

The Way to Better HealthSM

(Barnaamijka Habka Caafimaadka Wanaagsan)

Barnaamijyo kugu dhiirigelinaaya ka hortagga cudurada iyo sidii caafimaad wanaagsan aad ugu noolaan laheyd.



Baaritaan cafimaad oo aad samaysid adiga oo aan cudur isku ogayn waxay tartaa in laga hortago cudurada inta aysan ku soo ridin. Cudurada oo horay loo ogaado waxay daawayntooda ka dhigtaa mid fudud laguna guulaysto. Barnaamijka Habka Caafimaadka Wanaagsan wuxuu xooga saaraa ka hortagga cudurada iyo sidii caafimaad wanaagsan aad u gu noolaan laheyd. **Barnaamijyadan hoos ku qoran waxay lacag la'aan u yihiin dadka haysta Medica Choice Care iyo Medica Minnesota Care.**

Markaad ka qayb qaadatid barnaamijyadan ka hortagga cudurada waxaad xaq u yeelanaysaa kaararka hadiyadda*

Child and Teen Checkups

Qiimo Gaaraya illaa iyo

(Baaritaanka Caafimaadka Caruurta iyo Dhalinyarada)

\$75

Caruurta waa in ay maraan baaritaanka guud mararka ay da'doodu u dhaxeeyso:

- Dhalashada illaa 1 bil
- 2 bilood
- 4 bilood
- 6 bilood
- 9 bilood
- 12 bilood
- 15 bilood
- 18 bilood
- 24 bilood
- iyo sanad kasta marka laga bilaabo 3-20 sano

Mar kasta oo aad samaysid baaritaanka guud waxaad xaq u yeelanaysaa \$10 oo ah kaarka hadiyadda.

ABAALMARIN! Laga bilaabo dhalashada ilaa 14 bilood jir, caruurta waxey u baahanyihiin lix ah baaritaanka caruurta iyo dhalinyarada. Macaamiisha mara dhammaan lixda baaritaan waxey xaq u yeelanayaan \$15 oo dheeraad ah...taasi waa isku dar qiimo gaaraya \$75!

Blood Lead Testing

Qiimo ah

(Baaritaanka Suntan Rasaasiga)

\$50

Caruurta waa in ay maraan baaritaanka sunta rasaasiga marka ay da'doodu tahay 12 bilood iyo 24 bilood. Caruurta marta baaritaanka sunta rasaasiga ah inta da'doodu u dhaxayso 9 bilood iyo 30 bilood waxay xaq u yeelan karaan \$50 oo ah kaarka hadiyadda (1 kii sano ee kalandarka).

Car Seat Program

(Barnaamijka Kursiga Gaariga ee Caruurta)

Medica waxay siisaa kursiga gaariga ee caruurta:

- Dumarka uurkoodu yahey ugu yaraan 6 bilood iyo
- Caruurta da'doodu tahey 2 sano iyo ka yar.

Meelaha badankood, Medica waxey heshiis kunturaad ah la leedahey hayadaha caafimaadka bulshada/ama shaqaale rugo/goobo kuwaas oo siin doona kursiga gaariga ee caruurta macaamiisheena. Waxay kaloo ku siin doonaan cashar sida loo isticmaalo kursiga gaariga ee caruurta. Waxaan kursiga gaariga ee caruurta boosta u soo dhigi doonaa macaamiisheena ku nool meelaha aan wakiilo noo joogin.

Si aad u codsato kursiga gaariga ee caruurta, wac 1-866-455-7426.

Best for Baby & Me Prenatal Care

Qiimo Gaaraya illaa iyo

(Daryeelka ugu wanaagsan Ilmahayga iyo Aniga [Caafimaadka Xilliga Uurka])

\$80

Baaritaanka kowaad ee Daryeelka uurka: Dumarka uurka

leh ee mara baaritaanka inta lagu dhax jiro 104 ta maalmood ee ugu horeeya uurkooda waxay xaq u yeeshen \$20 oo ah kaarka hadiyadda. Haddii baaritaanka uurkaaga ee ugu horeeyay uu bilawday kahor intaadan Medica ka mid noqon, waxaad wali xaq u yeelan kartaa \$20 oo ah kaarka hadiyadda markii Medica aad ka midnoqotid *iy*o markii baaritaan aad martid 42 da malmood ee ugu horeeya oo aad ka mid noqotay Medica.

