NJ FAMILYCARE
Affordable health coverage. Quality care.

স্বাস্থ্য প্রকল্পসমূহ

HMO দেশ অনুযায়ী প্রকল্পসমূহ	আটলান্টিক	বার্গেন	বার্লিংটন	ক্যামডেন	কেপ মে	কাম্বারল্যান্ড	এসেক্স	গ্লসেস্টার	হাডসন	হান্টারডন	মার্সার	মিডলসেক্স	মনমাউথ	মরিস	ওশান	পেসেইক	সালেম	সমারসেট	সাসেক্স	ইউনিয়ন	ওয়ারেন
Aetna Better Health® of New Jersey	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Fidelis Care	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Horizon NJ Health	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
UnitedHealthcare Community Plan	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Wellpoint	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

aetna
Aetna Better Health® of New Jersey

সব কাউন্টিতে উপলভ্য

নিউজার্সির Aetna Better Health® 1-855-232-3596 • TTY 711 (24/7) www.aetnabetterhealth.com/nj

Aetna Better Health-এ আরও কিছু পান

সুবিধা, পুরস্কার, এবং পরিকল্পনার অতিরিক্ত সুযোগ-সুবিধা যা আপনি হাতছাড়া করতে চাইবেন না

- শীর্ষস্থানীয়, স্থানীয় পরিষেবা প্রদানকারীদের কাছে যান - কোন সুপারিশ লাগবে না
- সর্বাঙ্গীন দন্ত পরিচর্যা ও চক্ষু পরিচর্যা,
- সুস্থতার পরীক্ষাসমূহ,
- মাতৃকালীন পরিচর্যা* (পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা, ধাত্রী (Doula) পরিষেবা, স্তন্যপানের সামগ্রী ও সহায়তা), এবং
- ফার্মেসি পরিষেবাসমূহ।*

**কিছু কিছু NJ FamilyCare সদস্যদের জন্য কো-পে (Co-pays) প্রযোজ্য হতে পারে*

পুরো পরিবারের জন্য ডেন্টাল হোম প্রোগ্রাম

আপনার এবং আপনার পরিবারের সব বয়সের লোকেদের জন্য যাতে একটি প্রাথমিক পরিচর্যাকারী দন্তচিকিৎসক (PCD) এবং একটি ডেন্টাল হোম প্রোগ্রাম উপলভ্য থাকার বিষয়টি নিশ্চিত করা যায় তার জন্য এখন আমাদের একটি কার্যক্রম রয়েছে।

Better Health-এ আপনার প্রতিবেশী

নিম্নোক্ত বিষয়গুলিতে সাহায্যের জন্য নিউইয়র্ক, নিউজার্সিতে আমাদের Healthcare Central-এ আসুন:

- NJ FamilyCare-এর জন্য সাইন-আপ করা
- একজন সেবা প্রদানকারী খুঁজে বের করা
- NJ FamilyCare নবায়ন প্রক্রিয়া সম্পর্কে অবগত হওয়া
- আপনার Aetna Better Health-এর সুযোগ-সুবিধাগুলি সম্পর্কে অবগত হওয়া

প্রতি মাসে আমরা একটি স্বাস্থ্যকর খাদ্য উপহার প্রদান এবং বিনামূল্যের ধোপাখানা দিবস আয়োজন করি!

স্বাস্থ্য সংক্রান্ত পরামর্শ পেতে একটি 24/7 নার্স লাইনের ব্যবহার

কল করুন 1-855-232-3596 (TTY: 711) এবং 4 টিপুন। নার্সগণ সাহায্যের জন্য সবসময় প্রস্তুত আছেন।

স্বাস্থ্য ও সুস্থতার জন্য পুরস্কার জিতুন

আমাদের উৎসাহদান কার্যক্রম যোগ্য স্বাস্থ্যের নির্ণায়ক পরীক্ষা সম্পূর্ণ করার জন্য সদস্যদের পুরস্কৃত করে:

- **সুস্থ শিশুদের দেখানো** (3-21 বছর বয়সী)
- **ম্যামোগ্রাম** - স্তন ক্যানসার নির্ণায়ক পরীক্ষা (40-74 বছর বয়সীদের প্রতি বছর) এবং সার্ভাইকাল ক্যানসার নির্ণায়ক পরীক্ষা (প্যাপ পরীক্ষা) 20 বছর বয়স থেকে শুরু)
- **লিড (সীসা) পরীক্ষা** (0-6 বছর বয়সী)
- **প্রসব পরবর্তী পরিচর্যা** (শিশু জন্মলাভের পর 7-84 দিন। সি-সেকশনের জন্য দুটি সাক্ষাতে আসতে হতে পারে)

