

SUMMER 2021

LIVE amaZing

FEEL BETTER, FEEL CONNECTED

Healthy Bones, Healthy Body

Bone mass testing can help you avoid breaks

Thinning bones are a natural part of aging. But some people, particularly postmenopausal women, lose too much bone mass. This is called osteoporosis. Osteoporosis puts you at risk for broken bones, especially in your spine, hip, wrist, and shoulder. In fact, half of women and one-quarter of men over 50 will break a bone due to osteoporosis.

There are treatments that can slow bone loss and prevent fractures, but before you can be treated, you need to be tested. The gold standard for bone mass testing is dual-energy X-ray absorptiometry (DXA). DXA is a simple, painless, low-radiation type of X-ray your doctor can order.

DXA testing ordered by your primary care provider and performed at an in-network facility is at no cost to Zing Health members. Ask your doctor if you should be screened.

Exercise can help keep bones healthy and build muscle, both of which can prevent falls and fractures. Zing Health provides no-cost fitness center memberships through Silver & Fit.

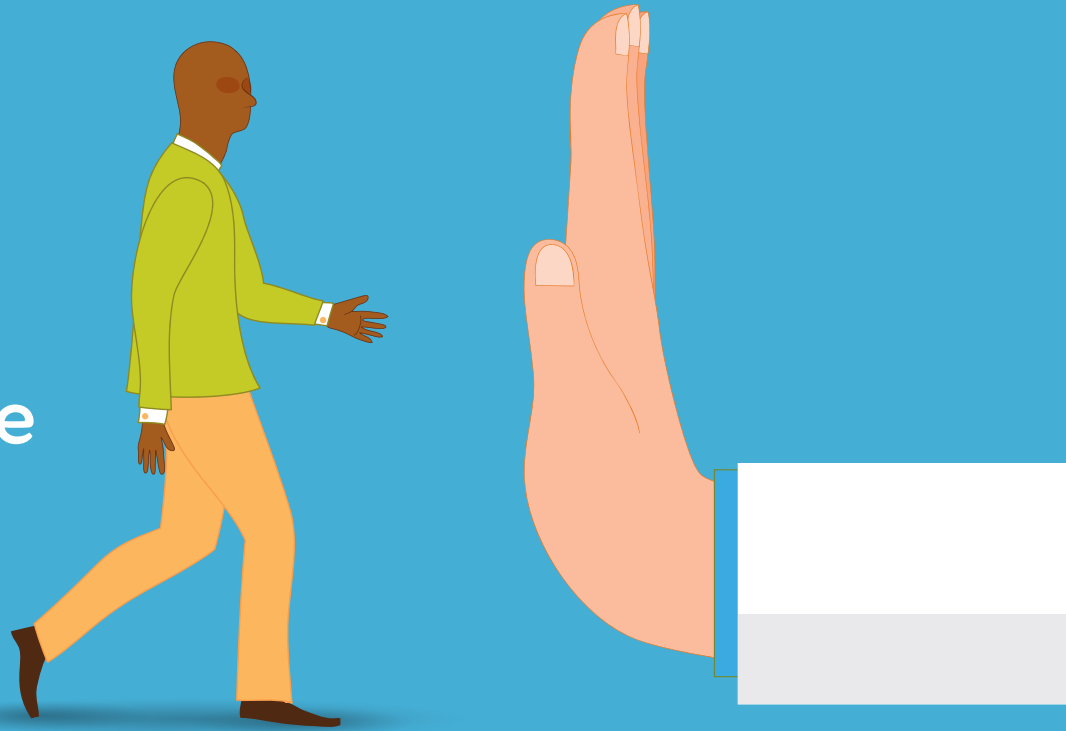
Call **1-866-946-4458 (TTY 711)** or visit **myzinghealth.com/search-provider** to find a Silver & Fit fitness center near you.

¡VOLTEE PARA ESPAÑOL! ➡

 **Zing HEALTH™**



Racism as an Obstacle to Health Equity



The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) has recently officially recognized racism as a serious threat to public health, and other groups such as the American Medical Association (AMA) and the National Institutes of Health (NIH) followed in its footsteps. The CDC today acknowledges that both interpersonal and structural racism negatively affect the mental and physical health of millions of Americans.

