

Pasatiempos

¿Cuál es el regalo ideal, para dar y recibir?



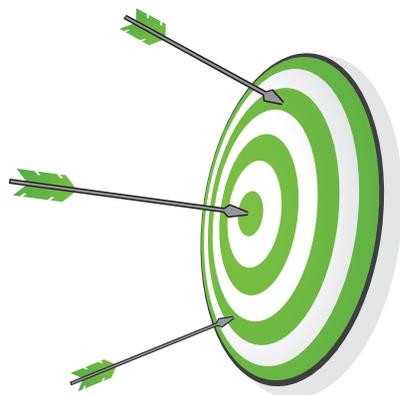
Pista: en amor y amistad brindar salud y bienestar

Tiro al blanco:

Completa las palabras que serán el blanco contra la gripa

1. L_v_te l_s m_nos
2. L_mp_a b_en los obj_t_s
3. Al_jat_ de p_rs_n_s con gr_p_
4. E_sé_ales a est_rn_dar
5. P_nt_ al d_a con l_s v_c_nas

Pista: es tu kit antigripal a la mano



Falso o Verdadero:

¿Cómo puedes renovar tus fórmulas médicas?



1. Sales a pasear al parque.
2. Llamas a tu mejor amiga.
3. Ves televisión.
4. Planeas tus vacaciones.

1. Entra a www.epssura.com
2. Ubica la pestaña Trámites a un Clic.
3. Le das clic a Renovación de Fórmulas de Medicamentos.
4. Imprimes la fórmula.

Pista: lo haces por internet y te ahorras la ida a la IPS

SOLUCIONES
Juego No. 1: caja 1. Juego No. 2: Lávate las manos/ Limpia bien los objetos/Aléjate de personas con gripa/Enseñales a estornudar/ Ponte al día con las vacunas. Juego No. 3: figura 2

Editorial

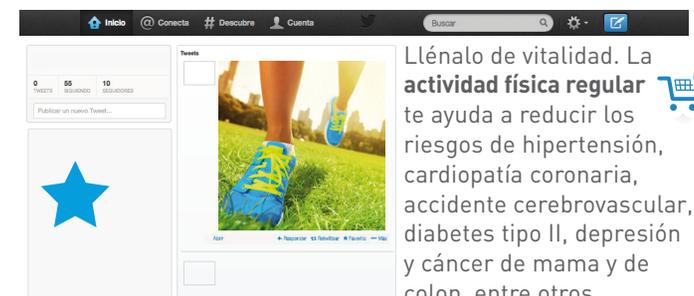
Detalles para seducir...

Tienda de regalos para tu amigo secreto: el corazón

Un mes especial para celebrar con ese compañero de vida, que latido a latido te regala el placer de tu existencia.



Tu mundo, tu hogar, tu corazón...



Regálale espacios libres del humo del cigarrillo.

 Todo lo que hay que saber sobre...

Pssss, psssss... sí, tú Tómalo ya: tu kit antigripal al alcance de la mano

¿Gripas a la vista?, nada de nervios. Avanza un paso adelante y reduce las posibilidades de que te alcancen.

B

Limpia con detergente los objetos de uso común: manijas de puertas, pasamanos, teléfonos y celulares, interruptores de luz, baños, teclados de electrodomésticos y juguetes.

Enfatiza con más frecuencia: si hay personas con enfermedades respiratorias en tu hogar.

C

Aléjate de las personas con gripa: trata de estar a una distancia mínima de 1 metro y date media vuelta mientras tosen o estornudan.

Enséñales a estornudar: cubriéndose nariz y boca con un pañuelo, con la manga de la camisa o con el codo interno.

Lávate las manos con agua y jabón: recuerda palma sobre palma, palma sobre dorso, entrecruza los dedos, enfatiza en las uñas, sube hasta las muñecas y aplica abundante agua.

En especial, antes y después de: comer, ir al baño, salir de casa, tomar el transporte público.

A



D

Ponte al día en tu vacunación: aprovecha tu visita a la IPS para preguntar por tu esquema de vacunación.

Derechos y deberes

Es tu derecho: escoger en cuál IPS quieres que te atiendan a ti y a tus beneficiarios. Recuerda que tu IPS debe ser parte de la red de EPS SURA.

En el momento en que quieras hacer un traslado, lo puedes realizar por www.epssura.com

 Paso a paso

TRÁMITES A UN CLIC EPS SURA vela por tu salud y te hace más fácil la vida

¡Qué alivio!, expresión de satisfacción que los colombianos utilizamos para demostrar nuestro agrado con una situación. Es el sentimiento que queremos que tú y los tuyos experimenten al realizar trámites como:

- 1. Poder elegir entre varias opciones para tramitar tus autorizaciones POS**
 - En www.epssura.com: haz clic en la pestaña **Trámites a un Clic**, ingresa a **Envío de Solicitud Autorización** y sigue los pasos que te indica el sistema.
 - Con tu médico en tu IPS: pídele que realice este trámite una vez termine la consulta.
 - En las clínicas y hospitales: acércate al punto de servicio y pide que tramiten tu autorización.
- 2. Poder realizar la transcripción de incapacidades a través de www.epssura.com**
 - Haz clic en la pestaña **Trámites a un clic**, ingresa a **Solicitud Transcripción de Incapacidades** donde podrás tramitar tus incapacidades por enfermedad, SOAT, licencia de maternidad o paternidad.
- 3. Poder renovar tus fórmulas médicas por www.epssura.com**
 - Ubica la pestaña **Trámites a un Clic**, ingresa a **Renovación de Fórmulas de Medicamentos**, sigue los pasos del sistema, imprime tu fórmula y dirígete a la farmacia asignada.

Recuerda: una vez tramites tu autorización, ingresa a www.epssura.com, haz clic en la pestaña **Trámites a un clic**, ingresa a **Cómo va mi solicitud** y verifica el estado de tu orden.

Trámites a un Clic

¡La pestaña de www.epssura.com que te permite realizar múltiples trámites!

- Las 24 horas del día.
- Desde la comodidad de tu casa, parque biblioteca o café internet.
- Ahorrándote tiempo y dinero.

¡Descúbrelo por ti mismo!