Inta goor ee baaritaan daryeel uur aad martay:

- 8-9 goor oo aad martid baaritaan daryeel uur waxaad xaq u yeelanaysaa \$15 oo ah kaarka hadiyadda.
- 10 goor oo aad martid baaritaan daryeel uur waxaad xaq u yeelanaysaa \$30 oo ah kaarka hadiyadda.
- 11 goor ama ka badaan oo aad martid baaritaan daryeel uur waxaad xaq u yeelanaysaa \$45 oo ah kaarka hadiyadda.

Ogow: Waxaad xaq u yeelan kartaa hal ah kaararka hadiyadda ee kor ku qoran oo kali ah.

ABAALGUD! Dumarka maray baaritaanka dhalmada ka dambeeya (post partum) 21 & 56 maalmood gudahood laga bilaabo maallintii ay dhaleen waxey xaq u leeyihiin \$15 oo dheeraad ah kaarka hadiyadda.

Buuga daryeelka uurka: Medica waxey siisaa dumarka ka tirsan oo uurka leh buugga *Waxa la sameeyo marka aad uur leedahay.* (Wuxuuna ku qoran yahay Af Ingiriis iyo Isbaanish.)

Cervical Cancer Screening

Qiimo ah

(Baaritaanka Cudurka Kansarka Afweynta ama Ilma Galeenka afkiisa [Cervical])

\$15

Haweenka da'dooda ay tahay 21 ilaa 64 jir kana tirsan Medica, mareyna baaritaanka (Pap test) waxay xaq u leeyihiin \$15 oo ah kaarka hadiyada (1 kii sano ee kalandarka).

Breast Cancer Screening

Qiimo ah

(Baaritaanka Cudurka Kansarka Naasaha)

\$15

Haweenka da'doodu u dhaxeeyso 40 ilaa 75 jir ee mara raajada naasaha (mammogram) waxay xaq u yeelan karaan \$15 oo ah kaarka hadiyada (1 kii sano ee kalandarka).

Chlamydia Screening

Qiimo ah

(Baaritaanka Chlamydia-waa cudur galmada la iskaga qaado)

\$15

Regga iyo haweenka da'doodu u dhaxayso 16-24 jir oo qaba Chlamydia screening waxay xaq u yeelan karaan \$15 oo ah kaarka hadiyada (1 kii sano ee kalandarka).

* Kaararka hadiyadda (gift cards) ee ay Medica bixiso looguna talagalay Barnaamijka Habka Caafimaadka Wanaagsan waa Target® Gift Cards.SM

Buugaagta Caafimaadka

- Buugga *What To Do When You're Having A Baby (Waxa la Sameeyo Markaad Uur Leedahay)* waxaa la siiyaa macaamiisha uurka leh (Wuxuuna ku qoran yahay Af Ingiriis iyo Isbaanish.)
- Buugga *What To Do When Your Child Gets Sick (Waxa la Sameeyo Marka Ilmahaagu Jiradan)* waxaa la siiyaa qoys kasta oo leh caruurta da'doodu u dhaxeeyo dhalshada ilaa 17 sano (Wuxuuna ku qoran yahay Af Ingiriis, Isbaanish iyo Fiidnaamiis)
- Buugga *What To Do For Teen Health (Waxa laga Sameeyo Caafimaadka Dhalinyarada)* waxaa la siiyaa macaamiisha da'doodu u dhexayso 11 ilaa 17 jir (Wuxuuna ku qoran yahay Af Ingiriis iyo Isbaanish.)
- *What To Do For Senior Health (Waxaa laga Sameeyo Caafimaadka Waayeelka)* waxaa la siiyaa guryaha ay joogaan macaamiisha jira 55 sano iyo ka kor. (Wuxuuna ku qoran yahay Af Ingiriis, Isbaanish iyo Fiidnaamiis.)

Si aad u dalbatid, wac taleefoonada hoos ku qoran midkood.

Jooji Isticmaalka Tubaakada ama Sigaarka

Medica waxey ugu baaqaysaa macaamiisha da'doodu ka weyn tahay 14 sano Barnaamijka Joojinta Sigaarka. Waxaad dooran kartaa barnaamij lagala xiriiro taleefoon ama mid lagala xiriiro internet si lagaaga caawino sidii aad u joojin lahayd tubaakada (sigaarka iyo taqsiinta). Faa'iidooyinka barnaamijkan waxaa ka mid ah in uu diyaar kuu yahay in uu ku caawino lataliye ku takhasusey joojinka sigaarka, war bixin ku saabsan joojinta sigaarka, taageero iyo Nicotine Replacement Therapy (Daawooyin Sigaar Joojinta Caawina).