কার্যক্রম সম্পর্কে আরও জানতে সদস্যসেবা বিভাগে কল করুন।

কার্যক্রমের যোগ্যতা লাভের জন্য অবশ্যই এক বছরের জন্য Aetna Better Health-এর সদস্য হতে হবে।

স্বাস্থ্য যখন আপনার চিন্তার বিষয় হয়, তখন সবার উপর আমাদের কথা মাথায় রাখুন।

FIDELIS CARE

হান্টারডন ছাড়া সকল কাউন্টিতে উপলভ্য

Fidelis Care 1-888-453-2534 • TTY 711 www.fideliscarenj.com

সব কিছুর আগে আপনাকে রাখা: Fidelis Care-এ আমরা আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে সবার আগে রাখি। এর মানে হল, সুস্থ থাকতে এবং সুখী জীবনযাপনের জন্য আপনার প্রয়োজনীয় পরিচর্যা ও পরিষেবাগুলি আপনি পান।

কোন সুপারিশের প্রয়োজন নেই: আপনি কোন সুপারিশ ছাড়াই আমাদের নেটওয়ার্ক-মধ্যস্থ যেকোনো বিশেষজ্ঞকে দেখানোর জন্য নির্বাচন করতে পারেন।

আমার HealthPays পুরস্কার কার্যক্রম: আপনি যখন রুটিন বাৎসরিক চেক-আপগুলি সম্পূর্ণ করেন তখন গিফ্ট কার্ডের মাধ্যমে আপনি অনেক ডলার পুরস্কার অর্জন করতে পারেন।

বাবা-মায়েদের পুরস্কার কার্যক্রম: এই কার্যক্রম আমাদের হবু মায়েদের সুস্থ থাকার ব্যাপারে নজর রাখতে এবং গর্ভাবস্থা চলাকালীন সবসময় ডাক্তার দেখাতে যেতে সাহায্য করে। যেসব সদস্যেরা এই কার্যক্রমটি সম্পূর্ণ করেন তারা একটি বিনামূল্যের উপহার অর্জন করেন।

24-ঘণ্টার নার্সদের পরামর্শ লাইন: সব সদস্যই দিনে 24 ঘণ্টা, সপ্তাহে 7 দিন, বছরের প্রত্যেক দিন নিবন্ধীভুক্ত নার্সদের থেকে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত পরামর্শ পেতে কল করতে পারেন।

চিকিৎসকের (চিকিৎসা প্রদানকারীর) পরিষেবাসমূহ:

- **PCP:** প্রত্যেক সদস্যের জন্য, তাদের পরিচর্যা প্রদান করতে বা তাদের বিশেষজ্ঞ চিকিৎসককে দেখানোর বন্দোবস্ত করে দিতে, একজন পরিচর্যা প্রদানকারীকে দায়িত্ব দেওয়া হয়।
- **প্রেসক্রিপশন:** আপনার চিকিৎসা প্রদানকারীর দ্বারা ওষুধ প্রদানকারীর অন্তর্ভুক্তি।

সদস্যদের সাহায্য:

- ডাক্তার দেখানো, সামাজিক পরিষেবাগুলির বন্দোবস্ত করা ও আরও অনেক কিছুর জন্য ব্যক্তিগত সাহায্য।
- সমস্ত সামগ্রীগুলি অনুরোধক্রমে ইংরেজি, স্পেনীয়, এবং অন্যান্য ভাষাগুলিতে উপলভ্য রয়েছে।
- শ্রবণজনিত বৈকল্য রয়েছে, অথবা ইংরেজি ছাড়া অন্য কোন ভাষায় কথা বলেন এমন সদস্যদের জন্য অনুবাদ পরিষেবা উপলভ্য রয়েছে।

কমিউনিটি রিসোর্সসমূহ: আমাদের নিবেদিত কমিউনিটি সহায়তা লাইন আপনাকে স্থানীয়, কমিউনিটি-ভিত্তিক পরিষেবাগুলির সাথে সংযুক্ত করে যেমন খাদ্য, পরিবহন, শিশুপরিচর্যা এবং আরও অনেক কিছু।

পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা: আমরা শিশু ও প্রাপ্তবয়স্কদের উদ্দেশ্যে নির্দিষ্ট কিছু পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা প্রদান করে থাকি। কয়েকটি কার্যক্রমের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- **হাঁপানি**
- **ডায়াবিটিস**
- HIV/AIDS
- **উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ গর্ভাবস্থা**

