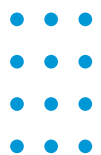




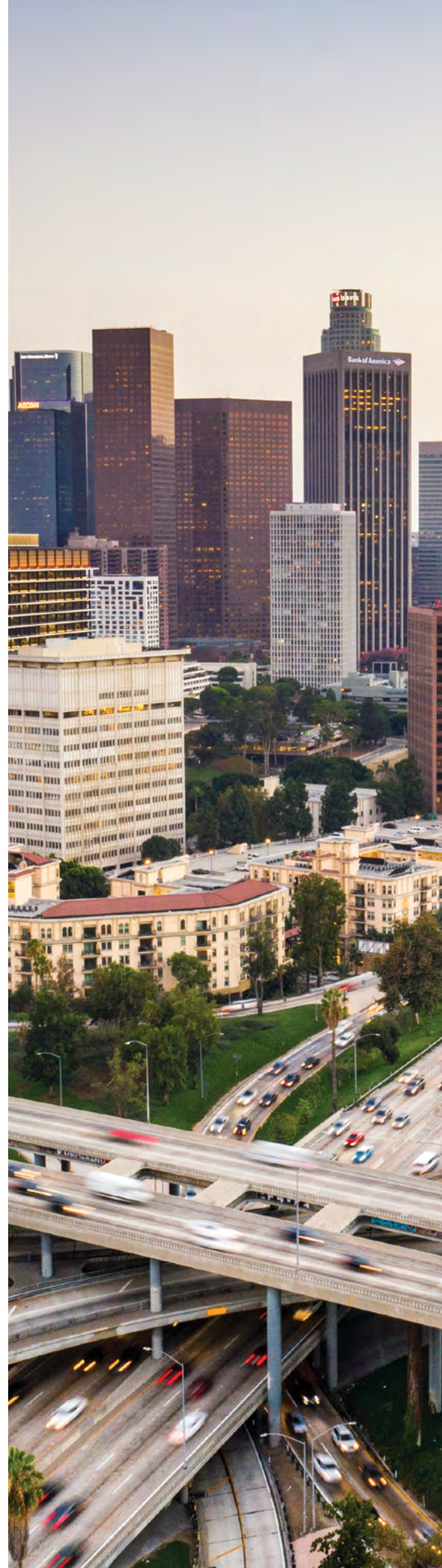
L.A. Care.
Medi-Cal



**Medi-Cal-ի ամենամյա ուղեցույց անդամների համար
2024**

Բովանդա կություն

Հաղորդագրություն L.A. Care-ից.....	1
Մանրամասներ Ձեր Medi-Cal ծրագրի մասին.....	2
Medi-Cal-ի երկարացում.....	6
Ապահովագրված եղեք.....	8
Օգնություն CRC-ի երկարացման հարցում.....	9
Նպաստների կարևոր կետերը.....	10
Տեսողության խնամք.....	12
Տեղեկացված եղեք Ձեր խնամքի տարբերակներից.....	13
COVID-19, Գրիպ և շնչառական սինցիցիալ վիրուսի (RSV) կանխարգելում և խնամք.....	14
Ինչպես օգտվել անդամների տեղեկատվական նյութերից.....	16
Խտրականության բացառման ծանուցագիր.....	17
Լեզվական օգնություն.....	20





L.A. Care
Medi-Cal

Հարգելի L.A. Care-ի անդամ,

L.A. Care Health Plan-ը (**L.A. Care**) տրամադրում է Medi-Cal-ի նպաստների վերաբերյալ տեղեկությունների և ռեսուրսների այս տարեկան փաթեթը, ինչը կօգնի ձեզ առողջ մնալ:

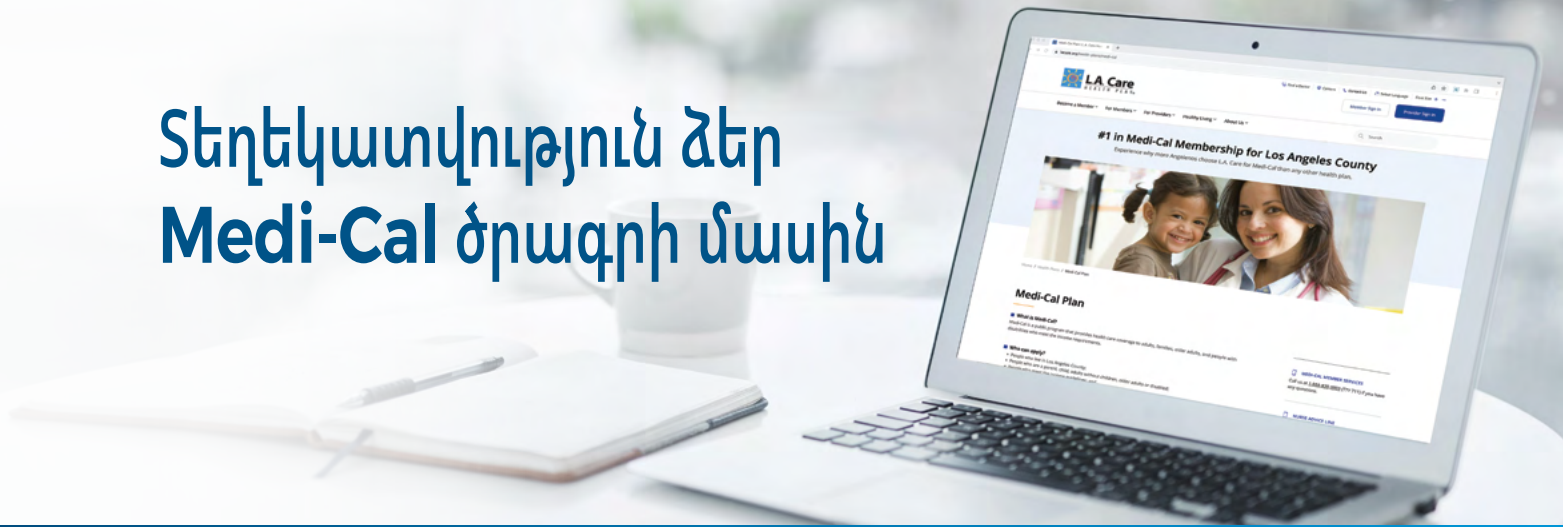
Այս տեղեկությունների միջոցով դուք կստանաք Medi-Cal-ի և իր նպաստների և ծառայությունների ամփոփ նկարագիրը, ինչը կօգնի ձեզ օգտվել խնամքից: Ծառայությունները տրամադրվում են ձեզ ցածր գնով կամ անվճար:

Հիշեցնան կարգով նշենք, որ Medi-Cal-ի երկարացումները արդեն սկսվել են: Medi-Cal-ի բոլոր անդամները ստուգում են իրենց Medi-Cal-ը տարին մեկ անգամ: Յուրաքանչյուր անդամի երկարացման ամսաթիվն ուրիշ է: Եթե դուք Medi-Cal-ի երկարացման փաթեթ եք ստացել Lու Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական ծառայությունների վարչությունից (DPSS), ապա անպայման կատարեք ձեր երկարացումը՝ մինչև ձևի վրա տպված վերջնաժամկետը: Չերկարացնելու դեպքում դուք կարող եք կորցնել Medi-Cal ապահովագրությունը: Տեղեկությունները DPSS կարող եք ներկայացնել առցանց՝ **benefitscal.com** կայքի միջոցով, հեռախոսով՝ **1.866.613.3777** համարով, փոստով կամ անձամբ այցելելով:

