

# This Month at Zufall

## 1 Are you protected against cervical cancer?

Each year, nearly 13,000 women in the United States are diagnosed with cervical cancer. With National Cervical Cancer Awareness Month now under way, it's an ideal time to take action to prevent the disease. Most cases of cervical cancer are caused by the human papillomavirus or HPV, a very common sexually transmitted infection. The good news is that getting the HPV vaccine and regular cervical cancer screenings will help protect you.

Check with your provider to make sure you are up-to-date with your well-woman check-up and HPV vaccinations. For more information on HPV and cervical cancer, please visit: <http://www.nccc-online.org>.



## 2 Make good health a New Year's goal

Are you ready to get healthier in 2018? Well, Zufall Health is ready to help you and your family reach your goals and stay healthy by offering free classes in nutrition, cooking, exercise, and more at some of our sites.

Currently, a registered dietitian is offering free healthy cooking classes for families with young children at the Zufall Wellness Center in Morristown. The Wellness Center is also offering adult yoga classes and senior fitness classes.

At Zufall Health in Dover, children can take part in weekly yoga classes.

For exact dates and times and to see what else is going on at our sites, check out the Zufall calendar:

<https://www.zufallhealth.org/news/events/>



## 3 Zufall sets small rise in service fees

Patients visiting the health center in the new year may notice a slight increase in some service fees. These changes have been made to comply with changing federal requirements. It is also the first time we have raised fees in the last ten years.

Zufall Health is committed to providing high quality, affordable, accessible medical, dental, and supportive services to every one of our patients, regardless of their ability to pay. Those without insurance are charged a sliding scale fee based on their income. Patient fees make up an important part of Zufall's revenue and, combined with other resources, allow us to continue to offer affordable services to the community.

At the time of your visit, if you have any questions about our fees please speak with a Patient Representative or ask to speak to a site manager.

We thank you for choosing Zufall as your medical home and look forward to continuing to provide award-winning health care to you and your family.

# Este Mes en Zufall

## 1 Está usted protegida contra el cáncer de cérvix?

Cada año, casi 13,000 mujeres en los Estados Unidos son diagnosticadas con cáncer de cérvix ó cuello uterino. Con el Mes de Concientización Nacional sobre el Cáncer Cervical en marcha, es un momento ideal para tomar medidas para prevenir la enfermedad. La mayoría de los casos de cáncer de cuello uterino son causados por el virus del papiloma humano o VPH, una infección de transmisión sexual muy común. La buena noticia es que recibir la vacuna contra el VPH y las pruebas regulares de detección de cáncer de cuello uterino la ayudarán a protegerse.

Consulte con su médico para asegurarse de tener sus exámenes de rutina de mujer sana y las vacunas contra el VPH. Para obtener más información sobre el VPH y el cáncer de cuello uterino, visite: <http://www.nccc-online.org>



## 2 Haga de la buena salud un objetivo del Año Nuevo

¿Está listo para estar más saludable en 2018? Bueno, Zufall Health está listo para ayudarlo a usted y a su familia a alcanzar sus metas y mantenerse saludables al ofrecer clases gratuitas de nutrición, cocina, ejercicio y más en algunos de nuestros centros.

Actualmente, un dietista registrado ofrece clases gratuitas de cocina saludable para familias con niños pequeños, en el Zufall Wellness Center en Morristown. El Wellness Center también ofrece clases de yoga y clases de gimnasia para adultos mayores.

En Zufall Health en Dover, los niños pueden participar en clases de yoga semanales.

Para fechas y horarios exactos y para ver qué más está sucediendo en nuestros centros, consulte el calendario de Zufall:

<https://www.zufallhealth.org/news/events/>



## 3 Zufall establece un pequeño aumento en las tarifas de servicio

Los pacientes que visitan el centro de salud en el nuevo año pueden notar un pequeño aumento en algunas tarifas de servicio. Estos cambios se han realizado para cumplir con los requisitos federales cambiantes. También es la primera vez que aumentamos las tarifas en los últimos diez años.

Zufall Health se compromete a proporcionar servicios médicos, dentales y de apoyo de alta calidad, a precios razonables y accesible a cada uno de nuestros pacientes, independientemente de su capacidad de pago. Aquellas personas sin seguro se les cobra una tarifa de escala móvil en función de sus ingresos. Los honorarios de los pacientes constituyen una parte importante de los ingresos de Zufall y, combinados con otros recursos, nos permiten continuar ofreciendo servicios accesibles a la comunidad.

En el momento de su visita, si tiene alguna pregunta sobre nuestras tarifas, hable con un Representante de Pacientes o solicite hablar con un administrador del centro médico.

Le agradecemos que haya elegido Zufall como su hogar médico y esperamos seguir brindándole atención médica de primera a usted y su familia.