



## Về những phúc lợi bảo hiểm của quý vị

### Lợi ích khi tập ở phòng tập thể dục và thể hình tráng kiện

Chúng tôi rất vui mừng được hợp tác với chương trình Tập thể dục và Lão hóa Lành mạnh Silver&Fit® để mang đến cho quý vị quyền sử dụng phòng tập thể dục và các lợi ích về thể dục tráng kiện miễn phí.



**Chọn từ hàng ngàn trung tâm thể dục tham gia trên khắp Oregon. Ghi danh tại nhiều trung tâm thể dục cùng một lúc.**



**Thưởng thức các video tập luyện theo yêu cầu và kế hoạch tập luyện được cá nhân hóa để giúp quý vị bắt đầu thói quen tập thể dục tại nhà.**



**Nhận một bộ dụng cụ tập thể dục tại nhà miễn phí mỗi năm.**



**Làm việc với một huấn luyện viên sức khỏe được chứng nhận.**

Thắc mắc? Gọi cho Bộ phận Dịch vụ Khách hàng theo số **888-712-3258**, hoặc TTY/đường dây dành cho người khiếm thính hoặc khuyết tật về phát âm theo số **711**. Giờ làm việc của chúng tôi là 8:00 sáng đến 8:00 tối bảy ngày trong tuần, ngày 1 tháng 10 đến ngày 31 tháng 3, và 8:00 sáng đến 8:00 tối Thứ Hai đến Thứ Sáu, ngày 1 tháng 4 đến 30 tháng 9. Thắc mắc? Gọi cho Bộ phận Dịch vụ Khách hàng theo số 888-712-3258, hoặc TTY/đường dây dành cho người khiếm thính hoặc khuyết tật về phát âm theo số 711. Giờ làm việc của chúng tôi là 8:00 sáng đến 8:00 tối bảy ngày trong tuần, ngày 1 tháng 10 đến ngày 31 tháng 3, và 8:00 sáng đến 8:00 tối Thứ Hai đến Thứ Sáu, ngày 1 tháng 4 đến 30 tháng 9.

CareOregon Advantage Plus là một HMO-POS D-SNP có hợp đồng với Medicare/Medicaid. Khả năng tham gia chương trình CareOregon Advantage Plus phụ thuộc vào việc gia hạn hợp đồng. “Nhiều lựa chọn hơn, chăm sóc tốt hơn” đề cập đến mạng lưới nhà cung cấp và nhà thuốc lớn hơn của chúng tôi vào năm 2024 so với năm chương trình 2023.

Chương trình Silver&Fit được cung cấp bởi tổ chức American Specialty Health Fitness, Inc. (ASH Fitness), một công ty con của American Specialty Health Incorporated (ASH). Silver&Fit là nhãn hiệu cầu chứng của ASH và được sử dụng với sự cho phép ở đây. Việc tham gia trung tâm tập thể dục có thể khác nhau tùy theo địa điểm và có thể thay đổi. Những người được hiển thị không phải là thành viên của Silver&Fit. Bộ dụng cụ có thể thay đổi.

H5859\_CO2024\_SAF\_M

[careoregonadvantage.org](https://careoregonadvantage.org)



CareOregon®  
Advantage