L.A. Care-ի և Medi-Cal-ի նպաստների ու ծառայությունների մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք մեր կայք՝ **lacare.org** կամ զանգահարեք Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

Հարգանքներով,
L.A. Care Health Plan

Տեղեկատվություն ձեր Medi-Cal ծրագրի մասին



Medi-Cal կառավարվող խնամք

Ի՞նչ է Medi-Cal-ը:

- ❖ Medi-Cal-ը (Կալիֆորնիայի Medicaid ծրագիրը) հանրային առողջապահության ծրագիր է, որը առողջական խնամքի ապահովագրություն է տրամադրում ցածր եկամուտներով մարդկանց և ընտանիքներին, ովքեր համապատասխանում են իրավասության սահմանված պահանջներին
- ❖ Medi-Cal-ն Կալիֆորնիայում բնակվող իրավասու անձանց առաջարկում է անվճար կամ ցածր գներով առողջական ապահովագրություն

Ի՞նչ է L.A. Care Medi-Cal ծրագիրը:

- ❖ L.A. Care Medi-Cal-ն ապահովում է առողջական խնամքի ապահովագրություն մեծահասակների, ընտանիքների, տարեցների և հաշմանդամների համար, ովքեր համապատասխանում են եկամուտների պահանջներին
- ❖ Կառավարվող խնամքում ներառված մարդիկ պետք է այցելեն իրենց առողջապահական ծրագրի հետ համագործակցող բժիշկներին և իրենց բժշկական խմբին (առկայության դեպքում)

Ի՞նչ է Medi-Cal կառավարվող խնամքը:

- ❖ Medi-Cal կառավարվող խնամքը կազմակերպված համակարգ է, որը նախատեսված է անդամների բարձրորակ խնամքն ապահովելու և առողջ մնալու համար
- ❖ Medi-Cal կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերն օգնում են անդամներին բժիշկներ, դեղատներ և առողջապահական կրթության ծրագրեր գտնել
- ❖ Medi-Cal կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերն առաջարկում են նաև խնամքի համակարգում, ուղեգրեր մասնագետներին, 24 ժամյա բուժքույրական խորհրդատվության հեռախոսային ծառայություններ և Անդամների սպասարկման ծառայություններ, որոնք հասանելի են օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր (ներառյալ տոն օրերը)

Ո՞վ է ձեր Առաջնային խնամքի մատակարարը (PCP):

- ❖ Ձեր PCP-ն ձեր հիմնական բժիշկը կամ կլինիկան է և այն առաջին անձը, ում մոտ գնում եք, երբ առողջական խնդիր եք ունենում
- ❖ Ձեր PCP-ն երաշխավորում է, որ դուք ճիշտ խնամք ստանաք ճիշտ տեղում, ճիշտ ժամանակին
- ❖ Բոլոր նոր անդամները պետք է առաջին անգամ հանդիպեն իրենց PCP-ի հետ՝ L.A. Care-ին միանալուց հետո երեք ամսվա ընթացքում առողջապահական սկզբնական այցելության համար (IHA)

Ինչպես փոխել ձեր PCP-ին:

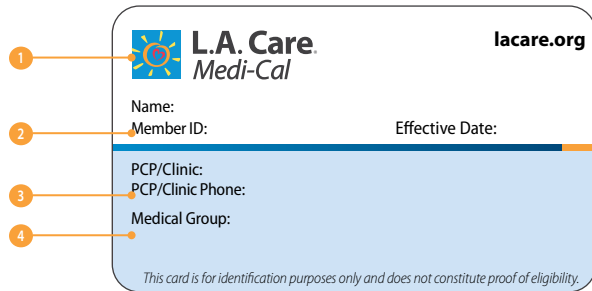
Դուք կարող եք փոխել ձեր PCP-ին

- Զանգահարելով L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը

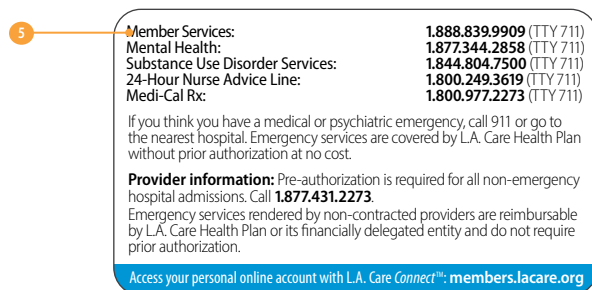
Ի՞նչ է գրված ձեր L.A. Care անդամի ID քարտի վրա:

1. Ձեր առողջապահական ծրագրի անունը՝ L.A. Care
2. Ձեր անդամի ID համարը
3. Ձեր Առաջնային խնամքի մատակարարի (PCP) անունը և նրա համարը
4. Ձեր բժշկական խումբը (առկայության դեպքում)
5. L.A. Care-ի անդամների սպասարկման հեռախոսահամարը և այլ կարևոր տեղեկություններ ու հեռախոսահամարներ

Առջևի մաս



Հետևի մաս



Ի՞նչ է նախօրոք լիազորումը:

- Ձեր PCP-ն կարող է ուղեգրել ձեզ մի «մասնագետի» մոտ կամ նշանակել որևէ դեղ, որը չի ապահովագրվում Medi-Cal-ի կողմից
- Մասնագետը մարմնի մի մասի կամ մի տեսակի հիվանդության կամ ծառայության փորձագետն է
 - Օրինակ՝ սրտաբանները և վիրաբույժները:
- Եթե ձեզ մասնագիտական խնամք կամ ծառայություն է հարկավոր, ձեր PCP-ն պետք է հաստատում խնդրի, նախքան ձեր գնալը: Այս հայցումը կոչվում է «նախօրոք լիազորում»

Եթե դուք հաշիվ ստանաք ձեր բժշկից, հրատապ խնամքի կենտրոնից, հիվանդանոցից կամ L.A. Care-ի կողմից տրամադրվող այլ ծառայությունից.

- Դուք պետք է անմիջապես զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- Medi-Cal նպաստների և ծառայությունների ամբողջական շրջանակն անդամներին առաջարկվում է անվճար
- Կարիք չկա ոչինչ վճարելու
- Դուք իրավունք ունեք ներկայացնելու զանգատի կամ բողոքի գեկուց

Եթե դուք տեղափոխվում եք կամ ցանկանում եք թարմացնել ձեր կոնտակտային տվյալները, պետք է կատարեք նշված քայլերից մեկը.

