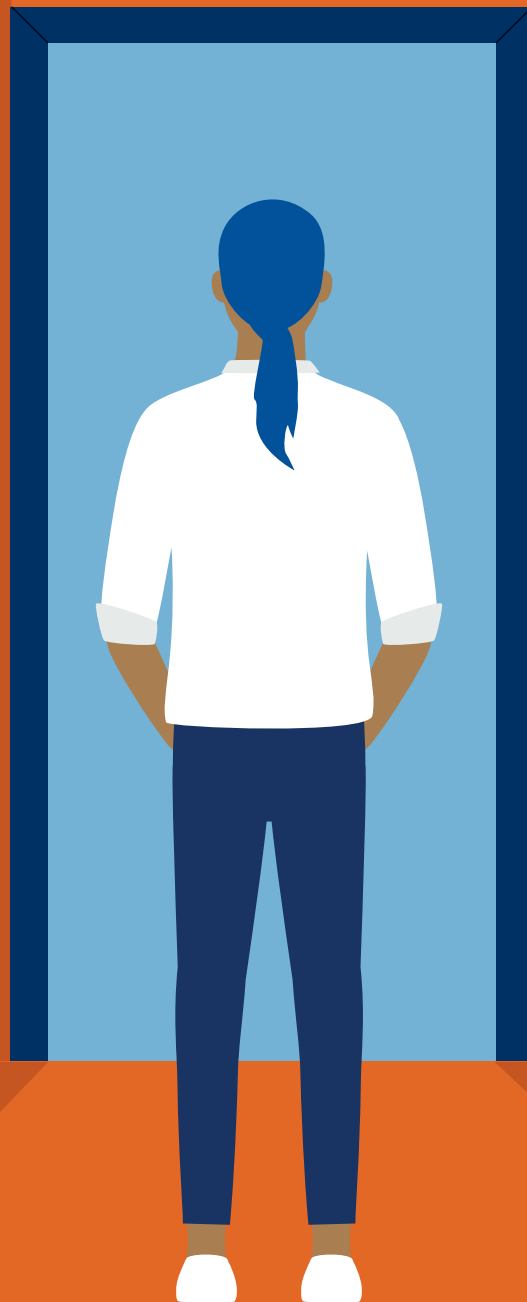




# TOUNEN NAN KOMINOTE A: SWEN SANTE APRÈ PRIZON

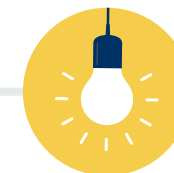
Gid pou reyentegrasyon nan sektè sante



# KONSILTE PLAN AKSYON OU A POU YON PI BON SANTE



**Pou kòmanse** ..... 03  
 KIJAN POU W ITILIZE GID SA A ..... 03



**Etap 1:**  
**KONNEN BEZWEN SANTE OU YO** ..... 04  
 JERE SANTE FIZIK AK SANTE KONPÒTMANTAL OU ..... 05  
 ENFÒMASYON SOU SITIYASYON IJANS AK KRIZ ..... 06



**Etap 2:**  
**SA OU DWE KONNEN** ..... 09  
 RASANBLE ENFÒMASYON SOU SANTE W YO ..... 10  
 MOUN AK TIT OU DWE KONNEN ..... 11



**Etap 3:**  
**APLIKE POU YON KOUVÈTI SANTE** ..... 13  
 KISA OPSYON YO YE? KIJAN EPI KI KOTE MWEN KA APLIKE? ..... 13  
 KONSIDERASYON ESPESYAL ..... 17  
 PLIS ENFÒMASYON SOU MEDICARE ..... 18



**Etap 4:**  
**ITILIZE KOUVÈTI SANTE OU A** ..... 21  
 RESSOUS ..... 24



## POU KÒMANSE

Tounen nan kominote a boulvèsan. Ou gen bezwen imedya oswa priyorite yo dwe konsidere - tankou jwenn yon pyès idantite ak lòt dokiman ki enpòtan, jwenn yon travay epi asire w ou gen manje, yon mwayen transpò oswa yon kote estab pou w rete.

Menm si sante w se pa premye sa ki vin nan tèt ou, men pran swen sante fizik ak konpòtmantal ou esansyèl pou reyisi lavi w aprè w fin libere. Kontinye tretman, plan swen ak medikaman yo preski w yo, sa ki gen ladan jwenn yon sipò pou konsomasyon sibstans, sa yo se mwayen enpòtan pou rete an sante.

Gen moun ki vle ede w epi gen sèvis ki la pou soutni w. Moun ki kapab ede w reponn ak bezwen imedya ou yo anpil fwa se menm moun sa yo ki kapab ede w reponn ak bezwen w yo nan sa ki konsène swen sante. Sa gen ladan ede w jwenn yon bon kouvèti sante, yon fason pou w kapab peye vizit medikal ak medikaman w yo.

Resous sa a ap ede w:

1. Jere sante w epi ba w konsèy sou fason pou w defann bezwen swen sante w yo pandan ak aprè prizon an
2. Jwenn aksè ak sèvis swen sante gratis epi ki abòdab
3. Jwenn pwogram oswa avantaj lokal ak moun ki kapab ede w aksede ak resous sa yo.

