

Medicare 那些事: 65岁"新兵"必读指南



亲爱的读者朋友们,祝贺您顺利迈入人生的第65个年头,正式加入联邦医保(Medicare)的大家庭!这是一个值得庆祝的重要时刻,标志着您将开启一段全新的健康保障之旅。然而,仅仅完成注册还不够,为了确保您能够充分享受 Medicare 提供的各项福利,同时避免不必要的障碍和费用,接下来的一段时间里,您还需要采取一些关键步骤。让我们一起探索这份全面指南,助您轻松管理 Medicare,安心迎接美好的退休生活。

1. 仔细阅读 Medicare 手册和个人信息: 在您的 Medicare 保险生效后,您将收到一本详尽的"Medicare & You"手册,以及一张印有您个人信息的红蓝 Medicare 卡。请务必仔细阅读手册,并检查卡上的信息是否准确无误。这将帮助您全面了解 Medicare 的各项服务、费用和权益,以及如何应对各种常见问题。

2. 选择合适的处方药物保险(Part D): 如果您的 Medicare 计划没有包含处方药物保险,那么您需要在 Medicare 生效后的三个月内单独注册 Part D。选择 Part D 计划时,请考虑您目前和未来可能需要的药物,并比较不同计划的保费、自付额和药物清单(formulary),以找到符合您需求的方案。定期审视您的 Part D 计划,确保它始终与您的用药需求相匹配。

3. 考虑是否需要附加的 Medigap 或 Medicare Advantage 计划: 传统 Medicare(Part A 和 Part B)虽然提供了基本的医疗保障,但仍有一些空白需要填补。Medigap(Medicare 补充保险)可帮助您支付 Part A 和 Part B 未涵盖的部分费用,如共同保险、自付额等。而 Medicare Advantage 计划则以一站式的方式将 Part A、Part B 和通常的 Part D 整合在一起。评估您的健康状况和财务状况,选择能够最大限度地满足您需求的附加保险计划。

4. 定期进行预防性健康服务: Medicare 为您提供了广泛的预防性健康服务,如年度健康检查、疫苗接种和各种癌症筛查等,大多数服务都无需额外费用。充分利用这些服务,能够帮助您及早发现和应对潜在的健康问题,维持最佳的身心状态。请与您的医生合作,制定一份个性化的预防保健计划,并坚持定期进行检查和咨询。

5. 了解 Medicare 的承保范围和限制: 尽管 Medicare 提供了全面的医疗保障,但仍有一些服务和项目是不在承保范围内的,如大多数的牙科、视力和助听器服务等。熟悉这些限制,可以帮助您更好地规划医疗费用,避免不必要的困惑和开支。如果您需要 Medicare 未承保的服务,请提前研究可能的替代保险选项或支付方式。

6. 确保按时支付 Medicare 保费,维护 Medicare 保障的连续性: Medicare 各项计划的保费支付时间表各有不同。例如,Medicare Part B 的保费通常从您的社会

安全福利金中自动扣除。但如果您选择了其他支付方式,如自动银行转账或信用卡支付,请务必定期检查支付状态,确保款项及时到账。漏缴保费可能导致 Medicare 保障中断,后果严重。如果您选择 Medicare Advantage 或 Part D 处方药物计划,保费支付方式同样至关重要。许多计划允许设置自动付款,十分便捷。但请留意银行账户余额是否充足,避免自动扣款失败。我们建议您每月查看 Medicare 账单和个人银行对账单,仔细核对每笔保费支付记录。如发现任何异常,请立即与 Medicare 计划提供者或我们的客服团队联系,以免影响您宝贵的 Medicare 保障。

7. 与我们联系,获取专业支持: 作为您信赖的 Medicare 伙伴,我们时刻准备着为您提供全方位的支持和指导。无论您在使用 Medicare 的过程中遇到任何疑问、困扰或挑战,都欢迎随时与我们联系。我们的专业团队将倾听您的需求,提供个性化的建议和解决方案,确保您能够最大限度地受益于 Medicare,安心享受优质的医疗保障。

亲爱的朋友们,加入 Medicare 是一个重要的里程碑,标志着您将迎来人生的精彩新篇章。让我们携手并肩,共同探索 Medicare 的无限可能,确保您在这段健康之旅中拥有完善的保障和周到的关怀。记住,我们始终与您同在,为您的幸福和安康而不懈努力。让 Medicare 成为您迈向美好未来的坚实基础,祝您生活愉悦,健康常在!

