

On the Horizon

June 2025



In this issue:

- Longer, sunnier days – time to enjoy the outdoors and use sunscreen
- Get a ride to the doctor, dentist, and more
- Feel your best with Go365 for Humana Healthy Horizons and earn rewards
- HumanaBeginnings supports moms from pregnancy to parenthood

Humana
Healthy Horizons®
in Louisiana

Longer, sunnier days – time to enjoy the outdoors and use sunscreen



As the weather warms and we spend more time outdoors, protecting our skin from the sun becomes more important.

Unprotected skin can be damaged by the sun's rays in as little as 15 minutes. Skin damage over time can lead to skin cancer, the most common cancer in the U.S.

Some tips for being outdoors:

- Wear clothes that cover your arms and legs
- Avoid being outside when the sun is at its strongest, like midday
- Take a break in the shade when you can
- Wear a hat and sunglasses that block the sun's rays

If you are at the beach or pool:

Sunscreen wears off, so it needs to be reapplied every couple of hours.

Apply sunscreen with sun protection factor (SPF) 15 or higher and broad-spectrum protection. The higher the SPF, the higher the protection.



To learn more about skin cancer, visit the **U.S. Centers for Disease Control and Prevention's skin cancer webpage.**

Get a ride to the doctor, dentist, and more



Transportation to covered medical care visits is a benefit for Humana Healthy Horizons® in Louisiana members.

Non-emergency medical transportation includes rides to medical, vision and dental care appointments.

Rides can be on a bus, a handicap-accessible van, or other kinds of vehicles.

Transportation to out-of-state appointments can be arranged. However, it requires prior approval from Humana Healthy Horizons.

Urgent transportation can be scheduled when absolutely necessary. If you have a medical emergency, please call **911**.

To set up a ride, or check on the status of a ride, call MediTrans at **1-844-613-1638**, Monday – Friday, 7 a.m. – 7 p.m.

When calling for a ride, be sure to call at least 48 hours before your medical visit.

Humana Healthy Horizons in Louisiana also covers up to 15 round trips (or 30 one-way trips) up to 30 miles for non-medical transportation per year.

Locations include social support groups, wellness classes, WIC and SNAP appointments, food banks, and applicable value-added benefit services offered.

Feel your best with Go365 for Humana Healthy Horizons and earn rewards



We want to help you feel your best. Go365 for Humana Healthy Horizons® is a wellness program that allows you to earn rewards for taking healthy actions.

Earn rewards for things such as:

- Getting an annual checkup with your doctor
- Getting a recommended health screening
- Completing a health coaching program for weight management or quitting smoking

Visit the **Go365 for Humana Healthy Horizons webpage** to learn about the:

- Healthy actions you can take
- Requirements for earning rewards
- Process for getting your rewards

Download the Go365 for Humana Healthy Horizons app from the Apple App Store® or Google Play® on a mobile device*.

Visit the Apple App Store [here](#)



or use the camera on a smartphone to scan the QR code below



Visit Google Play [here](#)



or use the camera on a smartphone to scan the QR code below



* All product names, logos, brands and trademarks are property of their respective owners, and any use does not imply endorsement.

Members who are 18 and older can register to create a Go365 account. You must have your Medicaid ID.

If you have a **MyHumana** account, you can use the same login information to access Go365 for Humana Healthy Horizons, after you download the app. Members under 18 years of age must have a parent or guardian register on their behalf to participate and engage with the program. The person doing the registration on behalf of a minor must have the minor's Medicaid ID number.

For each eligible Go365 activity completed, you can earn rewards and then redeem the rewards for gift cards in the Go365 in-app mall. Rewards earned through Go365 have no cash value and must be earned and redeemed prior to the reward expiration date.

HumanaBeginnings supports moms from pregnancy to parenthood



Humana Healthy Horizons has a dedicated care team to support our pregnant and postpartum members and their babies.

The **HumanaBeginnings® care management program** offers members guidance and support by helping answer questions and connecting members to the right resources and healthcare providers.

HumanaBeginnings support is available to members throughout each stage of pregnancy, including delivery and after birth. This care is free to you as part of your health plan benefits.

If you are thinking about becoming pregnant, are pregnant or have given birth, keep this mind:

- All moms and babies need support and care before, during and after birth.
- Even if you feel good, it is key to make and keep your prenatal, postpartum and well-child visits.