Si aad barnaamijkan ugu biirto ama aad warbixin dheeraad ah u heshid, fadlan wac 1-800-934-4824 (lacag la'aan) ama tag **medica.com**. Taleefoonada waxaa laga jawaabaa Isniin-Jimco 7 subaxnimo illaa 8 fidnimo iyo Sabti 9 ka subaxnimo illaa 5 galabnimo. Dadka isticmaala TTY, wac National Relay Center (xarunta dhexe ee qaranka) tel. 1-800-855-2880 (lacag la'aan).

Haddii aad su'aalo qabtid, aad rabtid buugga caafimaadka, ama aad rabtid in aad ka qayb qaadatid mid ama ka badan barnaamijyada kaarka hadiyadda, naga soo wac:



Ingriiiska iyo Afafka kale ee aan halkan ku qorayn	952-992-2322 1-800-601-1805 (bilaash ama lacag la'aan)
Hmong.	952-992-2296
Ruush.	952-992-2294
Somali	952-992-2260
Isbaanish.	952-992-2297
Fiidnaamiis.	952-992-2295
Dadka isticmaala TTY:	
National Relay Center	1-800-855-2880 (bilaash ama lacag la'aan)

Taleefoonada waxaa laga jawaabaa 8 subaxnimo illaa 5 galabnimo Isniin illa Khamiis iyo 9 ka subaxnimo illaa 5 galabnimo Jimcaha.



Ogow. Haddii aad dooneyso in lagaa kaalmeeyo tarjamadda macluumaadkani oo lacag la'aan ah, wac Medica: 952-992-2260.

ملاحظة: إذا أردت مساعدة مجانية في ترجمة هذه المعلومات، فاتصل على الرقم 1-800-373-8335 :Medica

Внимание: если вам нужна бесплатная помощь в переводе этой информации, позвоните Medica: 952-992-2294.

ໂປດຊາບ. ຖ້າຫາກທ່ານຕ້ອງການການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປຂໍ້ຄວາມດ້ວຍກໍາລັງຟິຣີ, ຈົ່ງ ໂທລະຫາ Medica: 1-800-373-8335.

Atención. Si desea recibir asistencia gratuita para traducir esta información, llame a Medica: 952-992-2297.

កំណត់សំគាល់ បើអ្នកចង់បានជំនួយបកប្រែព័ត៌មាននេះដោយឥតគិតថ្លៃ សូមទូរស័ព្ទទៅ Medica: 1-800-373-8335 ។

Chú Ý. Nếu quý vị cần dịch thông-tin này miễn phí, xin gọi Medica: 952-992-2295.

Ceeb toom. Yog koj xav tau kev pab txhais cov xov no rau koj dawb, hu Medica: 952-992-2296.

Pažnja. Ako vam je potrebna besplatna pomoć za prevod ove informacije, nazovite Medica: 1-800-373-8335.

Hubaddhu. Yoo akka odeeffannoon kun sii hiikamu gargaarsa tolaa feeta ta'e, lakkoofsi bilbiltu Medica: 1-800-373-8335.

If you want free help translating this information, call 1-800-373-8335.

This information is available in other forms to people with disabilities by calling 952-992-2322 (voice), or 1-800-373-8335 (toll free), or through the National Relay Center toll free at 1-800-855-2880 (TTY/TDD), or 7-1-1, or through the Minnesota Relay direct access numbers at 1-800-627-3529 (TTY, Voice, ASCII, Hearing Carry Over), or 1-877-627-3848 (speech to speech relay service).

Barnaamijka Habka Caafimaadka Wanaagsan waa barnaamij akhtiyaar ah oo la bedeli karo ama la joojin karo markii la doono; haseyeeshee, Medica waxay aad ugu dadaalaysaa in ay macaamiisha hore u ogaysiiso waxii isbedel ku imanaya barnaamijka. Naqshadda Calaamadda Target uu leeyahay (The Bullseye Design) iyo Target waa calaamado ganacsi oo khaas ah Target GiftCards-na waa calaamad ah adeegga uu sameeyo Target Brands, Inc.

MEDICA®

PO Box 9310, Minneapolis, MN 55440-9310

© 2010 Medica. Medica® waa calaamad ganacsi ee u diiwaan gashan Medica Health Plans. "Medica" waxay u taagan tahay bahda ganacsiga ee qorshayaasha caafimaadka oo ay ka mid yihiin Medica Health Plans, Medica Health Plans of Wisconsin, Medica Insurance Company, Medica Self-Insured, and Medica Health Management, LLC.

Barnaamijka Habka Caafimaadka Wanaagsan waa calaamad adeeg ee Medica Health Plans.™