Research shows the pervasive and profound impact racism has on the health of communities of color. For example, racial and ethnic minorities have higher rates of illness and death from diabetes, hypertension, obesity, asthma, and

heart disease as compared to white people. The COVID-19 pandemic also had a significantly disproportionate impact on people of color.

“To build a healthier America for all, we must confront the systems and policies that have resulted in the generational injustice that has given rise to racial and ethnic health inequities,” said the CDC in an official statement.

At Zing Health, addressing social determinants of health such as racism is at the core of our mission, and we applaud the CDC for working on these issues.

LIFE EXPECTANCY AMONG BLACK/AFRICAN AMERICANS IS ABOUT FOUR YEARS LESS THAN THAT OF WHITE AMERICANS.

Source: Centers for Disease Control and Prevention

Visit our blog at blog.myzinghealth.com to learn more about social determinants of health and how Zing Health is tackling these issues.

4 Ways to Save on Prescriptions

1 Use a preferred pharmacy. The Zing Health pharmacy network includes standard and preferred pharmacies. Copayments at preferred pharmacies are lower.

2 Get maintenance medicines through mail order. You can order 30- or 90-day supplies of medications you take regularly through the mail. Copayments for 90-day supplies are often lower than the cost to fill 30-day prescriptions three times.

3 Choose generics. Generic medications are the same quality as brand-name drugs and have lower copayments. Continued coverage for most generics is provided by Zing Health during the Medicare Part D coverage gap.

4 Ask your doctor to check the formulary. Tier 6 drugs have a \$0 copayment, and tier 1 drugs have copayments as low as \$2 at a preferred pharmacy. If a medication in one of these tiers is appropriate for you, it will be the most cost-effective option. Also ask your doctor to avoid prescribing drugs in tiers 4 and 5, which carry higher out-of-pocket costs, if there are other options available.

To learn more about your pharmacy benefits, call **1-866-946-4458 (TTY 711)** or visit **myzinghealth.com/member**.

Get Checked

Screenings are important for diabetes treatment

Type 2 diabetes can damage your vision, kidneys, heart, blood vessels, and nerves. Managing diabetes can reduce the risk of complications. So can getting the regular screening tests your doctor recommends. Some important screenings for people with diabetes include:



A1C: An A1C test shows your average blood sugar level for the past two to three months. If you have prediabetes, which is indicated by an A1C of 5.7% to 6.4%, get one A1C test per year. If you have diabetes, get your A1C tested two to four times per year. For people with diabetes, an A1C below 7% is a common treatment goal.

Diabetic retinopathy: Diabetes can cause damage to the blood vessels in your eyes, progressing to vision loss. If you have diabetes, see your eye doctor once a year so they can dilate your pupils and look inside your eyes.

Blood pressure: Two out of three people with diabetes have high blood pressure. Get your blood pressure checked at each doctor visit.

If you have diabetes, you may benefit from a Medicare Advantage Chronic Special Needs Plan (CSNP), which provides a higher level of care management and steep discounts on insulin. You may enroll in a CSNP plan any time of year. Call **1-866-946-4458 (TTY 711)** to learn more about switching to a Zing Health CSNP plan.

Screening Time

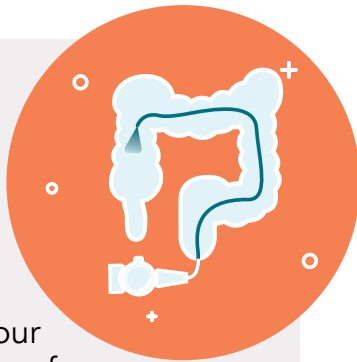
Catch colorectal cancer early

Colorectal cancer is the third most common cancer in both men and women. The primary risk factor is age; most cases are diagnosed in people over 50. When detected early, the survival rate is 90%, but only four out of 10 cancers are found at this stage.

Colonoscopy can not only detect colorectal cancer early, while it is most treatable, it can also prevent it by removing polyps before they turn into cancer. Unfortunately, one in three people who should get tested have never been screened. Perhaps they don't know that the test is covered by Medicare, or they are nervous because they don't know what to expect.