### **Kijan pou w itilize gid sa a**

Plan aksyon sa a genyen 4 etap pou ede w.

Nan tout dokiman an, ou ap jwenn lis ak resous komen nan sa ki konsène swen sante. Lis sa yo gen ladan yo moun ki kapab ede w jwenn dokiman, dosye medikal ak lòt avantaj tankou manje, lojman ak èd pou transpò. Gen yon seksyon tou ki la pou w pran nòt.

Itilize gid sa a ak [\*plan aksyon an pou pi bon swen\*](#) pou w antre an relasyon ak sèvis swen sante yo.

**Kòmanse mennen yon lavi ki pi sen depi kounye a.**

## Etap 1:

# KONNEN BEZWEN SANTE OU YO

**Konnen pwòp sante epi konnen kijan pou w rete an sante ap ede w jwenn swen ak sèvis ou bezwen yo. Itilize sèvis prevansyon yo, sa vle di egzamen regilye pou prevni pwoblèm sante yo kapab ede w jere sante fizik ak sante konpòtmantal ou.**

Sante fizik ak sante konpòtmantal se kle sante jeneral ou. Sante fizik la gen ladan pwoblèm ki lye ak kò, tankou dyabèt oswa tansyon wo. Sante konpòtmantal la gen ladan byennèt emosyonèl, mantal epi sosyal. Sante konpòtmantal ou afekte fason w panse, santi w oswa aji lè w ap afwonte lavi. Nou jwenn twoub konpòtmantal anpil epi li kapab gen ladan pwoblèm ki lye ak sante mantal epi toksikomani. Li enpòtan nan menm nivo ak sante fizik ou.

Anviwon 1 adilt sou 5 nan Etazini genyen pwoblèm mantal. Nivo yo pi wo toujou pou moun ki nan prizon yo. Men gen resous ki la pou bay èd.

W ap jwenn pi ba a dis kesyon sou eta sante aktyèl ou ak pase w ki kapab ede w pi byen konprann sitiyasyon w ak sa ou kapab gen bezwen mande nan kad swen sante w yo.

1. Èske mwen gen eksperyans lavi pase oswa prezan mwen bezwen èd pou m simonte?
2. Èske lè m pale ak yon pwofesyonèl oswa yon moun ki te viv menm eksperyans lan sa kapab ede m pi byen konprann chwa mwen fè yo?
3. Èske m gen pwoblèm sante, tankou doule kòporèl, yon founisè swen sante kapab ede m?
4. Dyabèt, pwoblèm kè, pwoblèm pwa, konsomasyon dwòg oswa alkòl, èske yo jwenn sa yo anpil nan fanmi m?
5. Èske nan moman an mwen ap pran medikaman yon doktè te preskri m, oswa èske m ap gen bezwen renouvle youn nan yon tan ki pa lwen?
6. Èske mwen konn gen pwoblèm konsomasyon sibstans siko-aktif deja?
7. Èske sa ap itil pou m pale de konsomasyon mwen konn fè de sibstans lan ak yon moun?
8. Èske m te konsilte yon doktè, yon founisè swen sante, entènè oswa m te al nan ijans pou yon pwoblèm dènyèman oswa nan pase?
9. Nan ki fason konsilte yon doktè oswa yon founisè swen sante ap amelyore eta sante jeneral mwen ak lavi m aprè m fin libere a?
10. Èske mwen enkyè pou m konn kijan m ap peye medikaman oswa randevou m yo ak founisè swen sante yo?



## JERE SANTE FIZIK AK KONPÒTMANTAL OU

**Lè w pran swen sante fizik ou, sante mantal ou epi lè w reponn ak preyokipasyon w yo konsènan konsomasyon sibstans, w ap pi byen kapab:**

- Fè fas ak estrès lavi a
- An sante fizikman
- Genyen bon relasyon
- Travay nan yon fason ki pwodiktif

# ENFÒMASYON SOU SITIYASYON IJANS AK KRIZ



**Ou bezwen èd kounye a? Itilize liy asistans gratis sa yo pou w jwenn èd. Nan ka kriz, ijans oswa danje lanmò, rele 911 oswa ale nan depatman ijans lan.**



## **988 Liy pou Suisid ak kriz (988 Suicide & Crisis Lifeline)**

**[988lifeline.org](https://988lifeline.org)**

Rele oswa voye yon mesaj bay 988, oswa ekri anliy sou [988lifeline.org](https://988lifeline.org), pou jwenn sipò nan ka kriz. Lifeline lan se yon nimewo telefòn prive epi gratis prevansyon suisid, li aksesib 24 sou 24. Lè w rele nimewo sa a, apèl ou a al jwenn sant kriz ki pi pwòch la.

## **Liy Kriz pou Veteran (Veterans Crisis Line) [veteranscrisisline.net](https://veteranscrisisline.net)**

Rele 988 epi peze 1 pou kontakte Liy Kriz pou Veteran. Veteran yo kapab jwenn Liy Kriz pou Veteran an nan nimewo telefòn anvan an — 1-800-273-8255 epi peze 1 — nan mesaj (838255), ekri ([VeteransCrisisLine.net/Chat](https://VeteransCrisisLine.net/Chat)).

