

Lo que Go365 by Humana puede hacer por usted



Incluido en la mayoría de los planes Humana Medicare Advantage y de doble elegibilidad (DSNP), Go365 by Humana® es un programa de aprendizaje y de vida saludable que le recompensa por tener comportamientos saludables.

Utilice Go365 para:

Desbloquear el acceso a consejos de salud y bienestar

Disfrute de una alimentación sana, de un sueño de calidad, aprenda a gestionar el estrés y otros consejos de salud en la biblioteca del bienestar “Wellness Library”.



Mantenerse activo con los cursos de entrenamiento

La biblioteca del ejercicio y el movimiento “Exercise & Movement Library”* cuenta con una amplia gama de clases de entrenamiento para personas de todos los niveles de forma física. Elija la duración del curso y el tipo de entrenamiento, y empiece a hacer ejercicio desde la comodidad de su hogar.

Ganar recompensas

Complete las actividades elegibles, como entrenamientos y ciertas pruebas de detección preventivas, para ganar recompensas que pueden canjearse por tarjetas de regalo electrónicas.**

Ejercitarse sanamente y vivir de forma saludable

Con un sinfín de recursos, es más fácil adoptar una rutina saludable.

Inicie sesión en <https://es-www.humana.com> con su nombre de usuario y contraseña de MyHumana, haga clic en Go365 desde su panel de control y ¡estará listo para comenzar!

Si no puede participar en línea, llame a la línea automatizada de Go365 al **888-225-4674 (TTY: 711)**, de **lunes a viernes, de 7 a.m. a 8 p.m., hora del centro** para solicitar materiales de Go365 por correo. Para canjear recompensas y obtener el saldo actual de recompensas, llame al **866-677-0999 (TTY: 711) las 24 horas del día, los 7 días de la semana**. Para hablar con un representante de Go365, llame al número que aparece el reverso de su tarjeta de identificación de Humana.

* La biblioteca del ejercicio y el movimiento “Exercise & Movement Library” está disponible únicamente para los afiliados de Humana que tengan SilverSneakers® en su plan.

** Las recompensas no tienen ningún valor en efectivo y se deben ganar y canjear dentro del mismo año del programa. Las recompensas no canjeadas antes del 31 de diciembre vencerán.

Esta información se proporciona solo con fines educativos. No debe utilizarse como asesoramiento médico, diagnóstico ni tratamiento. Consulte a su proveedor de cuidado de la salud si tiene preguntas o inquietudes.

Consulte a su médico antes de iniciar una nueva dieta o programa de ejercicios.

Importante

En Humana, es importante que usted reciba un trato justo.

Humana Inc. y sus subsidiarias cumplen con las leyes aplicables de Derechos civiles federales y no discriminan por motivos de raza, color de la piel, origen nacional, ascendencia, origen étnico, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, discapacidad, edad, estado civil, religión o idioma en sus programas y actividades, lo cual incluye la admisión, el acceso, el tratamiento o el empleo en sus programas y actividades.

- Se designó al siguiente departamento para encargarse de las preguntas relacionadas con las políticas de no discriminación de Humana: Discrimination Grievances, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618, **877-320-1235 (TTY: 711)**.

Usted tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos. 877-320-1235 (TTY: 711)

Humana provee recursos y servicios auxiliares gratuitos como, por ejemplo, intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota sin video e información escrita en otros formatos para personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación.

Esta información está disponible en forma gratuita en otros idiomas. Llame a nuestro número de servicio al cliente al 877-320-1235 (TTY: 711). Horario de atención: de 8 a.m. a 8 p.m., hora del este.

Español (Spanish): Llame al número indicado para recibir servicios gratuitos de asistencia lingüística. **877-320-1235 (TTY: 711)**. Horario de atención: 8 a.m. a 8 p.m., hora del este.

繁體中文 (Chinese): 本資訊也有其他語言版本可供免費索取。請致電客戶服務部：**877-320-1235 (聽障專線：7111)**。辦公時間：東部時間上午 8 時至晚上 8 時。