To put you at ease, here's what to expect at your colonoscopy:

- **The day before** your colonoscopy, you will stop eating and will drink a solution that helps you empty your bowels. You should drink lots of clear liquids to stay hydrated.
- **Immediately before** your colonoscopy, you are given medicine through an IV that eliminates discomfort from the procedure. Most people don't feel or remember the procedure.
- **During colonoscopy**, the doctor inserts a thin, flexible camera into your rectum. If the doctor sees any suspicious bumps, they will remove them for testing.
- **After your colonoscopy**, the doctor will discuss the results with you. You will need someone to drive you home. You are free to eat and drink immediately after. You may be sleepy for a few hours, but you should feel just fine.



SERVICES

Important Numbers

Customer Service
1-866-946-4458 (TTY 711)
customerservice@myzinghealth.com

Get information about your medical and pharmacy benefits, find a provider, report changes, request transportation, and more. Call 8 a.m. to 8 p.m., 7 days a week (Oct. 1 to March 31), and 8 a.m. to 8 p.m., Monday through Friday (April 1 to Sept. 30).

24/7 Nurse Advice Line
1-855-494-6877 (TTY 711)

Get help with your health concerns from a licensed nurse.

Compliance Hotline
1-844-919-4458 (TTY 711)
MyComplianceReport.com
Enter Access ID: ZHC

Anonymously report suspected fraud, waste, or abuse.

Zing Health complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Y0149_MemberNewsletter-Summer2021_M

myzinghealth.com

Notice of Non-discrimination

Discrimination is against the law.

Zing Health complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Zing Health does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Zing Health:

1. Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
2. Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, contact Customer Service at **1-866-946-4458 (TTY 711)**.

If you believe that Zing Health has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with:

Zing Health

Civil Rights Coordinator
303 W. Madison St., Suite 800
Chicago, Illinois 60606

Phone: **1-866-946-4458 (TTY 711)**
Fax: **1-844-946-4458**
Email: civilrightscordinator@myzinghealth.com

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, a Zing Health Civil Rights Coordinator is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019 (TTY 1-800-537-7697)

Complaint forms are available at hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

Multi-language Interpreter Services

<p>ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>	<p>સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>
<p>ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>	<p>ۛڪ ڊڊم ۛڪ نابز وڪ پآ وٽ، ۛڪ ٽلوڊ وڊرا پآ رگا : رادربڙ ۛڪ ڊڊم لڪاڪ - ۛڪ ڊڊم ڊاڪٽر ۛڪ ڊڊم ڊاڪٽر ۛڪ ڊڊم ڊاڪٽر 1-866-946-4458 (TTY 711). بلاو</p>
<p>UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>	<p>CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>
<p>注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-866-946-4458 (TTY 711)。</p>	<p>ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>

How to access your extra benefits

Cómo acceder a sus beneficios adicionales



▶ Over-the-counter health items / Medicamentos sin receta

NationsOTC.com/Zing

1-877-273-3381 (TTY 711)



▶ Hearing / Audífono

NationsHearing.com/Zing

1-877-246-1426 (TTY 711)



▶ Vision / Visión

myzinghealth.com/search-provider

1-855-209-3155 (TTY 711)



▶ Dental / Dental

myzinghealth.com/search-provider

1-855-209-3155 (TTY 711)

Servicios de interpretes en varios idiomas

<p>주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-866-946-4458 (TTY 711) 번으로 전화해 주십시오.</p>	<p>!यान दः य(द आप हिंदी बोलते ह1 तो आपके लिए मु7त म' भाषा सहायता सेवाएं उपल>ध ह। (TTY 711) पर कॉल कर'। 1-866-946-4458</p>
<p>PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>	<p>ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-866-946-4458 (ATS 711).</p>
<p>تنك اذا مصلا فتاه مقر 1-866-946-4458 (مقر ل صنا لكل رفاوتت تيوغلا قدعاسما تامدخ نإف، تغلا ركذا ثدحتت ن.اجملاب ةظوحلم: 711</p>	<p>ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν μιλάτε ελληνικά, στη διάθεσή σας βρίσκονται υπηρεσίες γλωσσικής υποστήριξης, οι οποίες παρέχονται δωρεάν. Καλέστε 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>
<p>ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-866-946-4458 (телетайп 711).</p>	<p>ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-866-946-4458 (TTY 711).</p>



► **Mail-order pharmacy / Farmacia de pedido por correo**

myzinghealth.com/pharmacy

1-866-946-4458 (TTY 711)



► **TeleHealth / Telesalud**

MDLive.com/myzinghealth

1-800-657-6169 (TTY 711)