Se yon sèvis asistans telefonik prive epi ki gratis. Li mete an kontak veteran ki nan kriz yo ak entèvenan kalifye epi ki atantif nan Depatman Zafè Veteran an (VA). Fanmi ak zanmi veteran yo kapab itilize sèvis sa a tou.

Tanpri konsilte sit entènèt Liy Kriz pou Veteran an pou plis enfòmasyon: [veteranscrisisline.net](https://veteranscrisisline.net).

## **Liy Asistans Administrasyon Sèvis Toksikomani ak Sante Mantal (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)**

**[samhsa.gov/find-help/national-helpline](https://samhsa.gov/find-help/national-helpline)**

Rele 1-800-662-HELP (4357) pou w jwenn sipò nan ka konsomasyon sibstans oswa pwoblèm sante mantal.

Sèvis asistans telefonik sa a konfidansyèl epi gratis. Ou kapab jwenn yo 24 sou 24, 365 jou pandan ane a epi pale ak ajan an anglè oswa espanyòl. Yo kapab oryante w nan sant tretman lokal, gwoup soutyen ak gwoup kominotè.

Pou plis enfòmasyon sou konsomasyon sibstans, pwoblèm sante mantal ak tip tretman yo, tanpri konsilte [findtreatment.samhsa.gov](https://findtreatment.samhsa.gov).

Pou jwenn resous ak enfòmasyon sou posiblite tretman ak sèvis soutyen nan sa ki konsène sante mantal, toksikomani ak konsomasyon alkòl, tanpri konsilte sit la: [samhsa.gov/find-support](https://samhsa.gov/find-support).

## **Liy Asistans Nasyonal pou Agresyon Seksyèl (National Sexual Assault Hotline) [rainn.org/resources](https://rainn.org/resources)**

Rele 1-800-656-HOPE (4673) pou w pale ak yon manm pèsònèl ki fòme ki kapab ba w yon sipò konfidansyèl nan ka kriz. Liy Asistans sa a louveri 24 sou 24, 7 jou sou 7. Ou kapab ekri anliy tou an anglè ([hotline.rainn.org/online](https://hotline.rainn.org/online)) ak espanyòl ([hotline.rainn.org/es](https://hotline.rainn.org/es)).

## **Liy Asistans Nasyonal pou Vyolans Domestik (National Domestic Violence Hotline) [thehotline.org](https://thehotline.org)**

Rele 1-800-799-SAFE (7233) pou w pale ak yon defansè epi jwenn sipò gratis epi konfidansyèl. Liy Asistans sa a louveri 24 sou 24, 7 jou sou 7, epi ou kapab ekri li anliy tou ak voye mesaj tèks (voye "START" bay 88788).

## **Liy Asistans StrongHearts Native (StrongHearts Native Helpline) [strongheartshelpline.org](https://strongheartshelpline.org)**

Rele 1-844-7NATIVE (762-8483) pou w jwenn sipò. Sèvis asistans sekirize, konfidansyèl epi anonim sa a louveri 24 sou 24, 7 jou sou 7 epi li ofri yon sipò ak yon defans ki adapte ak kilti amerendyen ak otoktòn Alaska yo. StrongHearts Native Helpline ofri tou yon liy ou kapab ekri li anliy.



## Etap 2:

# SA OU DWE KONNEN

### Rasanble enfòmasyon sou sante w

Anvan ou libere, kòmanse rasanble enfòmasyon sou sante w. Li enpòtan pou w konnen ki sèvis w ap gen bezwen lè w libere. Detèmine sou kisa w vle konsantre w epi etabli yon plan k ap ede w an sante epi ede w reyisi.

#### Men yon lis enfòmasyon ou dwe rasanble:

- Kopi dosye medikal mwen an, dokiman egzeyat lopital ak dokiman tranzisyon

**KONSÈY:** Mande pèsònèl medikal etablisman w lan yon kopi dosye medikal ou a omwen 60 jou anvan ou libere. Yo kapab ba ou dosye medikal ou yo san risk epi an sekirite aprè liberasyon w lan.

- Lis medikaman mwen dwe kontinye pran aprè m fin libere

**KONSÈY:** Pèsònèl medikal etablisman w lan kapab ede pou yo ba w mediman apre egzeyat ak lòt founiti medikal ki nesèsè.

- Tout pwoblèm sante, kesyon oswa enkyetid pou m diskite ak nouvo founisè mwen an, sa ki gen ladan swen mwen te rive evite oswa ki te retade pandan mwen te nan prizon an (tankou netwayaj dantè)

- Kontak etablisman medikal mwen te vizite anvan mwen t al nan prizon an (si m panse tounen nan menm vil/eta a mwen t ap viv anvan an)

- Lis etablisman medikal nan vil oswa eta mwen prevwa viv aprè mwen fin libere a

- Lis gwoup kiltirèl, etnik, relijye oswa lòt gwoup ki kapab ban m yon sipò pozitif ak yon koneksyon aprè m fin libere, si m ta vle jwenn tip sipò sa a

## Kèk ide refleksyon

- Ki moun ki kapab ede m jwenn kote ak sèvis mwen bezwen yo?
- Kisa ki rezo soutyen m nan? Ki kote m ap ye lè m soti?
- Si ou gen bezwen, chache yon sant sante lokal sou <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>

