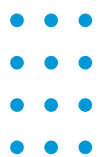




L.A. Care.
Medi-Cal



Gabay sa Bagong Miyembro ng Medi-Cal

2024

Talaan ng Mga Nilalaman

Mensahe mula sa L.A. Care.....	1
Matuto Tungkol sa Iyong Planong Medi-Cal.....	2
Manatiling Konektado.....	7
Pag-renew ng Medi-Cal.....	8
Panatilihin ang Saklaw.....	9
Tulong sa Pag-renew ng CRC.....	10
Pangangalaga sa Paningin.....	11
Mga Tampok ng Mga Benepisyo.....	12
Alamin ang Mga Opsyon ng Iyong Pangangalaga.....	14
Mga Karagdagang Paraan para Makakuha ng Pangangalaga.....	15
Paano Maa-access ang Mga Materyales ng Miyembro	16
Abiso sa Hindi Pandidiskrimina.....	17
Tulong sa Wika.....	20





Minamahal na Miyembro,

Binabati ka namin sa pagsali sa L.A. Care Health Plan (L.A. Care). Mahalaga sa amin ang iyong kalusugan at narito kami para tumulong sa iyo na makuha ang pangangalagang pangkalusugan na kailangan mo. Ito ang iyong Welcome Packet ng Bagong Miyembro. Kasama rito ang mahahalagang impormasyon tungkol sa iyong mga benepisyo sa plano, mga materyales ng miyembro at makakatulong na mga mapagkukunan.

Hindi lang narito ang L.A. Care para sa iyo kapag nagkakasakit ka. Gusto naming maging mabuti ang inyong pakiramdam at manatiling malusog. Narito ang L.A. Care para sa iyo sa panahon ng pangangailangan. Tutulungan ka namin para makamit ang iyong mga layunin sa kalusugan sa pamamagitan ng:

- Pagbibigay sa iyo ng mga tip sa kalusugan at magbahagi ng impormasyon tungkol sa mga programa para matulungan kang pamahalaan ang iyong kalusugan
- Pag-update namin sa iyo ng mga pagbabago sa iyong mga benepisyo
- Paghingi sa iyo ng impormasyon tungkol sa iyong kalusugan para matulungan kang manatiling malusog

Kung mayroon kang anumang tanong, may espesyal na pangangailangan sa pangangalagang pangkalusugan o kailangan mo ng tulong sa pagtatakda ng mga serbisyo, tutulungan ka namin. Mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday. Libre ang mga tawag na ito. Tawagan mo kami kung kailangan mo ang impormasyon sa paketeng ito sa ibang wika o format (malalaking titik o audio).

Muli, binabati ka namin sa pagsali sa L.A. Care!

Taos-puso,
L.A. Care Health Plan

Matuto tungkol sa iyong Planong Medi-Cal



Pagsisimula bilang isang miyembro ng L.A. Care

Bilang bagong miyembro, narito ang ilang makakatulong na mga tip:

Tip 1: Repasuhin ang iyong Handbook ng Miyembro

("Ano ang Kailangan Mong Malaman Tungkol sa Iyong Mga Benepisyo")

Naglalaman ang iyong Handbook ng Miyembro ng mahahalagang impormasyon tungkol sa L.A. Care:

- Ang iyong mga karapatan at pananagutan
- Mahahalagang numero ng telepono
- Mga saklaw na benepisyo at serbisyo
- Paano baguhin ang iyong provider ng pangunahing pangangalaga (Primary Care Provider, PCP)

Sasabihin din nito sa iyo kung paano ma-access ang:


- Pang-iwas, agaran at pang-emergency na pangangalagang pangkalusugan

- Mga espesyalista sa kalusugan ng mga babae para sa karaniwan at pangangalagang pang-iwas
- Tulong sa wika at mga interpreter
- Mga benepisyo sa parmasya at kung paano mo makukuha ang gamot na iyong kailangan
- Mga serbisyo sa medikal na transportasyon na hindi pang medikal at hindi pang-emergency
- Mga programa sa pamamahala sa pangangalaga at pamamahala sa sakit
- 24 na Oras na Nurse Advice Line

Kasama sa pakete na ito ang isang Handbook ng Miyembro. Maaari mo ring mahanap ang Handbook ng Miyembro sa iyong wika sa <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal> o maaari kang humiling ng naka-print na kopya ng iyong Handbook ng Miyembro sa alinman sa mga available na wika sa pamamagitan ng pagtawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1.888.839.9909** (TTY **711**).

Tip 2: Suriin ang iyong ID card ng miyembro

Hiwalay ding ipapadala sa koreo ang inyong ID card ng miyembro. Kasama sa iyong ID card ang sumusunod na impormasyon:



lacare.org

Name: _____
Member ID: _____ Effective Date: _____

PCP/Clinic: _____
PCP/Clinic Phone: _____
Medical Group: _____

This card is for identification purposes only and does not constitute proof of eligibility.

Member Services: **1.888.839.9909** (TTY 711)
Mental Health: **1.877.344.2858** (TTY 711)
Substance Use Disorder Services: **1.844.804.7500** (TTY 711)
24-Hour Nurse Advice Line: **1.800.249.3619** (TTY 711)
Medi-Cal Rx: **1.800.977.2273** (TTY 711)

If you think you have a medical or psychiatric emergency, call 911 or go to the nearest hospital. Emergency services are covered by L.A. Care Health Plan without prior authorization at no cost.

Provider information: Pre-authorization is required for all non-emergency hospital admissions. Call **1.877.431.2273**.
Emergency services rendered by non-contracted providers are reimbursable by L.A. Care Health Plan or its financially delegated entity and do not require prior authorization.