- Զանգահարեք Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական սպասարկման բաժին (DPSS)՝ ձեր իրավասության աշխատողին՝ **1.866.613.3777 | TTY 1.800.660.4026** հեռախոսահամարով, երկուշաբթից ուրբաթ, 7:30 a.m. – 6:30 p.m. (բացի տոն օրերից)
- Ստեղծեք հաշիվ կամ մուտք գործեք BenefitsCal-ի ձեր հաշիվ՝ **benefitscal.com** կայքում և թարմացրեք ձեր տեղեկությունները
- Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը



Համայնքային ռեսուրսների կենտրոններ

- ❖ L.A. Care-ի Համայնքային ռեսուրսների կենտրոնները գործում են Blue Shield of California Promise առողջապահական ծրագրի հետ համատեղ և առաջարկում են բազմաթիվ անվճար ծառայություններ և ռեսուրսներ՝ նախատեսված անդամների և համայնքի համար, որոնք կապված են առողջության և բարեկեցության հետ
- ❖ Առաջարկվող ծառայություններն են.
 - Առողջության և բարեկեցության անվճար դասեր մեծահասակների և երեխաների համար, ինչպես նաև քրոնիկ առողջական խնդիրները կառավարելու դասեր
 - Անվճար WiFi հեռաառողջապահական ծառայությունների համար
 - Medi-Cal-ի անդամագրության և երկարացման հետ կապված աջակցություն
 - Սոցիալական ծառայությունների հետ կապված օգնություն
 - Տեղական համայնքի ռեսուրսների հետ կապումը և ուղեգրերը
 - Առողջապահական հետազոտություններ, պարենային օգնություն և համայնքային միջոցառումներ ողջ տարվա ընթացքում
- ❖ Բոլոր CRC ծառայություններն ԱնՎՃԱԲ են, դրանք ազատ առաջարկվում են ձեզ և համայնքի ցանկացած անդամի: CRC-ի տեղամասերի/հասցեների, հեռախոսահամարների, աշխատանքային ժամերի և միջոցառումների օրացույցների մասին տեղեկանալու համար այցելեք www.communityresourcecenterla.org:
Այցելություն կարող եք հերթագրել՝ այցելելով www.communityresourcecenterla.org և օգտվելով հերթագրման առցանց գործիքից կամ զանգահարելով՝ **1.877.287.6290 (TTY 711)**:

L.A. Care Connect

Որպես L.A. Care Medi-Cal-ի անդամ՝ դուք կարող եք առցանց ստեղծել L.A. Care Connect-ի հաշիվ՝ տեղեկություններ ստանալու և ծառայություններից օգտվելու համար: L.A. Care Connect-ը ձեր՝ անդամների առցանց պորտալն է:

Ինչպե՞ս մուտք գործել ձեր L.A. Care Connect-ի հաշիվ:

Սկսելու համար ստեղծեք հաշիվ՝ հետևելով ստորև քայլերին.

- 1) Այցելեք <https://members.lacare.org> կայք
- 2) Սեղմեք «Ստեղծել հաշիվ» ներկայացնել կոճակի ներքո

Հաշիվ ստեղծելու համար ձեզ անհրաժեշտ է լինելու ձեր անդամի ID համարը և վավեր էլ. հասցե (ձեր անդամի ID-ն նշված է ձեր անդամի ID քարտի վրա):

Ի՞նչ կարող եք անել L.A. Care Connect-ի միջոցով:

- ❖ Տպել կամ տեսնել ձեր անդամի ID քարտը, որը կարող եք օգտագործել ձեր բժշկի գրասենյակում կամ դեղատանը
- ❖ Տեսնել ձեր առողջական խնամքին վերաբերվող տեղեկությունները, ներառյալ՝ իրավասությունը
- ❖ Առցանց գրուցել բուժքրոջ հետ ձեզ հարմար ժամանակ
- ❖ Միանալ My Health in Motion™-ին՝ ձեր առողջական կարիքների համար մշակված ծրագրերի համար
- ❖ Այլ 24/7 ծառայություններ. գտնել բժիշկ, խնդրել փոխել ձեր բժշկին, որոնում կատարել Մատակարարների հասցեագրքում կամ կապվել մեզ հետ՝ այս ամենը մեկ կոճակ սեղմելով

Առողջապահական կրթության ծառայություններ

L.A. Care-ն առաջարկում է առողջապահական կրթության ծրագրեր և ռեսուրսներ: Այդ ռեսուրսների թվում են.

- Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծը (1.800.249.3619 (TTY 711))
- Անհատական հեռախոսային խորհրդատվություն գրանցված դիետոլոգների կամ առողջապահական հրահանգիչների հետ
- Խմբային բարեկեցության այցելություններ համայնքում
- Առցանց պարապմունքներ, չաթեր և տեսանյութեր մեր *My Health in Motion™* առողջապահության և բարեկեցության պորտալի միջոցով
- Շաքարախտի ինքնակառավարում և կանխարգելում
- Բժշկական սննդային թերապիա որոշակի առողջական խնդիրների դեպքում
- Բժշկական տեսանկյունից հարմարեցված սնունդ
- Պայքար գրիպի դեմ
- Հատուկ ծրագրեր մայրերի և մանկիկների համար
- Օգնություն ծխախոտը թողնելու համար
- Հեշտ ընթեռնելի գրավոր նյութեր ձեր ուզած լեզվով և ձևաչափով

Բոլոր առողջապահական կրթության ծառայություններն անվճար են: Ավելին իմանալու համար զանգահարեք **1.855.856.6943 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից ուրբաթ, 8:00 a.m.–5:00 p.m. կամ այցելեք [lacare.org/healthy-living/health-resources/healthy-living-prevention](https://www.lacare.org/healthy-living/health-resources/healthy-living-prevention)

Համայնքային կապ

- L.A. Care-ի Համայնքային կապն օգնում է անդամներին կապվել համայնքային գործակալությունների հետ՝ բնակարանի, սննդի, վճարային հաշիվների և այլ հարցերով օգնելու համար
- Այցելեք communitylink.lacare.org և որոնեք անվճար կամ ցածր գներով ծառայություններ և անցեք Առողջության սոցիալական գործոնները հարցումը

Անվճար բանավոր թարգմանչի ծառայություններ

- Դուք իրավունք ունեք օգտվելու բանավոր թարգմանչի ծառայություններից, երբ խոսում եք ձեր բժշկի հետ
- L.A. Care-ը մատուցում է անվճար բանավոր թարգմանչի ծառայություններ, ներառյալ՝ Ամերիկյան խոլուհամրերի լեզվով
- Դուք պարտավոր չեք որպես բանավոր թարգմանիչ օգտվել ընտանիքի անդամից կամ ընկերոջից՝ բացի արտակարգ իրավիճակներից
- Թարգմանիչ խնդրելու համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով՝ ձեր այցելությունից առնվազն 10-15 օր առաջ

Խնդրում ենք զանգահարելիս պատրաստի ունենալ հետևյալ տեղեկությունը՝

- Ձեր անունը
- Ձեր L.A. Care-ի անդամի ID համարը
- Ձեր ժամադրության ամսաթիվն ու ժամը
- Բժշկի անունը
- Բժշկի հասցեն և հեռախոսի համարը
- Եթե ձեր ժամադրությունը փոխվել կամ չեղարկվել է, խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում հնարավորինս շուտ

Medi-Cal-ի երկարացում

Ամեն 12 ամիսը մեկ Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական ծառայությունների բաժինը (DPSS) կվերանայի ձեր տեղեկատվությունը՝ որոշելու համար, թե արդյոք դուք պահպանում եք ձեր իրավասությունը Medi-Cal-ի նպաստներ ստանալու համար, և կերկարացնի ձեր Medi-Cal-ի անդամագրումը մինչև հաջորդ տարի: Թեև որոշ անդամներ կերկարացվեն ավտոմատ կերպով, այնուամենայնիվ որոշ Medi-Cal-ի նպաստառուներ պետք է երկարացնեն իրենց Medi-Cal-ի նպաստներն ամեն տարի և ժամանակին՝ իրենց առողջական խնամքի ապահովագրությունը պահպանելու համար:

Medi-Cal-ի ամենամյա երկարացման գործընթացի մասին ավելին իմանալու համար այցելեք www.lacare.org/Medi-Cal-renewals, որտեղ կգտնեք օգտակար տեղեկություններ և ռեսուրսներ:

Ահա DPSS-ի մի քանի կարևոր կոնտակտային տվյալներ, որոնք կօգնեն ձեզ ձեր նորացման հարցում.

