \$20 gift card in the mail.

Need an interpreter or translation assistance at your appointment?

If you need these services:

- Ask your doctor to request an interpreter and/or translator for your next visit.
- Please give three to five days of advance notice when you make an appointment.
- For cancellations, call your doctor at least two days in advance.

Members and health care providers can call GCHP's Member Services Department at **1-888-301-1228** to get these services. If you use a TTY, call **1-888-310-7347**.

Need a ride to your appointment?

To schedule a ride to your appointment, please call Ventura Transit Systems (VTS) at **1-855-628-7433**. If you use a TTY, call **711**. Call at least two days before you need the ride or as soon as you can. Have your member ID card ready when you call.

Would you like to know more about well-care exams?

Members can contact the Health Education Department for resources on well-care exams by calling **1-888-301-1228**. If you use a TTY, call **1-888-310-7347**.



Well-Care Visits: *What to Expect*

Routine check-ups, known as well-child or well-care visits, allow your child's doctor to check their general health and development, detect problems early, and give helpful tips.

What does the doctor evaluate during a well-care visit?

- Health history
- Physical exam
- Height, weight and blood pressure
- Vision
- Hearing
- Physical and mental development
- Physical activity
- Safety
- Eating habits
- Behavior
- Immunizations (shots to prevent diseases)
- Screening tests (such as those that check the level of lead in your blood)
- Health education

How often should well-care visits be scheduled?

Once a child turns 3, well-care visits should be scheduled **every year** up to the age of 21.

What can you talk to your child's doctor about?

You might have questions about parenting, eating habits, mental health issues, or stress at home. The doctor is there to listen and help. If you or your child have any questions, this is the time to ask. Your child's doctor can provide guidance and helpful resources.

Do I have to pay for well-care visits?

No. Well-care visits are a covered benefit for Gold Coast Health Plan (GCHP) members.

Is it safe to go to the doctor during the pandemic?

It is important for your child to see their doctor every year for a well-care visit. If you feel unsure about taking your child to the doctor because of the pandemic, call the doctor's office to ask:

- About the steps they have taken for your safety.
- How to protect yourself at the visit.
- If part of the well-care visit may be done by phone or video (telehealth).

What can I do if I need care after hours?

Call GCHP's 24-Hour Advice Nurse Line at 1-805-437-5001 or 1-877-431-1700 (toll free). If you use a TTY, call **711**. You can talk to a registered nurse in your preferred language when you or a family member have medical questions.

Statement of Nondiscrimination and Language Assistance

Gold Coast Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Gold Coast Health Plan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Gold Coast Health Plan 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

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 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347)。



¡Felicitaciones por celebrar un cumpleaños recientemente! A medida que crece, una parte importante para mantenerse saludable es completar su chequeo de bienestar anual. Gold Coast Health Plan (GCHP) desea enviarle una **tarjeta de regalo de \$20 de Target, Wal-Mart o Amazon** por completar un chequeo de bienestar en 2022.

Si se realizó un examen de bienestar en 2021, asegúrese también de programar y completar este examen anual en 2022.

Para recibir una tarjeta de regalo:

- Complete su consulta de bienestar con su médico.
- Llene el formulario adjunto.
- Pídale a su médico que lo firme o le coloque su sello.
- Envíe el formulario por correo o por fax a GCHP.

Si pierde el formulario, puede solicitar que lo impriman nuevamente en el consultorio de su médico ingresando a **www.goldcoasthealthplan.org**. Haga clic en “Para miembros”, luego en “Recursos para miembros” y “Recompensas para miembros”.

Cuando recibamos su formulario, GCHP revisará su información y le enviará una tarjeta de regalo de \$20 por correo postal.

¿Necesita un intérprete o asistencia para traducción durante su cita?

Si necesita estos servicios:

- Pídale a su médico que solicite a un intérprete y/o traductor para su próxima consulta.
- Para programar su cita, por favor avise de tres a cinco días antes.
- Llame a su médico por lo menos dos días antes si desea cancelar el servicio.

Los miembros y los proveedores de atención médica pueden llamar al Departamento de Servicios para Miembros de GCHP al **1-888-301-1228** para recibir estos servicios. Si usa un TTY, llame al **1-888-310-7347**.