অসুস্থতা সামাল দিতে প্রয়োজন হতে পারে এমন পরিষেবাগুলির বন্দোবস্ত করতে (অতি উচ্চ বিশেষজ্ঞ পরিচর্যার জন্য বিশেষ পরিচর্যাকেন্দ্রগুলিতে পাঠানো সমেত) সদস্যদের, তাদের পরিবারবর্গকে এবং তাদের PCP-দের সাহায্যের জন্য পরিচর্যা ব্যবস্থাপকেরা প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত। একটি স্বাস্থ্যপরিচর্যা প্রকল্প বেছে নেওয়া একটি বড় সিদ্ধান্তের বিষয়, এবং আমরা চাই আপনার জন্য উপযুক্তটিকে বেছে নিতে প্রয়োজনীয় সব তথ্য যেন আপনাদের কাছে থাকে।

NJBHC-HMO-BEN-0424

Horizon

সব কাউন্টিতে উপলভ্য

Horizon NJ Health 1-800-682-9090 • TTY 711 www.horizonnjhealth.com

আপনার ও আপনার পরিবারকে সুস্থ রাখা:
নিউজার্সির Horizon Blue Cross Blue Shield-এর একমাত্র NJ FamilyCare প্রকল্প। আমরা হলাম আপনার নিজের শহরের স্বাস্থ্য প্রকল্প। Horizon NJ Health-এর সাথে আপনার পরিবার যে সুযোগ-সুবিধাগুলি চাইছে তা বুঝে নিন।

- নিউজার্সির **অন্যতম সর্ববৃহৎ চিকিৎসা প্রদানকারী নেটওয়ার্ক — 20,000-এরও বেশি ডাক্তারদের** মধ্যে থেকে বেছে নিন
- দন্তচিকিৎসক, প্রসূতি/স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ দেখাতে, ম্যামোগ্রাম করানোর সময় নির্ধারণে বা নিয়মিত চক্ষু পরীক্ষা করাতে **কোন সুপারিশের প্রয়োজন নেই**
- **কন্ট্যাক্ট লেন্স ও চশমা** ও সেই সঙ্গে দৃষ্টিশক্তি সংক্রান্ত অন্যান্য সুযোগ-সুবিধাগুলির **আওতাভুক্তি**
- আপনার ডাক্তারের দেওয়া, সেই সঙ্গে ওষুধের দোকান থেকে কেনা **প্রেসক্রিপশন ওষুধের আওতা**
- আপনার স্বাস্থ্য সংক্রান্ত প্রশ্নগুলির জন্য **নার্স সাহায্য-লাইন** এবং আপনার প্রকল্প সংক্রান্ত আপনার প্রশ্নগুলির জন্য একটি **সদস্য পরিষেবার সাহায্য-লাইন**, যেগুলি **দিনে 24 ঘণ্টা, সপ্তাহে সাত দিন** আপনার জন্য উপলভ্য থাকে

আপনার ও আপনার পরিবারকে কেন্দ্র করে তৈরি অতিরিক্ত স্বাস্থ্য সহায়তা কার্যক্রম:

- **ব্যবস্থাপনাকৃত দীর্ঘমেয়াদি পরিষেবা ও সহায়তাসমূহ (Managed Long Term Services & Supports, MLTSS) কার্যক্রম**
  যাদের বাড়িতে থাকার জন্য বাড়ির এবং ব্যক্তিগত পরিচর্যার মতো স্বাস্থ্য ও দীর্ঘমেয়াদি পরিচর্যা পরিষেবাগুলির দরকার সেসব লোকের জন্য
- আপনার গর্ভাবস্থা থেকে শুরু করে প্রসব অবধি পুরো সময় জুড়ে এবং আপনার নবজাত শিশুকে তার প্রথম 60 দিন অবধি সহায়তা প্রদানের জন্য **স্বাস্থ্যকর গর্ভাবস্থা কার্যক্রম**। নিয়মিতভাবে প্রসূতি/স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ দেখানো, পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা পরিষেবাসমূহ, পুষ্টি সংক্রান্ত পরামর্শ এবং স্তন্যপান সংক্রান্ত সাহায্য পেতে
- **বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন সদস্যদের জন্য পরিচর্যা ব্যবস্থাপকেরা উপলভ্য রয়েছেন** যাতে আমাদের সদস্যদের পরিচর্যার গুণমান আরও উন্নত করতে তাদের সাহায্য করা যায়
- **Horizon Neighbors in Health** আপনাকে আরও ভাল স্বাস্থ্য ও সুস্থতা পেতে সাহায্যের জন্য কমিউনিটি ও স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সংস্থানগুলির সাথে সংযুক্ত করে
- **Education Works** আপনাকে আপনার উচ্চবিদ্যালয় বা তার সমতুল্য ডিপ্লোমা অর্জনে সাহায্য করতে পারে। আমরা আপনাকে একটি আপনার জন্য অনুকূল একটি প্রকল্প দেব যা আপনাকে আপনার উচ্চবিদ্যালয় ডিপ্লোমা পাবার জন্য প্রস্তুতি নেওয়ায় এবং পাওয়ায় সাহায্য করতে আপনার জীবনের জন্য মানানসই হয়। সবচেয়ে ভাল দিক হল, এর জন্য কোন পয়সা লাগে না।