1. BenefitsCal-ի կայքը՝ benefitscal.com

BenefitsCal-ը մի կայք է Լոս Անջելեսի վարչաշրջանի բնակիչների համար, որպեսզի առցանց դիմեն և իրենց նպաստները դիտեն CalWORKs-ի, CalFresh-ի, General Relief-ի և Medi-Cal-ի դիմումների համար:

2. DPSS-ի Հաճախորդների սպասարկման կենտրոնի (Customer Service Center, CSC) հեռախոսահամարներ

Անվճար	1.866.613.3777
Տեղական համարներ	1.626.569.1399 1.310.258.7400 1.818.701.8200
Աշխատանքային ժամեր	CSC-ը հասանելի է ձեզ օգնելու՝ <ul style="list-style-type: none"> • Երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 a.m. – 6:30 p.m. • Բացի տոն օրերից

Եթե հարցեր ունեք ձեր Medi-Cal-ի երկարացման հետ կապված.

Կապվեք ձեր տեղական DPSS-ի գրասենյակ՝ ձեր Medi-Cal-ի գործով աշխատակցի հետ՝ **1.866.613.3777** | **TTY 1.800.660.4026** հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 a.m. – 6:30 p.m., բացի տոն օրերից:



Կարևոր հեռախոսահամարներ

- ❖ L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)**
- ❖ L.A. Care-ի 24-ժամյա Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ՝ **1.800.249.3619 (TTY 711)**
- ❖ L.A. Care-ի Համապատասխանության թեժ գիծ՝ **1.800.400.4889**
- ❖ L.A. Care/Blue Shield of California Համայնքային ռեսուրսների կենտրոններ – **1.877.287.6290**
- ❖ Medi-Cal Rx՝ **1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)** և սեղմեք 5 կամ 711
- ❖ Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժին՝ **1.800.854.7771**
- ❖ Սոցիալական ապահովության վարչության Լրացուցիչ սոցիալական եկամուտ (Social Security Administration Supplemental Social Income, SSI) **1.800.772.1213**

Կապի մեջ մնացեք

Ահա, թե ինչպես կարող եք կապի մեջ մնալ L.A. Care-ի հետ:

- ❖ Այցելեք մեր կայք՝ **lacare.org**
- ❖ Զանգահարեք Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- ❖ Մուտք գործեք L.A. Care Connect՝ **<https://members.lacare.org>**

Հետևեք մեզ սոցիալական կայքերում



- ❖ Facebook. **facebook.com/LACareHealth**
- ❖ Twitter. **twitter.com/LACareHealth**
- ❖ Instagram. **instagram.com/lacarehealth**
- ❖ YouTube. **youtube.com/user/lacarehealthplan**



Պահպանեք ձեր և ձեր ընտանիքի ապահովագրությունը

Եթե դուք անդամագրված եք Medi-Cal-ում, չմոռանաք երկարացնել այն, երբ ժամանակը գա



Medi-Cal-ն ապահովագրում է ձեր և ձեր ընտանիքի համար կենսականորեն անհրաժեշտ առողջապահական ծառայությունները, ներառյալ բժշկի այցելությունները, դեղատոմսերը, պատվաստումները, հոգեկան առողջության խնամքը և այլն:

1 Թարմացրեք ձեր կոնտակտային տվյալները

Հայտնեք ձեր անվան, հասցեի, հեռախոսահամարի և էլ. հասցեի հետ կապված նոր փոփոխությունները, որպեսզի վարչաշրջանը կարողանա կապվել ձեզ հետ:

2 Ստուգեք ձեր էլ. փոստը

Վարչաշրջանների կողմից դուք նամակ կստանաք ձեր Medi-Cal-ի իրավասության վերաբերյալ: Հնարավոր է, հարկ լինի լրացնել ժամկետի երկարացման ձևը: Եթե Ձեզ ժամկետի երկարացման ձև ուղարկեն, ներկայացրեք Ձեր տեղեկությունները փոստով, հեռախոսով, անձամբ կամ առցանց՝ **benefitscal.com** հասցեով, որպեսզի չկորցնեք ձեր ապահովագրությունը:

3 Ստեղծեք հաշիվ կամ ստուգեք ձեր BenefitsCal-ի առցանց հաշիվը

Ձեր գործի վերաբերյալ ծանուցումները ստանալու համար կարող եք գրանցվել: Ծանուցումները ստանալու համար ստեղծեք հաշիվ BenefitsCal-ում կամ, եթե արդեն ունեք, մուտք գործեք: Ժամկետի երկարացման ձևերը կամ պահանջված տեղեկությունները կարող եք ներկայացնել **benefitscal.com**. կայքում:

4 Լրացրեք ձեր ժամկետի երկարացման ձևը (եթե այն ստացել եք)

Եթե դուք ժամկետի երկարացման ձև եք ստացել, ներկայացրեք ձեր տեղեկությունները փոստով, հեռախոսով, անձամբ կամ առցանց՝ at **benefitscal.com** հասցեով, որպեսզի ձեր ապահովագրությունը չընդհատվի:



Լրացուցիչ մանրամասների և ձեր կոնտակտային տվյալները թարմացնելու համար այցելեք **benefitscal.com**

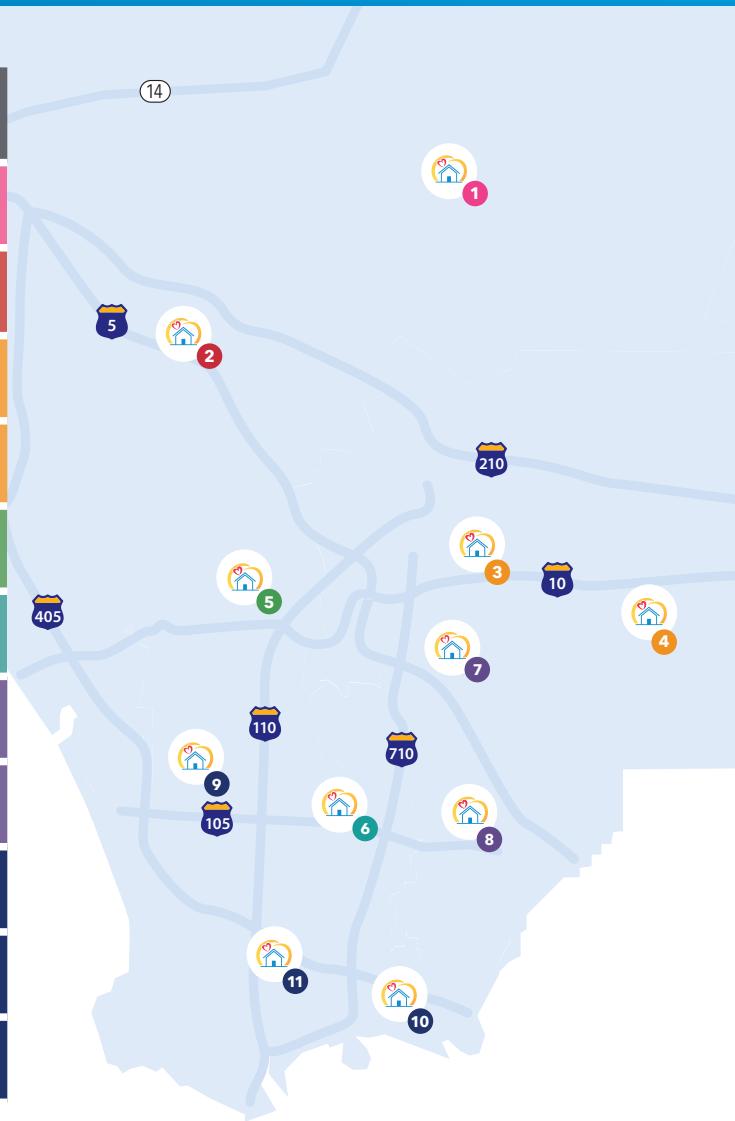
կամ

Լուս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական սպասարկման բաժին (DPSS)՝ **1.866.613.3777 (TTY 1.800.660.4026)** համարով, երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 a.m.– 6:30 p.m., բացի տոն օրերից:

