

Anthem's Sydney Health app makes healthcare easier

Look up your personalized health and wellness information from anywhere



If you have an Anthem health plan, our SydneySM Health app can help you make the most of your benefits. Download and use the app to:

- View and use your **digital ID card**.
- Have a **video visit** with a doctor or mental health professional.^{1,2}
- **See what's covered** and **check your claims**.
- **Locate care** nearby and **check the cost**.
- Look up your **health history and medical records** — and your family's — with My Health Records.
- Chat with a **live agent** to get answers to your healthcare questions.
- Discover **well-being tips** on your MyHealth Dashboard.
- Find organizations that can help you with **food, transportation, and child care**.

Customized tools to help you stay in good health



The Personalized Preventative Care Checklist uses your claims history to notify you when it's time for you to take preventive care action and helps you plan for future actions.



The Nutrition Tracker logs your meals and tracks your nutrition using food-scanning technology. It also helps you meal plan.

Download our Sydney Health app today!



Scan the QR code with your phone's camera or visit [anthem.com/ca](https://www.anthem.com/ca) to use the same features on our website.

¹ Appointments subject to availability of a therapist.

² Online counseling is not appropriate for all kinds of problems. If you are in crisis or having suicidal thoughts, it's important that you seek help immediately. Please call 800-273-8255 (National Suicide Prevention Lifeline) or 911 for help. If your issue is an emergency, call 911 or go to your nearest emergency room. Emergency services are not provided on the Sydney Health app or anthem.com.

In addition to using a telehealth service, you can receive in-person or virtual care from your own doctor or another healthcare professional in your plan's network. If you receive care from a doctor or healthcare professional not in your plan's network, your share of the costs may be higher. You may also receive a bill for any charges not covered by your health plan.

Sydney Health is offered through an arrangement with Carolan Digital Platforms, a separate company offering mobile application services on behalf of your health plan. ©2023 The Virtual Primary Care experience is offered through an arrangement with hydrogen Health. Anthem Blue Cross is the trade name of Blue Cross of California. Independent licensees of the Blue Cross Association. Anthem is a registered trademark of Anthem Insurance Companies, Inc.

La aplicación Sydney Health de Anthem simplifica el cuidado médico

Busca información personalizada sobre tu salud y bienestar desde cualquier lugar



Si tienes un plan médico de Anthem, la aplicación SydneySM Health puede ayudarte a aprovechar al máximo tus beneficios. Descarga la aplicación y utilízala para realizar lo siguiente:

- Ver y usar tu **tarjeta de identificación digital**
- Realizar una **consulta por video** con un médico o profesional de salud mental^{1,2}
- **Consultar qué cubre tu plan y revisar tus reclamaciones**
- **Buscar cuidados** cerca tuyo y **consultar el costo**
- Buscar tu **historial de salud y registros médicos**, y los de tu familia, en Mis expedientes médicos (My Health Records)
- Hablar por chat con **un agente en vivo** para obtener respuestas a tus preguntas sobre cuestiones de cuidado médico
- Obtener **consejos de bienestar** en el Panel MyHealth (MyHealth Dashboard)
- Encontrar organizaciones que puedan ayudarte con cuestiones como **comida, transporte y cuidado de niños**.

Herramientas personalizadas para que mantengas una buena salud



La Lista de control personalizada de cuidado preventivo utiliza información sobre tu historial de reclamaciones para avisarte cuándo debes tomar medidas de cuidado preventivo y te ayuda a planificar acciones futuras.



Con el Registro de nutrición puedes registrar tus comidas y realizar un seguimiento de tu nutrición mediante la tecnología de escaneo de alimentos. También te ayuda a elaborar un plan de comidas.

Descarga nuestra aplicación Sydney Health hoy.



Escanea el código QR con la cámara de tu teléfono o visita anthem.com/ca para utilizar las mismas funciones en nuestro sitio web.

¹ Las citas están sujetas a la disponibilidad del terapeuta.

² La consejería en línea no es adecuada para tratar todos los tipos de problemas. Si estás atravesando una crisis o tienes pensamientos suicidas, es importante que busques ayuda de inmediato. Llama al 800-273-8255 (Línea Nacional de Prevención del Suicidio) o al 911, y pide ayuda. En caso de una emergencia, llama al 911 o dirígete a la sala de emergencia más cercana. No se prestan servicios de emergencia a través de la aplicación Sydney Health o anthem.com.

Además de usar un servicio de tele salud, puedes recibir cuidado virtual o en persona de tu propio médico o de otro profesional médico de la red de tu plan. Si recibes atención de un médico o profesional médico que no esté en la red de tu plan, tu parte del costo puede ser más elevada. Es posible que recibas una factura por cualquier cargo no cubierto por tu plan médico.

Sydney Health está disponible a través de un acuerdo con Carilion Digital Platforms, una empresa independiente que ofrece servicios de aplicación móvil en nombre de tu plan médico. ©2023 La experiencia de Atención primaria virtual (Virtual Primary Care) está disponible a través de un acuerdo con Hydrogen Health.

Anthem Blue Cross es el nombre comercial de Blue Cross of California. Licenciatario independiente de Blue Cross Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.