► **Fitness and Weight Loss / Fitness y adelgazamiento**

myzinghealth.com/search-provider

1-866-946-4458 (TTY 711)

303 W. Madison St., Suite 800
Chicago, IL 60606
1-866-946-4458 (TTY 711)

myzinghealth.com



Hora de hacerse una prueba de detección precoz

Detectar el cáncer colorrectal temprano

El cáncer colorrectal es el tercer tipo de cáncer más común tanto en hombres como en mujeres. El principal factor de riesgo es la edad ya que la mayoría de los casos se diagnostican en personas mayores de 50 años. Si se detecta temprano, la tasa de supervivencia es de 90%, pero solo 4 de cada 10 casos se detectan en esta etapa.

La colonoscopia no solo puede detectar el cáncer colorrectal temprano, cuando es más tratable, sino que también puede prevenirlo al extraer los pólipos antes de que se conviertan en cáncer. Desafortunadamente, una de cada tres personas que debería hacerse la prueba, nunca lo ha hecho. Quizás no sepan que la prueba está cubierta por Medicare, o están nerviosos porque no saben de qué se trata.



Para su tranquilidad, esto es lo que sucede cuando se va a hacer una colonoscopia:

- **El día antes** de la colonoscopia, deberá dejar de comer y tendrá que beber una solución que le ayuda a evacuar los intestinos. Debe tomar abundante líquido claro para mantenerse hidratado.
- **Inmediatamente antes** de la colonoscopia, se le dará medicina por vía intravenosa que elimina la incomodidad del procedimiento. La mayoría de la gente no siente o no recuerda el procedimiento.
- **Durante la colonoscopia**, el médico le inserta una cámara delgada y flexible en el recto. Si el médico ve crecimientos sospechosos, los extraerá para su análisis.
- **Después de la colonoscopia**, el médico hablará con usted sobre los resultados. Necesitará que alguien lo lleve hasta su casa. Puede comer y beber inmediatamente después. Podrá sentirse somnoliento por unas pocas horas pero debería sentirse bien.



SERVICIOS

Números Importantes
Servicio al cliente
1-866-946-4458 (TTY 711)
customerservice@myzinghealth.com

Obtenga información sobre sus beneficios médicos y de farmacia, busque un proveedor, informe cambios, solicite transporte y más. Llame de 8 a.m. a 8 p.m., los 7 días de la semana (del 1 de octubre al 31 de marzo) y de 8 a.m. a 8 p.m., de lunes a viernes (1 de abril al 30 de septiembre).

Línea de asesoramiento de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana
1-855-494-6877 (TTY 711)

Obtenga ayuda con sus inquietudes de salud por parte de una enfermera con licencia.

Línea directa para consultas sobre el cumplimiento de normas
1-844-919-4458 (TTY 711)
MyComplianceReport.com
Ingrese la identificación de acceso: ZHC

Denuncie de forma anónima las sospechas de fraude, despilfarro o abuso.

Zing Health cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

myzinghealth.com

Aviso de no discriminación

La discriminación es ilegal.

Zing Health cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Zing Health no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Zing Health:

1. Brinda asistencia y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que se comuniquen efectivamente con nosotros, tales como:
 - Intérpretes calificados en el lenguaje de signos
 - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
2. Brinda servicios gratuitos de idiomas a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como:
 - Intérpretes calificados
 - Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, comuníquese con Servicio al Cliente al **1-866-946-4458 (TTY 711)**.

Si cree que Zing Health no ha brindado estos servicios o ha discriminado de otra manera por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante:

Zing Health

Civil Rights Coordinator
303 W. Madison St., Suite 800
Chicago, Illinois 60606

Teléfono: **1-866-946-4458 (TTY 711)**

Fax: **1-844-946-4458**

Correo electrónico:
**civilrightscordinator@
myzinghealth.com**

Puede presentar una queja por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, un Coordinador de Derechos Civiles de Zing Health está disponible para ayudarlo.