## Kesyon pou w poze

- Èske m gen ase medikaman epi èske m dwe mande kèk dòz pou m pote avan mwen libere?
- Èske gentan gen yon randevou ki fikse ak founisè swen sante kominotè mwen an?
- Èske m ka jwenn sipò yon espesyalis ki trete ka moun ki te viv menm eksperyans ak mwen, pou ede m fè fas ak bezwen akablan sa yo mwen genyen aprè m fin libere a?
- Èske genyen enfòmasyon sou yon òganizasyon oswa yon konsèy lokal pou reyentegrasyon nan kominote m ap tounen an?
- Èske mwen gen kontak ak depatman sante lokal la ansanm ak depatman Medicaid eta a?
- Èske mwen ranpli kondisyon yo mande yo pou m benefisye yon pwogram pwoteksyon sosyal (pwogram eta ki bay moun ki p ap benefisye yon kouvèti sante yo sèvis)?
- Èske m gen bezwen dantè imedya?



## Moun ak tit ou dwe konnen

Tit yo kapab diferan dapre etablisman an. Men kèk egzanp moun ak tit ou kapab rankontre lè w ap pase nan yon etablisman nan kominote a pandan reyentegrasyon w nan pakou sante w:

- **Konseye nan Aplikasyon Sètifye (Certified Application Counselor)** Li ede moun yo jwenn yon kouvèti medikal atravè Medicaid, sa ki konsène ranpli fòmilè demann ak enskripsyon yo.
- **Ekip Reyentegrasyon Kominotè (Community Reentry Team)** Li ede moun ki soti nan prizon yo jwenn travay, lojman, soutni timoun ak fanmi yo epi kontribiyè nan kominote yo a.
- **Kowòdonatè Swen (Care Coordinator)** Li ede jere sèvis swen sante pou pasyan epi pataje enfòmasyon yo ant founisè swen sante yo.
- **Jesyonè Ka (Case Manager)** Li ede moun yo jwenn aksè ak sèvis medikal, sosyal, edikatif ak lòt toujou yo gen bezwen.
- **Travayè Sosyal Klinik** Li bay konsèy ak terapi, jere ka ak lòt tip sipò.
- **Planifikatè pou soti (Discharge Planner)** travay ak moun ki prèske kite prizon yo pou yo prepare yo pou lavi aprè prizon an.
- **Navigatè pou Liberasyon Prizonye (Jail Release Navigator)** li ede moun k ap kite prizon yo jwenn swen sante ak lòt sèvis.
- **Fasilitatè Marketplace** Li ede moun yo jwenn yon kouvèti sante atravè Asirans Sante ki sou Marketplace (Health Insurance Marketplace®), sa ki konsène ranpli fòmilè demann ak enskripsyon yo.
- **Pèsonèl Medikal (Medical Staff)** li gen ladan Doktè yo (MD – Doktè nan Medsin, oswa DO – Doktè nan Medsin Osteyopatik), enfimyè praktisyen, enfimyè klinisyen espesyalis oswa oksilyè medikal k ap ede yon pasyan gen aksè ak yon gam sèvis swen sante.
- **Mantò/Mesaje kredib (Mentor/Credible Messenger)** konekte l ak moun yo epi motive yo pou yo reyentegre kominote a ak siksè epi leve defi yo ak nouvo opòtinite yo, souvan se sou baz eksperyans pèsonèl yo nan prizon.
- **Ajan Pwobasyon/Liberasyon sou Kondisyon (Probation/Parole Officer)** tcheke sou moun ki libere sou kontwòl jidisyè anvan pwosè yo oswa aprè yo fin kondane.
- **Sipò Kòlèg ki Espesyalis yo se moun ki te viv menm eksperyans ak mwen** yon moun ki te pase nan menm kondisyon an epi ki te reyisi retabli aprè yon maladi mantal ak/oswa yon toksikomani epi k ap ede soutni lòt moun k ap fè fas ak menm tip difikilte sa yo.
- **Enfimyè/espesyalis/Kowòdonatè Reyentegrasyon (Reentry Nurse/Specialist/Coordinator)** konseye epi soutni moun k ap reyentegre kominote yo a aprè kèk tan nan prizon oswa yon etablisman penitansye.
- **Travayè Sosyal (Social Worker)** jere ka epi ede moun yo jwenn yon tretman ak lòt mwayen pou yo amelyore gerizon, sante ak byennèt yo.
- **Kowòdinatè Tranzisyon (Transition Coordinator)** Li bay moun ki soti nan prizon yo resous pou reponn ak bezwen espesifik yo. Yo pwograme tou tout randevou klinik yo nan kominote a.





### Etap 3:

## APLIKE POU YON KOUVÈTI SANTE

**Lè w nan yon etablisman penitansye, se yo ki ba w sèvis sante. Men lè w libere, w ap gen bezwen yon kouvèti medikal pou ede w peye sèvis swen sante w yo. Etap sa a prezante diferan opsyon nan sa ki konsène kouvèti sante epi li ba w enfòmasyon sou fason pou w jwenn plis enfòmasyon epi pou w aplike.**

Verifye si prizon oswa etablisman penitansye ou a gen yon pwogram preparasyon pou liberasyon oswa pou sòti anvan. Si li genyen, mande kijan ou kapab patisipe a ki kouvèti sante ou elijib epi gade si yo kapab ede w aplike nan kouvèti sa a.