If you are pregnant or gave birth within the last year, it is important to talk to your doctor about anything that doesn't feel right.



To learn more about all the support available from HumanaBeginnings, **visit the webpage.**

Auxiliary aids and services, free of charge, are available to you.
1-800-448-3810 (TTY: 711), Monday through Friday, from 7:00 a.m. to 7:00 p.m.

Humana Inc. and its subsidiaries comply with Section 1557 by providing free auxiliary aids and services to people with disabilities when auxiliary aids and services are necessary to ensure an equal opportunity to participate. Services include qualified sign language interpreters, video remote interpretation, and written information in other formats.

English: Call the number above to receive free language assistance services.

Español (Spanish): Llame al número que se indica arriba para recibir servicios gratuitos de asistencia lingüística.

Français (French): Appelez le numéro ci-dessus pour recevoir des services gratuits d'assistance linguistique.

Tiếng Việt (Vietnamese): Gọi số điện thoại ở trên để nhận các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí.

繁體中文 (Chinese): 您可以撥打上面的電話號碼以獲得免費的語言協助服務。

العربية (Arabic): اتصل برقم الهاتف أعلاه للحصول على خدمات المساعدة اللغوية المجانية.

Tagalog (Tagalog – Filipino): Tawagan ang numero sa itaas para makatanggap ng mga libreng serbisyo sa tulong sa wika.

한국어 (Korean): 무료 언어 지원 서비스를 받으려면 위 번호로 전화하십시오.

Português (Portuguese): Ligue para o número acima para receber serviços gratuitos de assistência no idioma.

ພາສາລາວ (Lao): ໂທຫາເບີໂທລະສັບຂ້າງເທິງ ເພື່ອຮັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາຟຣີ.

日本語 (Japanese): 無料の言語支援サービスを受けるには、上記の番号までお電話ください。

اُردو (Urdu): مفت لسانی اعانت کی خدمات موصول کرنے کے لیے درج بالا نمبر پر کال کریں۔

Deutsch (German): Wählen Sie die oben angegebene Nummer, um kostenlose sprachliche Hilfsdienstleistungen zu erhalten.

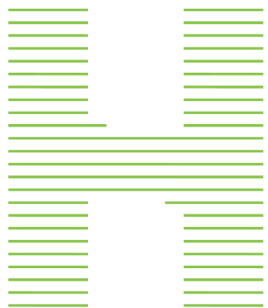
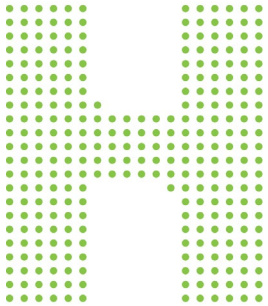
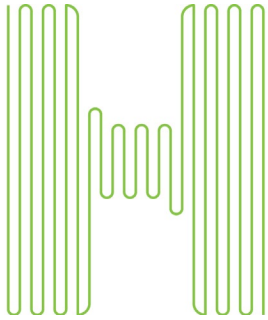
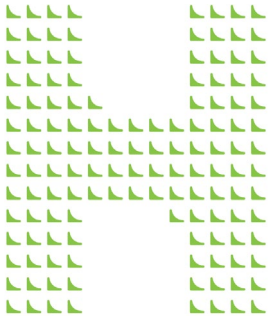
فارسی (Farsi): برای دریافت تسهیلات زبانی بصورت رایگان با شماره فوق تماس بگیرید.

Русский (Russian): Позвоните по вышеуказанному номеру, чтобы получить бесплатную языковую поддержку.

ภาษาไทย (Thai): โทรไปที่หมายเลขด้านบนเพื่อรับบริการช่วยเหลือด้านภาษาฟรี

This notice is available at **[Humana.com/LouisianaDocuments](https://www.humana.com/LouisianaDocuments)**.

Humana Healthy Horizons in Louisiana is a Medicaid product of Humana Health Benefit Plan of Louisiana Inc.