Օգնություն ստացեք ձեր Medi-Cal-ի անդամագրման կամ երկարացման դիմումը լրացնելու համար

Ստորև նշված բոլոր Համայնքային ռեսուրսների կենտրոնները (CRC) առաջարկում են օգնություն Medi-Cal-ի անդամագրման և երկարացման հարցերում: Եթե ձեր Medi-Cal-ի դիմումը կամ երկարացման փաթեթը լրացնելու հարցում օգնության կարիք ունեք, զանգահարեք ստորև նշված որևէ CRC-ի՝ դիմումի աջակցողի հետ այցելություն նշանակելու համար: L.A. Care-ի CRC-ները բաց են մեր անդամների և ընդհանուր հանրության համար:

CRC-ի վայր	Հասցե և հեռախոսահամար
1. Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd, Palmdale, CA 93550 1.213.438.5580
2. Panorama City (Բացվում է 2024 թ-ի հունվարին)	7868 Van Nuys Blvd, Panorama City, CA 91402 1.213.438.5497
3. El Monte	3570 Santa Anita Avenue, El Monte, CA 91731 1.213.428.1495
4. Pomona	696 W. Holt Avenue, Pomona, CA 91768 1.909.620.1661
5. Metro L.A.	1233 S Western Avenue, Los Angeles, CA 90006 1.213.428.1457
6. Lynwood	3200 East Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262 1.310.661.3000
7. East L.A.	4801 Whittier Blvd, Los Angeles, CA 90022 1.213.438.5570
8. Norwalk	11721 Rosecrans Avenue, Norwalk, CA 90650 1.562. 651.6060
9. Inglewood	2864 W. Imperial Hwy, Inglewood, CA 90303 1.310.330.3130
10. Long Beach	5599 Atlantic Blvd, Long Beach, CA 90805 1.562.265.3130
11. Wilmington	911 North Avalon Blvd, Wilmington, CA 90744 1.213.428.1490



Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք [CommunityResourceCenterLA.org](https://www.CommunityResourceCenterLA.org) կամ զանգահարեք **1.877.287.6290** (TTY **711**)՝ երկուշաբթիից ուրբաթ, ժամը 9 a.m.-ից մինչև 5 p.m.-ը:

Սկանավորեք QR կոդը՝ ձեզ մոտակա կենտրոն գտնելու համար:

L.A. Care Medi-Cal-ի նպաստների հիմնական դրույթներ

L.A. Care Health Plan-ը տրամադրում է առողջական նպաստների համապարփակ կազմ

Ձեր նպաստների մասին լրացուցիչ մանրամասներ կարող եք գտնել Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագրքում, որը հասանելի է առցանց՝ lacare.org.

Այլ նպաստներ: Անվճար ձեզ համար:

* Սա միայն ամփոփագիրն է:

Ամբուլատոր և ընդհանուր նպաստներ և ծառայություններ

- Առաջնային խնամքի բժշկի և մասնագետի այցեր
- Ամբուլատոր վիրաբուժություն
- Հրատապ խնամք և մանրածախ կլինիկաներ
- Լաբորատոր ծառայություններ և ռենտգենյան ճառագայթներ
- Գրիպի պատվաստումներ և այլ խորհուրդ տրվող պատվաստումներ
- COVID-19-ի թեստավորում և պատվաստում
- Մայրության և նորածնի խնամք
- Ծննդաբերության և հետ-ծննդաբերության խնամք
- Բուժքույրերի և մանկաբարձների ծառայություններ
- Մանկաբարձի ծառայություններ
- Մանկաբուժական ծառայություններ (Վաղ և կանոնավոր զննում, ախտորոշում և բուժում (Early and periodic screening, diagnostic and treatment, EPSDT))
- Ուտնաբուժություն
- Քիրոպրակտիկա
- Բուժական թերապիաներ
- Դիալիզ/հեմոդիալիզ
- Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ
- Հեռաառողջապահություն
- Ընտանեկան թերապիա
- Փողոցային բժշկություն

Կանխարգելիչ և բարեկեցության նպաստներ

- Health in Motion™ ծրագիր
- Հիվանդության կառավարման ծրագրեր
- Ծխելը դադարեցնելու ծառայություններ
- Ընտանիքի պլանավորման ծառայություններ
- Համայնքային առողջապահական աշխատող

Վարքագծային առողջության ծառայություններ

- Հոգեկան հիվանդության ամբուլատոր ծառայություններ
- Ամբուլատոր և ստացիոնար մասնագիտացված հոգեկան առողջության ծառայություններ
- Թմրանյութերի օգտագործման հետ կապված խանգարումների պլեոհոլի չարաշահման զննման ամբուլատոր ծառայություններ
- Ստացիոնար կամավոր թունազերծում



 **Հիվանդանոցային ծառայություններ**

- ⦿ Ստացիոնար ծառայություններ
- ⦿ Վիրաբուժական ծառայություններ
- ⦿ Հիմնական օրգանների և հյուսվածքների փոխպատվաստում
- ⦿ Անզգայացման ծառայություններ

 **Արտակարգ իրավիճակի ծառայությունները**

- ⦿ Շտապ օգնության կայանի ծառայություններ
- ⦿ Շտապ օգնության փոխադրման ծառայություններ

 **Դեղատան նպաստներ**

- ⦿ Դեղատոմսով դուրս գրվող դեղեր (Medi-Cal Rx-ի միջոցով) **Medi-Calrx.dhcs.ca.gov**

 **Ռեաբիլիտացիոն և վերականգնողական ծառայություններ**

- ⦿ Ֆիզիկական թերապիա
- ⦿ Աշխատանքային թերապիա
- ⦿ Լսողության ծառայություններ
- ⦿ Խոսքի թերապիա
- ⦿ Լսողության ստուգումներ
- ⦿ Երկարատև բժշկական սարքավորումներ
- ⦿ Ասեղնաբուժություն
- ⦿ Տնային առողջական ծառայություններ
- ⦿ Օրթոթզեր/պրոթեզներ
- ⦿ Բժշկական պարագաներ, սարքավորումներ և սարքեր
- ⦿ Հմուտ բուժքույրական հաստատություն (մինչև 90 օր)
- ⦿ Թոքային վերականգնում

 **Այլ ծառայություններ**

- ⦿ Տեսողություն/Օպտոմետրիա
- ⦿ Փոխադրում
 - Ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրում
 - Պատգարակով միկրոավտոբուս
 - Անվասայակով միկրոավտոբուս
 - Շտապ օգնության տրանսպորտային միջոց
 - Ոչ-բժշկական փոխադրումներ
 - Մասնավոր կամ հանրային փոխադրամիջոց այն մարդկանց համար, ովքեր չունեն այլ միջոց իրենց ժամադրությանը հասնելու համար
- ⦿ Երկարաժամկետ ծառայություններ և աջակցություններ
 - Հմուտ բուժքույրական հաստատություններ (91+ օր)
 - Տան և համայնքի վրա հիմնված ծառայություններ
- ⦿ Ատամնաբուժական խնամք (Medi-Cal Dental-ի միջոցով, որը պաշտոնապես հայտնի է որպես Denti-Cal' **dhcs.ca.gov/services**)
- ⦿ Համայնքային աջակցություն