### Kisa ki opsyon yo? Kijan epi ki kote mwen dwe aplike?

#### Medicaid

- Medicaid se yon asirans medikal gratis oswa yon fèb depans pou adilt ki gen revni ki fèb, timoun, fanm ansent, ti granmoun ak moun andikape ki ranpli kondisyon yo mande yo.
- Anpil moun ki nan prizon oswa ki prèske libere, sa ki gen ladan adilt ki pa gen timoun, kapab benefisye Medicaid dapre revni yo.
- Kouvèti dantè nan kad Medicaid depann de eta ou a. Li kapab yon kouvèti ijans oswa swen ki pi avanse. Verifye ak plan w lan lè w fin enskri pou w jwenn plis enfòmasyon.
- Ou kapab jwenn plis enfòmasyon epi aplike pou Medicaid lè w vizite paj wèb apèsi eta a Medicaid.gov pandan w ap klike sou eta w la nan meni ki parèt la pou w gen aksè ak enfòmasyon espesifik eta w la yon fason pou w detèmine si w ranpli kondisyon yo mande yo epi kijan pou w enskri: [medicaid.gov/state-overviews/index.html](https://www.medicaid.gov/state-overviews/index.html). Anpil etablisman penitansye pwopoze yon asistans dirèk pou ede rezidan yo mande epi jwenn dwa pou yo benefisye Medicaid anvan oswa tousuit apre yo fin libere.

**KONSÈY: Menm si ou te gentan mande pou w benefisye Medicaid epi ou pa ranpli kondisyon yo mande yo, ou kapab elijib jodi a. Anplis, jèn yo plase nan fanmi akèy depi lontan sa kapab benefisye Medicaid jiskaske yo gen 26 lane, kèlkeswa eta y ap viv ladan an.**



- Daprè eta ou ye a, ou gendwa kapab enskri nan Medicaid pandan w nan prizon an pou kèk sèvis. Enskripsyon w nan Medicaid pandan w nan prizon an kapab ede w jwenn avantaj yo pi rapid aprè w fin libere. Chache enfòmasyon sou kouvèti sante a pi bonè posib.
- Si w panse ou ranpli kondisyon yo mande yo pou benefisye Medicaid men ou poko enskri, eseye kòmanse oswa voye demann ou an anvan ou libere. Si w gentan enskri nan Medicaid, asire w ou toujou enskri pandan w ap konfime estati w nan ajans Medicaid eta ou a. Asire w tou avantaj ou yo ap kòmanse pi vit posib aprè w fin libere. Jwenn plis enfòmasyon: [www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html](http://www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html).
- Si w enskri men ou pa gen kat, mande ajans Medicaid eta w la yon kopi kat Medicaid ou a. Klike la pou w konn kijan pou w ranplase kat Medicaid ou a: [www.medicaid.gov/faq/how-do-i-replace-my-medicaid-card/index.html](http://www.medicaid.gov/faq/how-do-i-replace-my-medicaid-card/index.html).
- Jwenn plis enfòmasyon sou kondisyon pou w enskri nan Medicaid nan eta ou a: [www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html#statemenu](http://www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html#statemenu).

## Medicare

- Medicare se yon pwogram kouvèti medikal pou moun ki gen 65 lane oswa plis oswa pou moun ki gen yon andikap oswa ensifizans renal nan faz tèminal.
- Medicare kapab gen ladan Original Medicare, ki gen ladan Pati A (Asirans Lopital) ak pati B (Asirans Medikal), tankou pou vizit kay doktè.
- Medicare pwopoze tou plan Medicare Advantage, plan medikaman Medicare ak lòt plan sante Medicare pou ofri pèman siplemantè.
- Pou w aplike, vizite [Medicare.gov](http://Medicare.gov).
- Lè w libere, w ap kapab enskri pandan kèk moman presi. *Konsilte paj 18 la, pou plis detay.* Sa valab tou pou jou ki vin aprè w fin libere a, kodonk panse sou sa depi kounye a epi planifye davans.
- Pou w jwenn èd pou enskri, kontakte yon konseye pwogram asirans maladi pou ti granmoun nan rejyon w lan, k ap ede w chwazi epi enskri nan yon plan. Pou w jwenn yon konseye SHIP pròch ou, konsite: <https://www.shiphelp.org/>.
- Vizite paj wèb Medicare.gov Get Help Paying Costs la: <https://www.medicare.gov/basics/costs/help>.
- Nan majorite ka, Original Medicare pa kouvri sèvis vizyon ak swen dantè yo. Men, gen kèk plan Medicare Advantage (Pati C) ki ofri avantaj siplemantè Original Medicare pa kouvri — tankou swen vizyon, oditif oswa swen dantè. Kontakte plan w lan pou plis enfòmasyon.
- Jwenn plis enfòmasyon sou kondisyon pou enskri nan Medicare: [www.medicare.gov/basics/get-started-with-medicare/sign-up/ready-to-sign-up-for-part-a-part-b](http://www.medicare.gov/basics/get-started-with-medicare/sign-up/ready-to-sign-up-for-part-a-part-b).