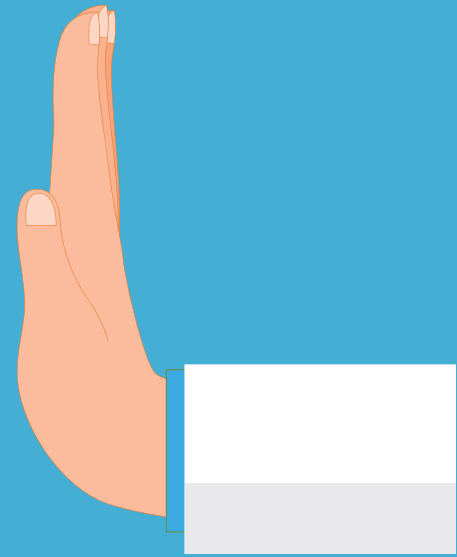
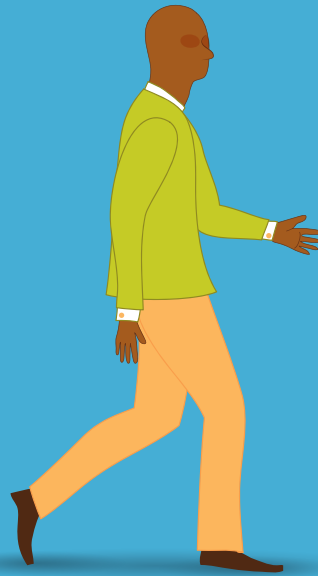
También puede presentar una queja de derechos civiles ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., Oficina de Derechos Civiles, electrónicamente a través del Portal de Quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, o por correo o teléfono a:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019 (TTY 1-800-537-7697)

Los formularios de queja están disponibles en hhs.gov/ocr/office/file/index.html.



El racismo como obstáculo para la equidad en la salud



Los Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) han reconocido recientemente de manera oficial al racismo como una amenaza grave a la salud pública, y otros grupos, tales como la Asociación Médica Estadounidense (AMA) y los Institutos Nacionales de la Salud (NIH) siguieron sus pasos. El CDC hoy en día reconoce que tanto el racismo interpersonal como el estructural afectan de manera negativa la salud mental y física de millones de norteamericanos.

Los estudios de investigación revelan el profundo y generalizado impacto que el racismo tiene en la salud de las comunidades de color. Por ejemplo, las minorías raciales y étnicas poseen tasas

más altas de enfermedad y muerte por diabetes, hipertensión, obesidad, asma y enfermedad cardíaca en comparación con las personas de raza blanca. La pandemia de COVID-19 también tuvo un impacto desproporcionado sobre la gente de color.

“Para construir un país más sano para todos, debemos enfrentarnos a los sistemas y políticas que han dado como resultado la injusticia generacional que ha permitido el auge de la inequidad en la salud para las minorías raciales y étnicas”, afirmó el CDC en una declaración oficial.

La misión de Zing Health se centra en abordar los determinantes sociales de la salud, como el racismo, y aplaudimos al CDC por su esfuerzo por tratar estos problemas.

LA EXPECTATIVA DE VIDA ENTRE LAS PERSONAS DE RAZA NEGRA/ AFROAMERICANOS ES ALREDEDOR DE CUATRO AÑOS MENOS QUE LA DE LOS ESTADOUNIDENSES DE RAZA BLANCA.

Fuente: Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDC)

Visite nuestro blog en blog.myzinghealth.com para aprender más sobre los determinantes sociales de la salud y cómo Zing Health está enfrentando estos problemas.

4 maneras de ahorrar en recetas médicas

- 1 Use una farmacia preferencial.** La red de farmacias de Zing Health incluye farmacias estándar y preferenciales. Los copagos en las farmacias preferenciales son más bajos.
- 2 Obtenga los medicamentos de mantenimiento mediante un pedido por correo.** Puede pedir por correo los medicamentos que usted tome regularmente para 30 o 90 días. Los copagos para los medicamentos para 90 días a menudo son más bajos que el costo de surtir las recetas para 30 días tres veces.
- 3 Elija medicamentos genéricos.** Estos tienen la misma calidad que los medicamentos de marca y tienen copagos más bajos. Zing Health brinda cobertura continua para la gran mayoría de los medicamentos genéricos durante la brecha de cobertura de Medicare Parte D.
- 4 Pídale a su médico que revise el formulario.** Los medicamentos de nivel 6 tienen un copago de \$0 y los de nivel 1 tienen copagos bajos de tan solo \$2 en una farmacia preferencial. Si un medicamento en uno de estos niveles es el adecuado para usted, será la opción más eficaz en términos de costos. También pídale a su médico que evite recetarle medicamentos de nivel 4 y 5, que tienen costos más altos para usted, si dispone de otras opciones.