* Նպաստները ենթակա են փոփոխման և կրացուցիչ տեղեկությունների համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ 1.888.839.9909 (TTY 711) հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը կամ այցելեք lacare.org: Հնարավոր է, ձեր առողջական խնամքի մատակարարին հաստատում պահանջվի որոշ նպաստների և ծառայությունների համար:



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

Առողջ պահեք ձեր աչքերը

VSP տեսողական խնամքի միջոցով



Ձեր աչքերի առողջությունը մեր առաջնահերթությունն է: Որպես Տեսողական խնամքի անդամ՝ դուք կստանաք բուժօգնություն հիանալի ակնաբույժներից, որակյալ ակնոցներ, ներառյալ դեղատոմսով նախատեսված ոսպնյակներ և շրջանակներ և մատչելի գներով ակնաբուժություն, որպեսզի կարողանաք հստակ տեսնել և ապրել առողջ կյանքով:

Շատ կարևոր են աչքերի կանոնավոր ստուգումները

VSP®-ի միջոցով դուք կստանաք հիանալի բուժօգնություն VSP-ի ցանցային բժշկից, ներառյալ WellVision Exam® — ստուգում, որը նախատեսված է հայտնաբերելու տեսողության նշաններ և առողջական վիճակներ, ինչպիսիք են շաքարախտը և արյան բարձր ճնշումը:

Ձեր VSP նպաստից օգտվելը շատ հեշտ է



Դիտեք ձեր ապահովագրությունը: Ստուգեք ձեր անհատականացված ապահովագրության տվյալները և գտեք ներցանցային բժիշկ՝ ստեղծելով հաշիվ vsp.com կայքում՝ օգտագործելով ձեր L.A. Care Health Plan-ի ID համարը (նշված է ձեր քարտի վրա):



Գտեք ներցանցային բժիշկ: vsp.com կայքում մուտք գործեք ձեր հաշիվ, որպեսզի գտնեք ձեզ ամենամոտ Medi-Cal-ի համար VSP մասնակից մատակարարին կամ զանգահարեք VSP-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)** համարով, երկուշաբթիից շաբաթ, 6:00 a.m. - 5:00 p.m. PST (կիրակի օրերին փակ է):



Ձեր այցելության ընթացքում ասացեք, որ դուք VSP ունեք L.A. Care Health Plan-ի միջոցով: Ցույց տվեք ձեր L.A. Care Health Plan-ի քարտը այցելության ժամանակ:

Այդքան բան: Մնացածը մենք կանենք. ոչ մի լրացնելու հայցադիմում չկա, երբ տեսնեք VSP մասնակից մատակարարին:

Հարցեր ունեք: Այցելեք vsp.com կամ զանգահարեք VSP՝ **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)** համարով, երկուշաբթիից շաբաթ, 6:00 a.m. - 5:00 p.m., PST (կիրակի օրերին փակ է):

Տեղեկացված եղեք ձեր խնամքի տարբերակներից

Խնամքի տեսակներ	Մատակարարի տեսակներ	Ծառայությունների օրինակներ	Մոտավոր սպասման ժամերը
 <p>Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ</p>	<p>Արտոնագրված գրանցված բուժքույր Խոսեք բուժքրոջ հետ 24/7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ինքնուրույն խնամքի խորհուրդներ Պատասխաններ ձեր առողջապահական հարցերին Որոշել որտեղ ստանալ խնամքը 	<ul style="list-style-type: none"> Առանց սպասման ժամանակի
 <p>Առաջնային խնամք</p>	<p>Առաջնային խնամքի մատակարար (PCP) Խնամքի կարիք ունենալիս՝ նախ զանգահարեք ձեր PCP-ին</p>	<ul style="list-style-type: none"> Կանխարգելիչ խնամք Հանկարծահաս կամ կարճատև առողջական խնդիրներ Երկարատև առողջական խնդիրներ կամ հիվանդություններ՝ շաբաթախստի նման 	<ul style="list-style-type: none"> 10 աշխատանքային օր կամ ավելի քիչ Որոշ նույնօրյա այցելություններ
 <p>Վիրտուալ խնամք</p>	<p>Հեռավար առողջապահության ծառայություններ Բժշկի հետ խոսեք հեռախոսով կամ անցանց</p>	<ul style="list-style-type: none"> Մրսածություն/գրիպ/տենդ Ցաներ Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) Շնչառական (սուլոց/հագ) Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) Մանր վնասվածքները 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեններից ժամեր
 <p>Հրատապ խնամք</p>	<p>Մանրածախ կլինիկաներ Տեղակայված մանրածախ դեղատանը և անձնակազմի մեջ կա առաջնային խնամք տրամադրող բուժքույր</p> <p>Հրատապ խնամքի կենտրոն Բժիշկներից ստացեք նույնօրյա խնամք, նույնիսկ աշխատանքային ժամերից հետո և շաբաթ, կիրակի օրերին</p>	<ul style="list-style-type: none"> Մրսածություն/գրիպ/տենդ Ցաներ Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) Շնչառական (սուլոց/հագ) Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) Մանր վնասվածքները 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեններից ժամեր Հերթագրեք այց և առցանց ստուգեք առանց հերթագրման սպասելու մոտավոր ժամերը Ռոպեններից ժամեր
 <p>Շտապ օգնություն</p>	<p>Շտապ օգնության կայան Խնամք կյանքին սպառնացող վիճակների համար: ER կայանը մի օգտագործեք սովորական խնամքի կամ թեթև հիվանդության համար</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ցավեր կամ կրծքավանդակում Տեսողության հանկարծակի փոփոխություններ Տկարություն/խոսելու դժվարություն 	<ul style="list-style-type: none"> Սպասումը կախված է ձեր հիվանդության/վնասվածքի սաստկությունից

Ծախսերի կամ այս ծառայություններից օգտվելու եղանակի մասին հավելյալ տեղեկության համար այցելեք՝ [lacare.org/members/getting-care](https://www.lacare.org/members/getting-care) կամ զանգահարեք ձեր Անդամի ID քարտի դարձակողմում գտնվող համարով:

Եթե հավելյալ օգնության կարիք ունեք, դիմեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

COVID-19, Գրիպ և շնչառական սինցիցիալ վիրուս (RSV) Կանխարգելում և խնամք

Պաշտպանեք ձեզ և ձեր հարազատներին պատվաստանյութերի միջոցով:

COVID-19-ը, գրիպը և RSV-ը շատ վարակիչ վիրուսներ են: Այս վիրուսները փոխանցվում են մարդուց մարդու և առաջացնում լուրջ հիվանդություններ, ինչպես՝ թոքերի վարակը, երկարատև COVID-ը, հիվանդանոցային բուժումը և մահը:

Առողջապահության բոլոր գործակալությունները և L.A. Care-ը խորհուրդ են տալիս, որ բոլոր իրավասու անձինք ստանան COVID-19-ի, գրիպի և RSV-ի պատվաստանյութեր և/կամ խթանիչներ:

- ❖ **Իրավասությունը.** COVID-19-ի և գրիպի պատվաստանյութերը հասանելի են վեց ամսական և ավելի մեծ տարիքի բոլոր անձանց համար: RSV-ի պատվաստանյութն այժմ հասանելի է շատ փոքր երեխաների և մեծահասակների համար, ովքեր իրավասու են: Պատվաստվելը ձեզ և ձեր հարազատներին պաշտպանելու լավագույն միջոցներից մեկն է:
- ❖ **Հասանելիությունը.** COVID-19-ի և գրիպի պատվաստումները հասանելի են դեղատների մեծ մասում և ձեր առաջնային խնամքի մատակարարի գրասենյակում կամ այցելեք [lacare.org/flu](https://www.lacare.org/flu) կայքը՝ համայնքում գրիպի անվճար պատվաստումներ գտնելու համար: RSV-ի պատվաստանյութը հիմնականում հասանելի է նորածինների և փոքր երեխաների համար, ուստի պետք է ճշտեք ձեր մատակարարից՝ արդյոք RSV-ի պատվաստանյութը հասանելի է և դուք իրավասու եք դրա համար: Ավելի մեծ տարիքի չափահաս անձանց համար RSV-ի պատվաստանյութի համար անհրաժեշտ է նախօրոք լիազորում:
- ❖ **Արժեքը.** L.A. Care Medi-Cal-ի իրավասու անդամների համար ոչ մի ծախս չի պահանջվում COVID-19-ի, գրիպի և RSV-ի պատվաստանյութեր կամ դեղամիջոցներ ստանալու համար:
- ❖ **Կողմնակի ազդեցությունները.** Պատվաստանյութերը ձեզ չեն վարակում COVID-19 վիրուսով: Կլինիկական փորձարկումների ընթացքում այս պատվաստանյութերի տարածված կողմնակի ազդեցություններն են՝ ցավ ներարկման տեղում, հոգնածություն, գլխացավ, մկանների և հոդերի ցավ, դող և մեղմ տենդ: Սովորաբար, կողմնակի ազդեցությունները մեղմ են և անցնում են մեկ կամ երկու օր հետո, մինչդեռ պատվաստանյութերի առավելությունները մնում են:



Պաշտպանված եղեք:

- Ծածկեք ձեր հագը և փոշոտոցը անձեռոցիկով կամ հագացեք և փոշոտացեք ձեր արմունկի մեջ
- Հաճախակի լվացեք ձեռքերն օճառով
- Հիվանդության դեպքում և մինչև ախտանիշները չանցնեն մի գնացեք աշխատանքի կամ դպրոց
- Անհրաժեշտության դեպքում դիմակ կրեք

Բուժվեք

Եթե ձեր COVID-19-ի թեստը դրական է կամ գրիպ եք, կարող եք խնդրել ձեր մատակարարին դեղամիջոցներ նշանակել այս վարակների բուժման համար: Այս դեղերը կարող են սահմանափակել վարակի տևողությունը և ծանրությունը և նվազեցնել ծանր հիվանդանալու հավանական ռիսկը:

Հարցեր ունեք COVID-19-ի, գրիպի կամ RSV-ի վերաբերյալ:

Եթե հարցեր ունեք այս պատվաստանյութերի վերաբերյալ կամ, եթե լրացուցիչ տեղեկություններ եք ցանկանում հասանելի դեղամիջոցների մասին, դիմեք ձեր առաջնային խնամքի մատակարարին կամ այցելեք [lacare.org/vaccine](https://www.lacare.org/vaccine):

RSV-ի վերաբերյալ լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք <http://publichealth.lacounty.gov/acd/diseases/RSV.html>

Ստացեք COVID-19-ի և գրիպի ձեր ԱՆՎՃԱՐ պատվաստումն այսօր:



Դիմեք ձեր առաջնային խնամքի բժշկին (PCP)՝ այցելություն հերթագրելու համար: Կարող եք նաև գնալ տարածքի դեղատուն: Այցելություն նշանակել հարկավոր չէ: Ցույց տվեք նրանց Ձեր L.A. Care ID քարտը և ստացեք Ձեր անվճար գրիպի պատվաստումը: Եթե այլ օգնության կարիք ունեք, դիմեք մեր Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** համարով:



Ինչպես օգտվել

L.A. Care-ի Medi-Cal-ի
Անդամի նյութերը

L.A. Care Health Plan-ը ձեզ տեղեկություն է տրամադրում ձեր Medi-Cal-ի նպաստների, ապահովագրված դեղերի և L.A. Care-ի հետ աշխատող բժիշկների մասին: Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագիրքը, Մատակարարների հասցեագիրքը, Դեղատների դեղացանկը (Medi-Cal Rx) և Medi-Cal-ը երեխաների և դեռահասների համար և անդամների այլ տեղեկատվական նյութերը հեշտ է տեսնել կամ տպել:



lacare.org | օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր

Medi-Cal-ի Անդամների տեղեկատվական նյութերը տեսնելու և տպելու համար կարող եք այցելել L.A. Care-ի կայքը և սեղմել Member Materials (Անդամի նյութեր) (Medi-Cal) հղումը՝ <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>:



Սովորական աշխատանքային ժամերի ընթացքում

Այցելեք L.A. Care-ի/Blue Shield of California-ի Համայնքային ռեսուրս կենտրոններից մեկը՝ Անդամի նյութերի տպագիր օրինակները ստանալու հարցում օգնություն ստանալու համար կամ, որպեսզի հաճախորդների սպասարկման ներկայացուցիչը պատասխանի ձեր հարցերին, թե ինչպես օգտվել ձեր նոր Medi-Cal-ի նպաստներից:



1.888.839.9909 (TTY 711)

Օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ՝ տոն օրերը

L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման անձնակազմից որևէ մեկը կարող է օգնել Ձեզ Անդամի տեղեկագիրքը, Մատակարարների հասցեագիրքը և Դեղատան դեղերի դեղացանկը (Medi-Cal Rx) ձեռք բերելու հարցում:

Այս տեղեկություններն այլ լեզվով կամ այլընտրանքային ձևաչափով, օրինակ՝ խոշոր տառերով, ձայնագրված կամ Բրեյլի լեզվով ստանալու համար խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

Խտրականության բացառման ծանուցագիր



Խտրականությունը անօրինական է: L.A. Care Health Plan-ը հետևում է քաղաքացիական իրավունքների նահանգային և դաշնային օրենքներին: L.A. Care Health Plan-ը ապօրինաբար խտրականություն չի դնում, չի բացառում մարդկանց կամ նրանց հետ այլ ձևով չի վարվում սեռի, ցեղի, գույնի, կրոնի, ծագման, ազգային ծագման, էթնիկական խմբի նույնականացման, տարիքի, հոգեկան հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, առողջական վիճակի, գենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, գենդերային, սեռական ինքնության կամ սեռական հակումների պատճառով:

L.A. Care Health Plan-ը մատուցում է՝

- Անվճար օգնություն և ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց՝ նրանց օգնելու համար արդյունավետ հաղորդակցվել, ինչպես օրինակ՝
 - ✓ Նշանների լեզվի որակավորված բանավոր թարգմանիչներ
 - ✓ Գրավոր տեղեկատվություն այլ ձևաչափերով (խոշոր տառատեսակ, ձայնագրություն, էլեկտրոնային մատչելի ձևաչափեր, այլ ձևաչափեր)
- Անվճար լեզվական ծառայություններ այն մարդկանց համար, ում առաջնային լեզուն անգլերենը չէ, ինչպես օրինակ՝
 - ✓ Որակավորված բանավոր թարգմանիչներ
 - ✓ Գրավոր տեղեկատվություն այլ լեզուներով