On the Horizon

Junio 2025



En esta edición:

- **Días más largos y soleados:** es hora de disfrutar del aire libre y usar protector solar
- **Obtenga transporte al médico, al dentista y más**
- **Siéntase lo mejor posible con Go365 for Humana Healthy Horizons y gane recompensas**
- **HumanaBeginnings brinda apoyo a las madres desde el embarazo hasta la maternidad**

Humana
Healthy Horizons®
in Louisiana

Días más largos y soleados: es hora de disfrutar del aire libre y usar protector solar



A medida que el clima se calienta y pasamos más tiempo al aire libre, proteger nuestra piel del sol se vuelve más importante.

La piel sin protección puede resultar dañada por los rayos del sol en tan sólo 15 minutos. El daño a la piel con el tiempo puede provocar cáncer de piel, el cáncer más común en los EE. UU.

Algunos consejos para estar al aire libre:

- Use ropa que cubra sus brazos y piernas
- Evite estar afuera cuando el sol está más fuerte, como al mediodía
- Tome descanso en la sombra cuando pueda
- Use un sombrero y gafas de sol que bloqueen los rayos del sol

Si está en la playa o en la piscina:

El protector solar se desvanece, por lo que es necesario volver a aplicarlo cada dos horas.

Aplique protector solar con factor de protección solar (SPF, por sus siglas en inglés) 15 o superior y protección de amplio espectro. Cuanto mayor sea el SPF, mayor será la protección.



Para obtener más información sobre el cáncer de piel, visite **la página web sobre cáncer de piel de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE. UU.**

Obtenga transporte al médico, al dentista y más



El transporte a las consultas de cuidado médico cubiertas es un beneficio para los afiliados de Humana Healthy Horizons® in Louisiana.

El transporte médico no urgente ofrece transporte a citas médicas, de visión y dentales.

Los viajes pueden realizarse en autobús, una camioneta accesible para personas con discapacidad u otros tipos de vehículos.

Se puede coordinar transporte para citas fuera del estado. Sin embargo, se requiere la aprobación previa de Humana Healthy Horizons.

El transporte urgente puede programarse cuando sea absolutamente necesario. Si tiene una emergencia médica, llame al **911**.

Para programar un viaje o verificar el estado de un viaje, llame a MediTrans al **1-844-613-1638**, de lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m.

Cuando solicite un viaje, asegúrese de llamar al menos 48 horas antes de su consulta médica.

Humana Healthy Horizons in Louisiana también cubre hasta 15 viajes de ida y vuelta (o 30 viajes de solo ida) de hasta 30 millas para transporte no médico por año.

Las ubicaciones incluyen grupos de apoyo social, clases de bienestar, citas de WIC (Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños) y SNAP (Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria), bancos de alimentos y servicios de beneficios adicionales aplicables ofrecidos.

Siéntase lo mejor posible con Go365 for Humana Healthy Horizons y gane recompensas



Queremos ayudarle a sentirse lo mejor posible. Go365 for Humana Healthy Horizons® es un programa de bienestar que le permite ganar recompensas por tomar medidas saludables.

Gane recompensas por cosas como las siguientes:

- Realizarse un chequeo anual con su médico
- Realizarse una prueba de detección recomendada
- Completar un programa de asesoramiento de salud para controlar el peso o dejar de fumar

Visite la **página web de Go365 for Humana Healthy Horizons** para obtener más información sobre lo siguiente:

- Las medidas saludables que puede adoptar
- Los requisitos para ganar recompensas
- El proceso para obtener sus recompensas

Descargue la aplicación Go365 for Humana Healthy Horizons desde Apple App Store® o Google Play® en un dispositivo móvil*.

Visite Apple App Store **aquí**.



O bien, utilice la cámara de un teléfono inteligente para escanear el código QR que figura a continuación.



Visite Google Play **aquí**.



O bien, utilice la cámara de un teléfono inteligente para escanear el código QR que figura a continuación.



* Todos los nombres, logotipos, marcas y marcas comerciales de los productos son propiedad de sus respectivos dueños, y su utilización no constituye nuestro aval.

Los afiliados de 18 años de edad en adelante pueden inscribirse para crear una cuenta de Go365. Debe tener su número de identificación de Medicaid.

Si tiene una cuenta de **MyHumana**, después de descargar la aplicación, puede utilizar la misma información de inicio de sesión para acceder a Go365 for Humana Healthy Horizons. Los afiliados menores de 18 años deben tener un padre, madre o tutor inscrito en su nombre a fin de que puedan participar en el programa. La persona que realice la inscripción en nombre de un menor debe tener el número de identificación de Medicaid del menor.