¿Necesita servicio de transporte para su cita?

Para programar el servicio de transporte para su cita, por favor llame a Ventura Transit System (VTS) al **1-855-628-7433**. Si usa un TTY, llame al **711**. Llame por lo menos dos días antes de que necesite el servicio de transporte o tan pronto como le sea posible. Tenga lista su tarjeta de identificación de miembro cuando llame.

¿Le gustaría conocer más sobre los exámenes de bienestar?

Los miembros pueden llamar al Departamento de Educación para la Salud de GCHP al **1-888-301-1228** para obtener recursos sobre los exámenes de bienestar. Si usa un TTY, llame al **1-888-310-7347**.



Visitas rutinarias médicas: *Qué esperar*

Los chequeos de rutina para los niños, conocidos como consultas de rutina, permiten que el médico de su hijo revise su estado de salud y desarrollo en general, detectar problemas a tiempo y que le dé consejos útiles.

¿Qué evalúa el médico durante una consulta de rutina?

- Historial de salud
- Examen físico
- Estatura, peso y presión arterial
- Visión
- Audición
- Desarrollo físico y mental
- Actividad física
- Seguridad
- Hábitos alimenticios
- Comportamiento
- Inmunizaciones (inyecciones de vacunas para prevenir enfermedades)
- Exámenes de detección (como las que revisan el nivel de plomo en la sangre)
- Educación de salud

¿Con qué frecuencia se deben programar las consultas de rutina?

A partir de que un niño cumple los 3 años de edad, las consultas de rutina se deben programar **cada año** hasta la edad de 21 años.

¿Sobre qué puede hablar usted con el médico de su hijo?

Es posible que usted tenga preguntas sobre la crianza de sus hijos, hábitos alimenticios, problemas de salud mental o estrés en casa. El médico está ahí para escucharlo y darle ayuda. Si usted o su hijo tienen alguna pregunta, este es el momento de preguntar. El médico de su hijo puede proporcionarle orientación y recursos que puedan ser útiles.

¿Tengo que pagar por las consultas de rutina?

No. Las consultas de rutina son un beneficio cubierto para los miembros de Gold Coast Health Plan (GCHP).

¿Es seguro ir al médico durante la pandemia?

Es importante que su hijo vea a su médico cada año para una consulta de rutina. Si no está seguro acerca de llevar a su hijo al médico debido a la pandemia, llame al consultorio del médico para preguntar:

- Acerca de las medidas que han tomado para su seguridad.
- Cómo protegerse durante la consulta.
- Si parte de la consulta de rutina puede hacerse por teléfono o video (telesalud).

¿Qué puedo hacer si necesito atención después del horario de consulta?

Llame a la **Línea de Asesoramiento de Enfermeras las 24 horas de GCHP** al **1-805-437-5001** o al **1-877-431-1700** (llamada gratuita). Si utiliza un TTY, llame al **711**. Puede hablar con una enfermera profesional en el idioma que prefiera cuando usted o un miembro de su familia tengan preguntas médicas.

Declaración de No Discriminación y Asistencia Lingüística

Gold Coast Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Gold Coast Health Plan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Gold Coast Health Plan 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

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 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347)。

Get a Free Gift Card!

¡Reciba una Tarjeta de Regalo Gratis!



Gold Coast Health Plan (GCHP) values your health. A once-a-year well-care check-up can help you (or your child) stay healthy. A well-care visit is a routine check-up. Your doctor checks the health and development of you or your child. The doctor also answers any questions you may have. GCHP would like to give you (or your child) a gift card for having a well-care visit in 2022.

To get your \$20 gift card, you must meet these requirements:

- 1 Be a GCHP member with full-scope Medi-Cal benefits between 3 to 21 years of age.
- 2 Get a well-care check-up with your doctor between **January 1, 2022 and December 31, 2022.**
- 3 Fill out this form and have your doctor or their staff sign or stamp it during the office visit.
- 4 Send the form to GCHP by **January 31, 2023.**

Limit one card per member per year. It may take up to 4-6 weeks after GCHP receives your completed form for you to get your gift card in the mail.