特别提醒: 符合条件的即将年满 65 岁的长者朋友们需要在 7 个月的初始报名注册期内申请加入联邦医保红蓝卡。我们团队为这些长者朋友们提供免费的咨询服务和申请帮助。祝您四季平安。

电话: (301)832-2593

电邮: chang@theintegrityinsurance.com

网站: www.theintegrityinsurance.com

DAGW 主办的烧烤狂欢节即将点燃华府!!

亚洲烧烤美食节
2024 · ROCKVILLE · MD

没什么事情是烧烤解决不了的!

2024年6月29日,星期六
ROCKVILLE TOWN SQUARE
36 Maryland Ave, Rockville, MD 20850
午间12点开始

主办单位:
美国华府东北同乡会

备受期待的亚洲烧烤狂欢节将于6月29日闪亮登场,地点在马里兰州 Rockville Town Square。这场盛会由华府东北同乡会(Dongbei Association of Greater Washington, DAGW)主办,并携手17个华府社团共同协办。活动主题:"没有什么事情是烧烤解决不了的!"

这不仅仅是一场烧烤盛宴,更是一场文化的碰撞和交流。我们诚邀所有热爱美食和文化的朋友们,共同见证这场前所未有的烧烤狂欢。活动现场将汇聚多种美味的烤串和冰爽的啤酒,伴随着动感十足的音乐和精彩纷呈的亚洲文化表演,让您的味蕾和耳目都得到极致享受。

活动亮点:

1. 美食盛宴:

- 多种风味的烤串,包括经典的羊肉串、牛肉串、鸡肉串等,满足不同口味需求。
- 冰爽的啤酒和饮料,为夏日带来一丝清凉。

2. 文化表演:

- 精彩的亚洲传统舞蹈和音乐表演,展示丰富的亚洲文化遗产。
- 传统乐器演奏和现代音乐的完美结合,为观众带来视听盛宴。

3. 娱乐活动:

- 儿童气垫床和游乐区,让孩子们在安全的环境中尽情玩乐。
- 网红打卡点,布置精美的背景和装饰,适合拍照留念。

4. 社交互动:

- 社区摊位展示,提供与华府各大社团互动的机会,了解更多社区服务和活动。
- 趣味游戏和抽奖活动,丰富参与者的体验,赢取丰厚奖品。

此次亚洲烧烤狂欢节不仅为社区居民提供了一个欢聚的机会,也旨在通过美食和文化的交流,增进不同文化背景人群之间的理解与友谊。

我们诚挚地邀请所有喜爱美食和文化的的朋友们前来参与,共同体验这场独特的烧烤盛会。让我们相聚在 Rockville 市中心,共同度过一个充满美味与欢乐的夏日!

主办单位: 华府东北同乡会 DAGW
协办单位:
华盛顿地区同乡会联合会
华府地区中国大专院校校友会联合会
美国侨学界社团联席会

美国华人专业团体联合会

华盛顿华人社区联盟

美国中餐联盟

美中经济文化交流协会

华盛顿文化艺术基金会

希望中文学校

美中实验学校

哈维中文学校

华府青年

海南同乡会

内蒙古同乡会

黑龙江同乡会

吉林同乡会

辽宁同乡会

媒体支持: 美华商报、新世界时报、华盛顿中国邮报、源媒体、阿波罗、华府妈妈

赞助个人: 董晓先生、林明华先生、谢新坦先生、陈思和先生

时间: 2024年6月29日 12PM-6PM

地点: 马里兰州 Rockville 市中心

成立于 1979 年的华府东北同乡会是大华府地区最早成立的华人社团之一。经过 45 年的发展和 17 位历任会长的不懈努力,东北同乡会已经成为大华府地区极具影响力的华人社团之一。面对新时代海外华人的需求,华府东北同乡会将继续探索创新性活动,致力于团结华人和亚裔社区,创造更多机会,并积极展示新时代华人的风貌给美国主流社会。