আপনার পরিবারের সুস্বাস্থ্যের চেয়ে বেশি গুরুত্বপূর্ণ আমাদের কাছে কোন কিছুই নয়। আপনাদের যখন আমাদেরকে সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন হবে তখন আমরা আপনাদের জন্য থাকি।

United Healthcare Community Plan

সব কাউন্টিতে উপলভ্য

UnitedHealthcare Community Plan 1-800-941-4647 • TTY/TDD 711 www.uhccommunityplan.com

UnitedHealthcare **কমিউনিটি প্রকল্প**-এ আমরা মানুষকে সুস্থতর জীবনযাপনে সাহায্য করি। আমাদের সেই উদ্দেশ্যসাধনে আমরা 1989 সাল থেকে নিউজার্সিতে কঠোর পরিশ্রম করে আসছি।

যেসব সুযোগ-সুবিধা আপনার দরকার

- প্রত্যেক সদস্যের জন্য প্রাথমিক পরিচর্যাকারী ডাক্তার
- দাঁত পরিষ্কার করা, চেক-আপ করা, এবং দাঁতের কাজ করানো
- চক্ষু পরীক্ষা এবং চশমা বা কন্ট্যাক্ট লেন্স
- প্রত্যেক বয়স-শ্রেণির জন্য মানানসই প্রতিরোধমূলক পরিচর্যা, যেমন টিকা, সুস্থতার জন্য দেখানো, ডায়াবিটিস, হাঁপানি এবং হৃদপিণ্ড সংক্রান্ত পরিচর্যা
- আপনার দন্তচিকিৎসক, প্রসূতি/স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞকে দেখাতে, ম্যামোগ্রাম করানোর সময় নির্ধারণে বা নিয়মিত চক্ষু পরীক্ষা করাতে কোন সুপারিশের প্রয়োজন নেই
- স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য প্রদান করা এবং আপনাকে আপনার পরিচর্যা ও পরিষেবাগুলি ব্যবস্থিত করতে সাহায্য করার জন্য পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা

আপনার কাঙ্ক্ষিত বাড়তি সহায়তা

- **নার্সদের পরামর্শের লাইন** – 24/7, রোজ একজন নার্সের সাথে যোগাযোগ করুন
- **সদস্যদের পরিষেবাসমূহ** 24/7, রোজ উপলভ্য
- গর্ভবতী সদস্যা, নতুন মা ও তাদের বাচ্চাদের জন্য **স্বাস্থ্যকর প্রথম পদক্ষেপসমূহ**
- সেসব ব্যক্তির জন্য FIDESNP প্রকল্প যাদের Medicare এবং Medicaid বিমা আছে
- **ব্যবস্থাপনাকৃত দীর্ঘমেয়াদি পরিষেবা ও সহায়তাসমূহ** - দুর্বল, বয়স্ক, এবং বিকলাঙ্গ ব্যক্তিদের সেবা প্রদানের লক্ষ্যে তৈরি কার্যক্রম যা প্রচলিত স্বাস্থ্যপরিচর্যার সুযোগ-সুবিধাগুলিকে (ডাক্তার দেখানো, হাসপাতালে কাটানো, ল্যাব পরীক্ষা) এবং দীর্ঘমেয়াদি পরিষেবা ও সহায়তাসমূহকে (রোজকার জীবনযাপন সংক্রান্ত কার্যকলাপগুলিতে বাড়িতে বা কমিউনিটিতে সাহায্য প্রদান করা) সংমিশ্রিত করে