If you have any questions, call Gold Coast Health Plan at 1-888-301-1228 / TTY 1-888-310-7347 Monday through Friday from 8 a.m. to 5 p.m.

Gold Coast Health Plan (GCHP) valora su salud. Un chequeo de rutina una vez al año puede ayudarle a usted (o a su hijo/hija) a mantenerse sano. Una visita de bienestar es un chequeo de rutina. Su médico examina la salud y el desarrollo de usted o su hijo/hija. El médico también responde cualquier pregunta que pueda tener. GCHP desea darle a usted (o a su hijo/ hija) una tarjeta de regalo a cambio de asistir a una visita de rutina en 2022.

Para recibir su tarjeta de regalo de \$20, usted debe cumplir estos requisitos:

- 1 Ser miembro de GCHP con beneficios de Medi-Cal completos, entre 3 y 21 años de edad.
- 2 Hágase un chequeo médico con su médico entre **el 1 de enero de 2022 y el 31 de diciembre de 2022.**
- 3 Completar este formulario y hacer que su médico o su personal lo firmen o sellen durante su visita médica.
- 4 Enviar el formulario a GCHP antes del **31 de enero de 2023.**

Límite de una sola tarjeta por miembro por año. Puede tomar hasta 4 a 6 semanas después de que GCHP reciba su formulario completo para que reciba su tarjeta de regalo por correo.

Si tiene alguna pregunta, llame a Gold Coast Health Plan al 1-888-301-1228 / TTY 1-888-310-7347 de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.



**Gold Coast
Health Plan**SM
A Public Entity

www.goldcoasthealthplan.org

Complete the visit by December 31, 2022 and return the form to GCHP by January 31, 2023.

Mail: Address envelope to:
Gold Coast Health Plan
Attn: Quality Improvement
P.O. Box 9153, Oxnard, CA 93031-9826

Fax: Ask your health care provider or their staff to fax this form on your behalf.
1-805-248-7616

Complete la visita antes del 31 de diciembre de 2022 y devuelva el formulario a GCHP antes del 31 de enero de 2023.

Correo Postal: Dirija el sobre a:
Gold Coast Health Plan
Attn: Quality Improvement
P.O. Box 9153, Oxnard, CA 93031-9826

Fax: Pida a su proveedor de atención médica o su personal que envíen este formulario por fax en su nombre. 1-805-248-7616

Member Information | Información del Miembro

Member Name | Nombre del Miembro: _____

Medi-Cal/GCHP ID Number | Número de ID de Medi-Cal/GCHP: _____

Street Address | Dirección: _____

City | Ciudad: _____ **State | Estado:** _____ **Zip | Código Postal:** _____

Phone No. | Núm. de Teléfono: _____ **Date of Birth | Fecha de Nacimiento:** _____

PREFERRED GIFT CARD [circle one] TARJETA DE REGALO PREFERIDA [marcar una con un círculo]:

TARGET

Walmart

amazon

Doctor's Office Use Only | Uso Solamente de la Oficina Médica

Print Provider Name | Nombre del Proveedor con Letra de Imprenta: _____

Clinic Address | Dirección de la Clínica: _____

Provider Phone No. | Núm. de Teléfono del Proveedor: _____

Date of Well-Care Exam | Fecha del Examen Rutinario de Salud: _____

Provider Signature or Office Stamp | Firma del Proveedor o Sello de la Oficina: _____

Date | Fecha: _____

Well-Care Diagnosis Codes | Códigos de diagnóstico de atención médica:
Z00.00, Z00.01, Z00.110, Z00.111, Z00.121, Z00.129, Z00.2, Z00.3,
Z02.5, Z76.1, Z76.2

Well-Care Service Codes | Códigos de servicio de bienestar:
99381, 99382, 99383, 99384, 99385, 99391, 99392, 99393, 99394,
99395, 99461



**Gold Coast
Health Plan**
A Public Entity

www.goldcoasthealthplan.org

Statement of Nondiscrimination and Language Assistance | Declaración de No Discriminación y Asistencia Lingüística

Gold Coast Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Gold Coast Health Plan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Gold Coast Health Plan 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347).

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 1-888-301-1228 (TTY: 1-888-310-7347)。