## Medicare ak Medicaid (yo rele li doub elijibilite tou)

- Si w gen 65 lane akoswa plis oswa si w andikape **EPI** ou gen revni ki limite, ou kapab elijib ni nan Medicare ni nan Medicaid.
- Aplike pou w benefisye alafwa nan Medicare ak Medicaid pou w asire w. Si w elijib pou tou de, w ap benefisye plis avantaj gratis oswa pou pri ki ba.
- Medicaid kapab asire kouvèti pou swen dantè ak vizyon, daprè Eta w la ak plan an. Kontakte plan w lan pou w kapab konnen sa ki antre ladan yo.

## HealthCare.gov (Marketplace oswa Marketplace nan eta ou a)

- HealthCare.gov ofri bous echanj gouvènman federal la ap jere ak eta yo ak yon kouvèti sante prive men li gen yon èd pou pèman prim pou moun ki elijib yo. Gen anpil kantite plan sante kote w kapab chwazi pami yo. Ou kapab dhache plan yo daprè rejyon w ak bezwen w yo.
- Pou w aplike, vizite [HealthCare.gov](http://HealthCare.gov) pou w konnen si w kapab benefisye yon plan atravè Health Insurance Marketplace.

## **Konsèy: Ou pa kapab achte nan yon kouvèti sante atravè Health Insurance Marketplace® pandan w ap peye yon pèn nan yon prizon oswa yon etablisman penitansye. Men ou gen 60 jou pou w enskri nan yon kouvèti sante lè w soti nan prizon, apati dat ou libere a.**

- Ou bezwen èd? Rele 855-889-4325 oswa vizite: [localhelp.healthcare.gov](http://localhelp.healthcare.gov).
- Jwenn plis enfòmasyon sou Marketplace: [www.healthcare.gov/verify-information/documents-and-deadlines/](http://www.healthcare.gov/verify-information/documents-and-deadlines/).
- Tout plan yo dwe reponn ak yon seri egzijans minimòm. Gen kèk nan yo ki kapab kouvri tou swen dantè ak vizyon. Ou kapab anvizaje pou w pran yon asirans dantè apa tou. [Klike la pou w jwenn plis enfòmasyon.](#)

## Asirans Anplwayè

- Gen lòt opsyon kouvèti mladi prive. Sa nou jwenn pi souvan an se plan anplwayè a.
- Lè w jwenn yon travay, mande si li asosye ak avantaj ki gen ladan kouvèti sante. Si genyen, gen anpil moun ki itilize sa antanke kouvèti sante. Se pa tout travay ki ofri yon kouvèti sante, men pa ezite poze kesyon an.
- Kouvèti pou swen dantè ak vizyon depann de plan w lan. Kontakte plan w lan oswa biwo avantaj ou yo pou w kapab konnen sèvis ki kouvri yo.

## **Dekouvri kijan pou w jwenn pyès jistikatif ki nesèsè yo pou w jwenn kouvèti, sa ki konsène ak nesans oswa kat sekirite sosyal: [www.usa.gov/replace-vital-documents](http://www.usa.gov/replace-vital-documents).**



## Konsiderasyon espesyal

Gen kèk gwoup moun oswa kèk eksperyans lavi ki kapab pèmèt ou gen lòt opsyon kouvèti sante. Anplis, ou kapab kalifye pou w benefisye lòt tip èd. Si w pa fin kwè, poze kesyon pou w jwenn plis enfòmasyon.

Lòt opsyon kouvèti:

- Èske w se yon veteran? Si wi, kontakte Administrasyon Veteran (Veterans Administration, VA) pou w kapab konnen si w ap benefisye yon kouvèti nan VA. Jwenn plis enfòmasyon: <https://www.va.gov/>.
- Èske w se yon Endyen Ameriken oswa yon Natif Alaska ? Sèvis Sante pou Endyen (Indian Health Service, IHS) responsab pou bay sèvis sante federal bay Amerendyen ak Natif Alaska yo.
  - Si w ranpli kondisyon yo mande pou w benefisye sèvis IHS yo, ou ta dwe kontakte founisè swen sante endyen lokal ou a oswa vizite [www.ihs.gov](http://www.ihs.gov).
  - Pou plis enfòmasyon sou dispozisyon espesyal konsènan Amerendyen oswa Natif Alaska ki kalifye pou Medicaid, Pwogram Asirans Maladi pou Timoun oswa pou Marketplace, tanpri vizite [healthcare.gov/tribal](http://healthcare.gov/tribal) or [go.cms.gov/AIAN](http://go.cms.gov/AIAN).

## Lòt tip èd:

- Kòmanse pwosedi demann lòt avantaj ou kapab gen bezwen yo, sa ki gen ladan Asistans Tanporè pou Fanmi ki nan Nesesite (Temporary Assistance for Needy Families, TANF), Pwogram Asistans Nitrisyonèl Siplèmantè (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP), Revni Sekirite Siplèmantè (Supplemental Security Income, SSI), Asirans andikap Sekirite Sosyal (Social Security Disability Insurance, SSDI), Pwogram Espesyal Nitrisyon Siplèmantè pou fanm, Bebe ak timoun (Special Supplemental Nutritional Program for Women, Infant and Child, WIC), Pwogram Asistans Enèjetik pou Fwaye ki gen Revni ki Fèb (Low-Income Home Energy Assistance Program, LIHEAP), oswa lòt sèvis.
- Etablisman w lan oswa yon travayè sosyal kapab ede w fè demann ou an anvan oswa aprè w fin libere.
- Vizite <https://www.benefits.gov/> pou w chache sèvis oswa rele [2-1-1](tel:2-1-1) pou w pale ak yon moun nan rejyon w lan sou sèvis yo.