Wellpoint

সব কাউন্টিতে উপলভ্য

Wellpoint 1-877-453-4080 • TTY 711 www.wellpoint.com/nj/medicaid

Wellpoint (অতীতে Amerigroup) গর্বের সাথে নিউজার্সির FamilyCare সদস্যদের 1996 সাল থেকে পরিষেবা দিয়ে আসছে এবং আপনারা আপনাদের স্বাস্থ্যের প্রকল্প থেকে কী চান তা আমরা বুঝি।
আসুন আমরা আপনাকে আপনার সুযোগ-সুবিধাগুলি সর্বাধিকভাবে পেতে সাহায্য করি।

যেসব সুযোগ-সুবিধা আপনার দরকার

কোন সুপারিশের প্রয়োজন নেই: আমাদের নেটওয়ার্ক-মধ্যস্থ যেকোনো চিকিৎসা প্রদানকারীকে দেখান, তা শুধু প্রাথমিক পরিচর্যা, দন্তচিকিৎসা এবং প্রসূতি/স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ অবধি সীমিত থাকে না।

24-ঘণ্টার নার্সের সাহায্যের লাইন: একজন নার্সের থেকে দিনে 24 ঘণ্টা, সপ্তাহে 7 দিন চিকিৎসা সংক্রান্ত পরামর্শ ও তথ্য পান। 833-731-2147 (TTY 711)

চোখ ও দাঁত সংক্রান্ত সুযোগ-সুবিধাগুলি: চোখ ও দাঁতের জন্য রুটিন প্রতিরোধমূলক পরিচর্যা পান, যার মধ্যে যোগ্য সদস্যদের জন্য কন্ট্যাক্ট লেন্সে $100 ক্রেডিট, ফ্রেম নির্বাচন করা এবং আরও অনেক কিছু অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

বিশেষ চাহিদাসম্পন্নদের পরিচর্যা ব্যবস্থাপনা: বিশেষ চাহিদসম্পন্ন সমস্ত সদস্যদের জন্য একজন পরিচর্যা ব্যবস্থাপক রয়েছেন যারা তাদের একটি ব্যক্তিনির্দিষ্ট পরিচর্যার প্রকল্পের ব্যাপারে সাহায্য করেন।

প্রেসক্রিপশনভুক্ত ওষুধের আওতা: ভাল স্বাস্থ্য নিয়ে বাঁচতে আপনার প্রয়োজনীয় ওষুধের জন্য এবং ওষুধের দোকান থেকে (Over the Counter, OTC) কেনা ওষুধপত্রের জন্য প্রতি তিন মাস অন্তর $15 করে।

যে বাড়তি সুবিধাগুলি আপনি চান

স্বাস্থ্যকর পুরস্কার: সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যের রোগনির্ণায়ক পরীক্ষা ও সুস্থতা সংক্রান্ত কার্যকলাপগুলি সম্পূর্ণ করার জন্য গিফ্ট কার্ড, যেমন: শিশুদের শরীরের সীসার উপস্থিতি নির্ণয়কারী পরীক্ষা, ফ্লু-এর টিকা, এবং ডায়াবিটিস সংক্রান্ত পরিষেবাগুলি, যেমন বছরে একবার ডায়াবিটিসজনিত চক্ষু পরীক্ষা এবং হিমোগ্লোবিন A1c পরীক্ষা।

মায়েদের জন্য বাড়তি সহায়তা: একটি কার্যক্রম যা আপনাকে গোটা গর্ভাবস্থার সময় জুড়ে, প্রসবের সময়, এবং আপনার নবজাতকের জন্য প্রথম কয়েক মাস সহায়তা পেতে সাহায্য করে। স্ট্রোলার, গাড়ির আসন এবং আরও অনেক কিছুর জন্য স্বাস্থ্যকর পুরস্কারগুলি অর্জন করুন।

বিনামূল্যের অনলাইন সংস্থানসমূহ: সদস্যদের খাদ্য, কাজ, বাসস্থান, আইনি পরামর্শ এবং অন্যান্য বিষয়গুলি খুঁজে পেতে সাহায্য করার জন্য যেগুলি কমিউনিটিতে আপনার দরকার হতে পারে।

কমিউনিটির পরিচর্যা বিষয়ক সংস্থান কেন্দ্র যেখানে আপনি আসতে পারেন এবং আপনার সুযোগ-সুবিধাগুলি নিয়ে, কমিউনিটির কার্যক্রম ও পরিষেবাগুলির ব্যাপারে একজন Wellpoint প্রতিনিধির সাথে মুখোমুখি কথা বলতে পারেন এবং আপনার প্রশ্নগুলির উত্তর পেতে পারেন।

NJ FAMILYCARE Affordable health coverage. Quality care. স্বাস্থ্য প্রকল্পসমূহ