BlueCross BlueShield of New Mexico

Octubre 2024

Blue Door Neighborhood Center℠

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
	1 BDNC 101 11am - 2pm	2 Mercado de Cosecha Fresca 9:30am - 11am	3 BDNC 101 11am - 2pm	4 Horarios del centro 9am - 12pm	5
7 Acondicionamiento físico de bajo impacto 10am - 11am	8 Grupo asesor de asegurados y cuidadores que reciben servicios y asistencia de largo plazo (LTSS) de BCBSNM 11 am - 1pm	9 Horarios del centro 9am - 12pm	10 Reunión de la Junta Asesora de Indígenas Estadounidenses de Medicaid de BCBSNM 12pm - 2pm	11 Baby Café: Grupo de apoyo a la lactancia 1pm - 3pm	12
14 Dia de los pueblos Indigenas Consulte a un profesional de atención médica 12pm - 1pm	15 Solicitar cobertura de Medicare 9am- 1pm Solicitar cobertura de SNAP 9am - 1pm	16 Bingo 1pm - 2pm	17 La salud Importa Charla sobre el cáncer 1:30pm - 2:30pm	18 Horarios del centro 9am - 12pm	19
21 BDNC 101 11am - 2pm	22 Solicitar cobertura de Medicare 9am - 1pm	23 Estiramiento Suave 1 pm - 2pm	24 Comadre a Comadre 1pm - 2:15pm	25 Baby Café: Grupo de apoyo a la lactancia 1pm - 3pm	26
28 BDNC 101 11am - 2pm	29 Solicitar cobertura de Medicare 9am - 1pm	30 Taller sobre ofrendas en miniaturas 11am - 12pm	31 Boo Bash con el equipo de BDNC 12pm - 4pm	Estamos reconociendo el día nacional de concientización sobre el cáncer de mama y de los pueblos indígenas.	Usted tiene la opcion de unirse en persona o virtualmente a una variedad de talleres que se ofrecen de 9am - 4pm

Blue Cross and Blue Shield of New Mexico, a Division of Health Care Service Corporation,
a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

490944.0824

Póngase en contacto con nosotros:

3925 Las Estancias Way SW
Building 9, Suite A
Albuquerque, NM 87121
505-816-5100

Horario de atención de lunes a viernes, de 9:00 a. m. a 4:00 p. m.

www.**BlueDoorCenterNM**.com
www.facebook.com/**BlueDoorCenterNM**

Mercado de Cosecha Fresca: venga a inaugurar nuestro primer mercado que ofrece una variedad de productos agrícolas frescos (mientras haya disponibilidad), demostraciones de cocina y libros infantiles, todo sin costo.

La salud importa: Charla sobre el cáncer. Acompáñenos a conocer más sobre el programa de detección temprana del cáncer de seno y del cáncer cervical del Departamento de Salud de Nuevo México dirigido a la comunidad.

Comadre a Comadre: acérquese a conocer a mujeres que sobrevivieron al cáncer de seno y aprenda cómo pueden ayudarla a usted o a un ser querido.

Baby Café: Grupo de apoyo a la lactancia. Súmese a los grupos de apoyo a la lactancia prenatal y posparto. Los grupos se centrarán en la educación sobre la lactancia y en el apoyo general.

Consulte a un profesional de atención médica: las personas que hayan dado a luz están invitadas a Terapia Física Paradigm para una sesión sobre terapia del piso pélvico.
Bingo: participe en divertidas partidas de Bingo y conozca vecinos y amigos nuevos.

*Acondicionamiento físico de bajo impacto: súmese a nuestras clases de acondicionamiento físico de bajo impacto y respiración consciente para mejorar la salud del corazón, la flexibilidad y reducir el estrés.

BDNC 101: ¡Venga a conocer al equipo y descubra las próximas clases de salud y bienestar, eventos comunitarios y talleres!

Grupo asesor de asegurados y cuidadores que reciben servicios y asistencia de largo plazo (LTSS) de BCBSNM: esta reunión está abierta a los asegurados de Medicaid de BCBSNM y sus compañeros de cuidado que reciban servicios y asistencia de largo plazo, ya sea en la comunidad o en un asilo.

Reunión de la Junta Asesora de Indígenas Estadounidenses de Medicaid de BCBSNM: Blue Cross and Blue Shield of New Mexico quiere escuchar sus comentarios sobre nuestros servicios de Medicaid. Esta reunión está abierta a los asegurados de Medicaid de BCBSNM.

Solicitar cobertura de Medicare: venga a hablar con un representante sobre cómo solicitar la cobertura de Medicare en inglés o en español.

Solicitar cobertura de SNAP: el banco de alimentos Roadrunner puede ayudarlo a solicitar los beneficios de SNAP provistos por la Autoridad de Atención Médica del Estado de Nuevo México.

Taller sobre ofrendas en miniaturas: conozca sobre el Día de los Muertos y haga su propio altar en miniatura para honrar a sus seres queridos fallecidos. Traiga una foto o un pequeño objeto personal que le recuerde a su ser querido.

Boo Bash: venga a dar inicio a Halloween con el equipo de BDNC y disfrute de snacks saludables, música, disfraces, pintura de calabazas ¡y mucho más!