Para obtener más información sobre los beneficios de las farmacias, llame al **1-866-946-4458 (TTY 711)** o visite **myzinghealth.com/member**.

Hágase ver

Las pruebas de diagnóstico son importantes para el tratamiento de la diabetes



La diabetes tipo 2 puede dañarle la vista, los riñones, el corazón, los vasos sanguíneos y los nervios. El control de la diabetes puede reducir el riesgo de complicaciones, así como también hacerse las pruebas de diagnóstico regulares que le recomiende su médico. Algunas pruebas de diagnóstico importantes para la gente con diabetes incluyen:

A1C: La prueba de A1C muestra su nivel medio de azúcar en sangre durante los últimos dos a tres meses. Si tiene prediabetes, que se indica por un A1C de 5.7% a 6.4%, debe hacerse una prueba de A1C por año. Si tiene diabetes, debe hacerse una prueba de A1C de dos a cuatro veces al año. Para las personas con diabetes, una prueba de A1C por debajo de 7% es una meta común del tratamiento.

Retinopatía diabética: La diabetes le puede causar daño a los vasos sanguíneos de los ojos, incluso hasta la pérdida de la visión. Si tiene diabetes, vea a su oftalmólogo una vez al año para que le pueda dilatar las pupilas y ver adentro de sus ojos.

Presión arterial: Dos de cada tres personas con diabetes tienen presión arterial alta. Pida que le tomen la presión arterial en cada visita al médico.

Si tiene diabetes, un plan de Medicare Advantage Chronic Special Needs Plan (CSNP) [Plan de Necesidades Especiales Crónicas de Medicare Advantage], puede resultarle beneficioso. Este plan brinda un nivel de control del cuidado más alto y significativos descuentos en la insulina. Puede inscribirse en un plan CSNP en cualquier momento del año. Llame al **1-866-946-4458 (TTY 711)** para obtener información sobre cómo pasarse a un plan CSNP de Zing Health.

VERANO 2021

VIVA amaZing

SIÉNTASE MEJOR, SIÉNTASE CONECTADO

Huesos sanos, cuerpo sano

El examen de masa ósea puede ayudarle a evitar fracturas

El debilitamiento de los huesos es una parte natural del proceso de envejecimiento. Pero algunas personas, especialmente las mujeres posmenopáusicas, pierden demasiada masa ósea. A esto se le denomina osteoporosis. La osteoporosis pone en riesgo a las personas de sufrir fracturas de huesos, especialmente en la columna vertebral, cadera, muñeca y hombro. De hecho, la mitad de las mujeres y un cuarto de los hombres mayores de 50 años sufrirán una fractura de hueso debido a la osteoporosis.

Existen tratamientos que pueden retrasar la pérdida ósea y prevenir fracturas, pero antes de tratarse, debe hacerse un examen. La regla de oro para el examen de masa ósea es la Absorciometría con rayos X de doble energía (DXA, por sus siglas en inglés). La DXA es un tipo de rayos X simple, indoloro y de baja radiación que su doctor le puede recetar.

La prueba de DXA que le indique su médico de cuidados primarios y que se realice en un centro médico dentro de su red no tiene ningún costo para los miembros de Zing Health. Pregunte a su médico si debe hacerse la prueba.

El ejercicio físico puede ayudar a mantener los huesos sanos y a desarrollar músculo, lo cual puede prevenir caídas y fracturas. Zing Health brinda membresías a gimnasios sin costo a través de Silver & Fit.

Llame al **1-866-946-4458 (TTY 711)** o visite **myzinghealth.com/search-provider** para encontrar un gimnasio Silver & Fit cerca de usted.

← **TURN OVER FOR ENGLISH!**

500-005

PSRST STD
U.S. POSTAGE
PAID
Zing Health

Zing HEALTH
303 W. Madison Street, Suite 800
Chicago, Illinois 60606

Live Amazing is a
publication
from Zing Health.
Follow us at:
Siganos en:
facebook.com/MyZingHealth
twitter.com/myamazinghealth
instagram.com/
myamazinghealth
linkedin.com/
company/zing-health
©2021 Zing Health.