## Plis enfòmasyon sou Medicare

### Enskri nan Original Medicare pandan Peryòd Enskripsyon Espesyal la

- Enskripsyon an ap kòmanse: jou apre yo libere w la. Enskripsyon an ap fini: dènye jou 12yèm mwa aprè mwa ou fin
  - Kouvèti ou a ap kòmanse yon mwa aprè ou fin enskri. Nan kèk sitiyasyon, ou kapab chwazi tou ki dat kouvèti w la ap kòmanse jiska 6 mwa davans. Si w chwazi kòmanse benefisye yon kouvèti pase epi ou aplike pou Medicare nan 6 premye mwa aprè w fin libere a:
    - Kouvèti w la ap aplikab nan dat ou libere a.
    - Ou dwe peye prim Medicare yo apati dat kouvèti w la kòmanse a.
- Si w chwazi kòmanse yon kouvèti pase epi ou aplike pou Medicare plis pase 6 mwa anvan ou libere
- Kouvèti w la ap kòmanse 6 mwa anvan mwa enskripsyon w lan.
  - Se ou ki ap responsab pou peye prim Medicare depi nan dat kouvèti w la kòmanse a.
- P ap gen penalite pou enskripsyon ki fèt an reta.

### Enskri nan Original Medicare pandan Peryòd Enskripsyon Jeneral yo

- Peryòd enskripsyon jeneral la kòmanse apati 1ye janvye pou rive 31 mas.
- Kouvèti a ap kòmanse yon mwa aprè ou fin enskri.
- Ou gendwa peye yon penalite pou enskripsyon ki fèt ta dapre kantite tan ou te pran pou w enskri aprè ou fin soti nan prizon an.

### Antre nan yon plan Medicare Advantage, Nan yon plan medikaman Medicare (Pati D), oswa lòt plan sante Medicare

- Jeneralman, ou kapab enskri pandan 2 premye mwa aprè ou fin libere.  
**Sonje:** Ou dwe enskri nan Medicare anvan pou w kapab enskri nan yon plan. [Jwenn detay sou fason pou w enskri.](#)  
Pou w antre nan yon plan, ou kapab:
  - Kontakte plan ou vle antre ladan an dirèkteman.
  - [Antre nan yon plan anliy.](#)
  - Rele 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). TTY itilizatè yo kapab rele 1-877-486-2048.
- Kouvèti a ap kòmanse premye jou mwa aprè plan an fin resevwa aplikasyon ou an.
- Ou kapab gen pou w peye yon penalite pou enskripsyon ki fèt an reta nan Pati D a si w pa enskri nan yon plan medikaman nan 63 jou ki vin aprè enskripsyon w nan Original Medicare (epi w pa genyen lòt kouvèti medikaman sou òdonans ki kredib pandan peryòd sa a).





#### **Etap 4:**

## **UTILIZE KOUVÈTI SANTE W LA**

### **Après w fin jwenn epi enskri nan yon kouvèti sante, ou dwe reflechi sou kijan w ap itilize l.**

Chache epi enskri nan yon kouvèti sante, se pa la chimen w fini. Kenbe sante w se yon angajman pou tout lavi. Pwochen etap la se jwenn founisè swen sante, tankou doktè, enfimye ak terapet ki kapab aprann konnen w epi soutni w. Ou kapab antre an relasyon ak yon espesyalis ki trete ka moun ki te viv menm eksperyans ak ou k ap egzamine lis bezwen w yo nan sa ki konsène sante, ede w jwenn bon founisè swen yo epi pwograme randevou.

Menm si gen anpil kote ou kapab jwenn swen sante, menm nan sèvis ijans, li preferab pou w jwenn swen regilye ou yo nan men yon doktè, tankou yon founisè swen primè k ap aprann konnen w epi reponn ak bezwen w yo.

Ou kapab jwenn founisè swen primè nan kabinè, klinik, lopital ak sant sante nan tout peyi a. Daprè kouvèti medikal ou a ak kote ou rete a, ou kapab jwenn yon founisè swen primè nan:

- Gwoup ak kabinè medikal prive (Private medical groups and practices)
- Sant swen anbilatwa (Ambulatory care centers)
- Klinik pou pasyan ki pa entène (Outpatient clinics)
- Sant Sante ki Kalifye nan nivo Federal
- Klinik kominotè ak klinik gratis (Community clinics and free clinics)
- Sant sante nan lekòl (School-based health centers)
- Etablisman Sèvis Sante Endyen, etablisman pwogram sante pou tribi ak Endyen k ap viv nan vil (Indian Health Service, Tribal, and Urban Indian Health Program facilities)
- Sant Medikal ak klinik anbilatwa Depatman Veteran (Veterans Affairs medical centers and outpatient clinics)