Եթե այս ծառայությունների կարիքն ունեք, կապվեք L.A. Care Health Plan-ի հետ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, այդ թվում տոն օրերին՝ զանգահարելով **1.888.839.9909**: Եթե լավ չեք խոսում կամ լավ չեք լսում, զանգահարեք՝ **TTY 711**: Ըստ պահանջի՝ այս փաստաթուղթը կարող եք ստանալ Բրեյլի այբուբենով, խոշոր տառատեսակով, ձայնագրությամբ կամ էլեկտրոնային եղանակով: Այս այլընտրանքային ձևաչափերից որևէ մեկով օրինակ ստանալու համար զանգահարեք կամ գրեք:

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
1055 West 7th Street, 10th Floor
Los Angeles, CA 90017
1.888.839.9909
TTY: 711

ML2502 08/21



ԻՆՉՊԵՍ ՆԵՐԿԱՅԱՑՆԵԼ ԲՈՂՈՔ ՔԱՂԱՔԱՑԻԱԿԱՆ ԻՐԱՎՈՒՆՔՆԵՐԻ ՀԵՏ ԿԱՊՎԱԾ

Եթե համոզված եք, որ L.A. Care Health Plan-ին չի հաջողվել այս ծառայությունները մատուցել, կամ ապօրինաբար խտրականություն է գործադրել մի ուրիշ ճանապարհով՝ սեռի, ցեղի, գույնի, կրոնի, նախնիների, ազգային ծագման, ազգային խմբերի նույնականացման, տարիքի, հոգեկան հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, բժշկական վիճակի, գենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, գենտերի, սեռական ինքնության կամ սեռական հակումների հիմքի վրա, կարող եք բողոք ներկայացնել L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության գլխավոր տնօրենին: Դուք կարող եք քաղաքացիական իրավունքների բողոք ներկայացնել հեռախոսով, գրավոր, անձամբ կամ էլեկտրոնային ձևով:

- **Հեռախոսով** կապվեք L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության տնօրենի հետ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, այդ թվում տոն օրերին՝ զանգահարելով **1.888.839.9909**: Կամ, եթե լավ չեք տեսնում կամ լսում, Հեռագրամեքենայով զանգահարեք **TTY 711**:
- **Գրավոր**. լրացրեք գանգատի ձևաթուղթը կամ գրեք նամակ և ուղարկեք հետևյալ հասցեով:

L.A. Care Health Plan
Chief Compliance Officer
1055 West 7th Street, 10th Floor
Los Angeles, CA 90017

Էլ. փոստով՝ civilrightscoordinator@lacare.org

- **Անձամբ**. Այցելեք ձեր բժշկի գրասենյակ կամ L.A. Care Health Plan ու ասեք, որ ցանկանում եք ներկայացնել քաղաքացիական իրավունքների բողոք:
- **Էլեկտրոնային եղանակով**. Այցելեք L.A. Care Health Plan-ի կայք՝ www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form կամ էլ. նամակ ուղարկեք civilrightscoordinator@lacare.org. հասցեին:

ՔԱՂԱՔԱՑԻԱԿԱՆ ԻՐԱՎՈՒՆՔՆԵՐԻ ԳՐԱՍԵՆՅԱԿ

– ԿԱԼԻՖՈՐՆԻԱՅԻ ԱՌՈՂՋԱԿԱՆ ԽՆԱՄՔԻ ՍՊԱՍԱՐԿՄԱՆ ԲԱԺԻՆ

Դուք կարող եք նաև քաղաքացիական իրավունքների զանգատ ներկայացնել Կալիֆորնիայի Առողջական խնամքի սպասարկման բաժնի (Department of Health Care Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ (Office of Civil Rights)՝ հեռախոսով, գրավոր կամ էլեկտրոնային եղանակով.

- **Հեռախոսով՝** զանգահարեք **1.916.440.7370**: Եթե լավ չեք խոսում կամ լսում, խնդրում ենք զանգահարել 711 (**Հեռահաղորդակցությունների փոխանցման ծառայություն**):
- **Գրավոր**. Լրացրեք բողոքի ձև կամ ուղարկեք նամակ հետևյալ հասցեով.

Deputy Director, Office of Civil Rights
Department of Health Care Services
Office of Civil Rights
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413

Գանգատի ձևերը հասանելի են՝
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.

- **Էլեկտրոնային եղանակով**. էլ. նամակ ուղարկեք՝ CivilRights@dhcs.ca.gov:

ՔԱՂԱՔԱՑԻԱԿԱՆ ԻՐԱՎՈՒՆՔՆԵՐԻ ԳՐԱՍԵՆՅԱԿ - ԱՄՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹՅԱՆ և ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԾԱՌԱՎԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

Եթե համոզված եք, որ ձեր դեմ խտրականություն է գործադրվել ցեղի, գույնի, ազգային ծագման, տարիքի, հաշմանդամության կամ սեռի հիմքի վրա, կարող եք նաև քաղաքացիական իրավունքների զանգատ ներկայացնել ԱՄՆ Առողջապահության և հանրային ծառայությունների դեպարտամենտ (U.S. Department of Health and Human Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ հեռախոսով, գրավոր կամ էլեկտրոնային միջոցով.

- **Հեռախոսով**. զանգահարեք **1.800.368.1019** հեռախոսահամարով: Եթե լավ չեք լսում կամ խոսում, խնդրում ենք զանգահարել **TTY/TDD 1.800.537.7697** հեռախոսահամարով:
- **Գրավոր**. Լրացրեք բողոքի ձև կամ ուղարկեք նամակ հետևյալ հասցեով.

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201

Բողոքի ձևերը հասանելի են հետևյալ կայքում՝ <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>:

- **Էլեկտրոնային եղանակով**. այցելեք Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակի բողոքների պորտալը՝ <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>:

Լեզվական աջակցություն

English

ATTENTION: If you need help in your language call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. These services are free of charge.

Spanish

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Estos servicios son gratuitos.

Arabic

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة برايل والخط الكبير. اتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** هذه الخدمات مجانية.

Armenian

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

Cambodian

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬ ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រីន ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

Chinese

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如文盲和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。这些服务都是免费的。

Farsi

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با **1.888.839.9909 (TTY 711)** تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با **1.888.839.9909 (TTY 711)** تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

Hindi

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। ये सेवाएं निः शुल्क हैं।

Hmong

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

Japanese

注意日本語での対応が必要な場合は **1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。**1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。



Korean

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 **1.888.839.9909**(TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1.888.839.9909**(TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

Laotian

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນ ອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiex longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux **1.888.839.9909** (TTY 711). Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hlou mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx **1.888.839.9909** (TTY 711). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

Panjabi

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909** (TTY 711). ਅਪਾਰਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909** (TTY 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Russian

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру **1.888.839.9909** (TTY 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру **1.888.839.9909** (TTY 711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Tagalog

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1.888.839.9909** (TTY 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1.888.839.9909** (TTY 711). Libre ang mga serbisyong ito.

Thai

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1.888.839.9909** (TTY 711) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1.888.839.9909** (TTY 711) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Ukrainian

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер **1.888.839.9909** (TTY 711). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер **1.888.839.9909** (TTY 711). Ці послуги безкоштовні.

Vietnamese

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số **1.888.839.9909** (TTY 711). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số **1.888.839.9909** (TTY 711). Các dịch vụ này đều miễn phí.



L.A. Care[®]
Medi-Cal



 1.888.839.9909 | TTY 711  [lacare.org](https://www.lacare.org)