Por cada actividad elegible de Go365 que realice, puede ganar recompensas que se pueden canjear por tarjetas de regalo en Go365 Mall (la tienda dentro de la aplicación). Las recompensas obtenidas a través de Go365 no tienen valor en efectivo y deben recibirse y canjearse antes de su fecha de vencimiento.

HumanaBeginnings brinda apoyo a las madres desde el embarazo hasta la maternidad



Humana Healthy Horizons cuenta con un equipo de cuidado dedicado para brindar apoyo a nuestras afiliadas embarazadas y posparto, así como a sus bebés.

El programa de coordinación del cuidado de la salud de HumanaBeginnings® ofrece a las afiliadas orientación y apoyo al responder sus preguntas y conectarlas con los recursos y proveedores de cuidado de la salud adecuados.

Las afiliadas tienen a su disposición el apoyo de HumanaBeginnings en cada etapa del embarazo, incluidos el parto y el posparto. Este cuidado es gratuito para usted como parte de los beneficios de su plan de salud.

Si piensa quedar embarazada, está embarazada o ha dado a luz, tenga en cuenta lo siguiente:

- Todas las mamás y bebés necesitan apoyo y cuidado antes, durante y después del parto.
- Incluso si se siente bien, es importante que programe y acuda a sus consultas prenatales, posparto y de bienestar infantil.

Si está embarazada o ha dado a luz en el último año, es importante que hable con su médico sobre cualquier cosa que no le parezca normal.



Para obtener más información sobre todo el apoyo disponible de HumanaBeginnings, **visite la página web.**

Usted tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos. 1-800-448-3810 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 7:00 a.m. a 7:00 p.m.

Humana Inc. y sus subsidiarias cumplen con la Sección 1557 al brindar recursos y servicios auxiliares gratuitos a personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación. Los servicios incluyen intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota por video e información escrita en otros formatos.

English: Call the number above to receive free language assistance services.

Español (Spanish): Llame al número que se indica arriba para recibir servicios gratuitos de asistencia lingüística.

Français (French): Appelez le numéro ci-dessus pour recevoir des services gratuits d'assistance linguistique.

Tiếng Việt (Vietnamese): Gọi số điện thoại ở trên để nhận các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí.

繁體中文 (Chinese): 您可以撥打上面的電話號碼以獲得免費的語言協助服務。

العربية (Arabic): اتصل برقم الهاتف أعلاه للحصول على خدمات المساعدة اللغوية المجانية.

Tagalog (Tagalog – Filipino): Tawagan ang numero sa itaas para makatanggap ng mga libreng serbisyo sa tulong sa wika.

한국어 (Korean): 무료 언어 지원 서비스를 받으려면 위 번호로 전화하십시오.

Português (Portuguese): Ligue para o número acima para receber serviços gratuitos de assistência no idioma.

ພາສາລາວ (Lao): ໂທຫາເບີໂທລະສັບຂ້າງເທິງ ເພື່ອຮັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາຟຣີ.

日本語 (Japanese): 無料の言語支援サービスを受けるには、上記の番号までお電話ください。

اُردُو (Urdu): مفت لسانی اعانت کی خدمات موصول کرنے کے لیے درج بالا نمبر پر کال کریں۔

Deutsch (German): Wählen Sie die oben angegebene Nummer, um kostenlose sprachliche Hilfsdienstleistungen zu erhalten.

فارسی (Farsi): برای دریافت تسهیلات زبانی بصورت رایگان با شماره فوق تماس بگیرید.

Русский (Russian): Позвоните по вышеуказанному номеру, чтобы получить бесплатную языковую поддержку.

ภาษาไทย (Thai): โทรไปที่หมายเลขด้านบนเพื่อรับบริการช่วยเหลือด้านภาษาฟรี

Este aviso está disponible en [es-www.humana.com/medicaid/louisiana/support/documents-forms](https://www.humana.com/medicaid/louisiana/support/documents-forms).

Humana Healthy Horizons in Louisiana es un producto de Medicaid de Humana Health Benefit Plan of Louisiana, Inc.