**Jwenn plis enfòmasyon sou ki moman ou dwe itilize swen primè yo ak vizit nan kabinè yo pou bezwen sante w pa rapò ak moman ou dwe ale nan ijans gras ak [Fich Enfòmasyon pou w Konnen anvan ou lanse w la](#).**

## Men kèk mezi ou dwe pran pou w konekte w ak sèvis yo:

- Jwenn yon founisè swen sante nan rejyon kote ou prevwa viv aprè w fin libere a. Vizite <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>.
- Pran yon randevou ak founisè swen sante w la. Pou w jwenn konsèy sou fason pou w chwazi yon founisè, konsilte: [cms.gov/files/document/roadmap-better-care-haitian.pdf](https://cms.gov/files/document/roadmap-better-care-haitian.pdf).
- Ou bezwen èd nan sa ki lye ak sante mantal, dwòg oswa alkòl? Vizite [FindSupport.gov](https://findsupport.gov) pou w jwenn èd.

Si w bezwen èd pou w gen aksè ak swen sante yo epi itilize kouvèti medikal ou a, ou kapab konsilte [plan aksyon an pou w jwenn pi bon swen pou](#) plis enfòmasyon sou kopèman yo, ki kote pou w ale epi nan ki fason ou dwe patisipe nan swen w yo.



# RESOUS

## Resous pou Reyentegrasyon

### Sant Nasyonal Resous pou Reyentegrasyon (National Reentry Resource Center, NRRC)

se prensipal sous nasyonal enfòmasyon ak oryantasyon nan sa ki konsène reyentegrasyon. NRRC devlope resous ak zouti, li fasilite ehanj enfòmasyon epi sipòte reyentegrasyon. Vizite [nationalreentryresourcecenter.org](http://nationalreentryresourcecenter.org) oswa rele 866-536-8686 pou w jwenn èd ak:

- Sistèm Reyentegrasyon an
- Tranzisyon pou tounen nan kominote a aprè kèk tan nan prizon oswa nan yon etablisman penitansye
- Kreye oswa amelyore pwogram ak politik reyentegrasyon yo
- Enplike nan sèvis ak pwosesis reyentegrasyon yo

### Biwo Sante Minorite HHS la (The HHS Office of Minority Health, OMH) Kouvèti Sante:

- **Konsèy konsènan Asirans Sante ki sou Marketplace®:** 1-800-318-2596 oswa [healthcare.gov/quick-guide/one-page-guide-to-the-marketplace](http://healthcare.gov/quick-guide/one-page-guide-to-the-marketplace)
- **Kouvèti Medicaid ak CHIP:** 1-800-318-2596 or [healthcare.gov/medicaid-chip/getting-medicaid-chip](http://healthcare.gov/medicaid-chip/getting-medicaid-chip)
- **Kòmanse ak Medicare:** 1-800-633-4227 oswa [medicare.gov/basics/get-started-with-medicare](http://medicare.gov/basics/get-started-with-medicare)

### Jwenn yon Founisè

[https://findahealthcenter.hrsa.gov/Additional Support](https://findahealthcenter.hrsa.gov/Additional%20Support)

### Èd Siplemanchè

- **Kouvèti sante pou moun ki nan prizon:** 1-800-318-2596 oswa [healthcare.gov/incarcerated-people](http://healthcare.gov/incarcerated-people)
- **Konsomatè ki nan prizon ak konsomatè ki fenk libere:** 1-800-318-2596 oswa [cms.gov/marketplace/technical-assistance-resources/incarcerated-and-recently-released-consumers.pdf](http://cms.gov/marketplace/technical-assistance-resources/incarcerated-and-recently-released-consumers.pdf)
- **Lokalizatè Tretman SAMHSA (SAMHSA Treatment Locator):** 1-800-662-HELP (4357) oswa [findtreatment.samhsa.gov](http://findtreatment.samhsa.gov)
- **Resous SAMHSA:** 1-800-662-4357 oswa [www.samhsa.gov/find-support](http://www.samhsa.gov/find-support) TTY: 1-800-487-4889 / Voye kòd postal ou a nan yon mesaj sou: 435748
- **211:** [www.211.org](http://www.211.org). Liy nasyonal gratis sa a disponib 24 sou 24, 7 jou sou 7, chak jou pandan ane a pou moun ki pale anglè ak 180 lòt lang yon fason pou mete moun ki bezwen èd yo an relasyon ak òganizasyon kominotè yo. Rele 211 pou w konekte ak espesyalis kominotè ki fòme ki kapab ede w jwenn resous ak sèvis lokal ou gen bezwen pou sante w ak lòt toujou. Ou kapab jwenn 211 lokal ou a sou: [www.211.org/about-us/your-local-211](http://www.211.org/about-us/your-local-211)





[go.cms.gov/c2c](https://go.cms.gov/c2c)

Se Depatman Sante Ameriken ak Sèvis Sosyal la ki finanse l  
Dat Revizyon: Avril 2024  
Piblikasyon # 12214-HC

Piblikasyon sa a se rezilta yon efò ant Sant pou Sèvis Medicare ak Medicaid ak  
Depatman Jistis Ameriken, Biwo Pwogram pou Jistis.