Access your personal online account with L.A. Care Connect™: members.lacare.org

- Ang pangalan ng iyong planong pangkalusugan: L.A. Care
- Numero ng iyong ID ng miyembro
- Iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP) at kanyang numero
- Iyong Grupong Medikal (kung mayroon ka)
- Numero ng telepono ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care at iba pang mahahalagang impormasyon at mga numero ng telepono

Dalhin palagi ang iyong ID card ng miyembro sa lahat ng oras. Laging tandaan na ipakita ang iyong ID card ng miyembro tuwing makakakuha ka ng mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan. Kung hindi mo nakuha ang iyong ID card ng miyembro o mayroon kang anumang tanong, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.888.839.9909** (TTY 711), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Tip 3: Gumawa ng appointment sa iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga (PCP) sa lalong madaling panahon hangga't maaari

Ang iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga (PCP) ay ang iyong pangunahing doktor at ang unang taong pupuntahan mo kapag may problema ka sa kalusugan. Tinitiyak nila na makukuha mo ang tamang pangangalaga sa tamang lugar at sa tamang oras.

Mahalaga ang mga regular na pagpapatingin sa iyong PCP para matulungan kang manatiling malusog. Kahit wala kang sakit, hinihiling namin sa lahat ng bagong miyembro na magpatingin sa kanilang PCP sa loob ng unang 1 – 3 buwan ng pagsali sa L.A. Care.

Napakahalaga ng unang pagpapatingin o paunang appointment sa kalusugan (Initial Health Appointment, IHA) sa iyong PCP dahil ang PCP ay:

- Kikilalanin ka at pag-uusapan ang tungkol sa iyong kalusugan
- Aalamin ang iyong medikal na kasaysayan
- Bibigyan ka ng pisikal na pagsusuri
- Bibigyan ka ng impormasyong pangkalusugan at mga serbisyong maaaring kailanganin mo
- Tutulungan kang maunawaan ang iyong mga pangangailangan sa kalusugan
- Tuturoan ka sa mga paraan para mapabuti ang iyong kalusugan o tulungan ka para manatili kang malusog

Lagi mong tandaan, may karapatan kang baguhin ang iyong PCP anumang oras. Dapat kang pumili ng PCP na nasa network ng provider ng L.A. Care at tumatanggap ng mga bagong pasyente.

Kung pipili ka ng bagong PCP, siya ang magiging iyong PCP sa unang araw ng susunod na buwan pagkatapos mong magawa ang pagbabago. Kung gusto mong palitan ang iyong PCP, maaari kang tumawag sa **1.888.839.9909** (TTY 711), gumawa ng account ng L.A. Care Connect, o maaari mong gamitin ang aming online na tool na “Find a Doctor or Hospital (Maghanap ng Doktor o Ospital)” sa **lacare.org**.

Kapag ginagamit ang online na tool, sundin ang mga hakbang na ito:

- 1) Piliin ang Medi-Cal
- 2) Pumili mula sa mga sumusunod: “Lokasyon, Detalye ng Provider at/o Saklaw at Mga Kinakailangan sa Pangangalaga”
- 3) Maaari kang maghanap ng Mga Provider na may ilang filter kabilang ang, ngunit hindi limitado sa:
 - Lokasyon
 - Pagiging Naa-access ng Pasilidad
 - Detalye ng Provider – gender
 - Pangalan ng Provider
 - Wika na ginagamit ng Provider
 - Network
 - Espesyalidad
- 4) Piliin ang “Find a Provider (Maghanap ng Provider)”

Tip 4: Mayroon ka bang access sa Internet? Kung gayon, mag sign up ka para sa L.A. Care Connect (ang iyong online account ng miyembro)

Para mapadali ang iyong karanasan, maaari kang gumawa ng online na account ng miyembro sa L.A. Care Connect para sa mga impormasyon at serbisyo. Ang L.A. Care Connect ang iyong online na portal ng miyembro.

Para makapagsimula, gumawa ng account online sa pamamagitan ng pagsunod sa mga hakbang na ito:

- 1) Pumunta sa <https://members.lacare.org>
- 2) I-click ang “Create an Account (Gumawa ng Account)” sa ilalim ng Submit (Ipasa) na button
 - Kakailanganin mo ang iyong numero ng ID ng miyembro at balidong e-mail address para makagawa ng account (ang iyong numero ng ID ng miyembro ay nasa iyong ID card ng miyembro).

Gamit ang iyong account sa L.A. Care Connect, maaari mong:

- I-print o tingnan ang iyong ID card ng miyembro para magamit sa tanggapan ng iyong doktor o sa parmasya

- Tingnan ang iyong impormasyon sa pangangalagang pangkalusugan kasama ang pagiging kwalipikado
- I-chat nang live kasama ng nars sa oras na maginhawa para sa iyo
- Ikonekta sa *My Health in Motion™* para sa mga programang iniayon sa iyong mga pangangailangan sa kalusugan
- Higit sa 24/7 na Mga Serbisyo: maghanap ng doktor, humiling na palitan ang iyong doktor, hanapin ang Direktoryo ng Provider o makipag-ugnayan sa amin – magagawa ang lahat sa isang pindot lang sa button

Tip 5: Repasuhin ang mahahalagang mapagkukunan ng miyembro na maaaring ma-access sa elektronikong format sa website ng lacare.org, tulad ng:

- Direktoryo ng Provider: <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>
- Formulary ng Gamot sa Parmasya (sa pamamagitan ng Medi-Cal Rx): <https://www.lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services>
- Mga Brochure ng Medi-Cal para sa Mga Bata at Kabataan/Mga Liham: <https://www.lacare.org/members/getting-care/routine-exams>

Tip 6: Kumpletuhin ang Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan at Form ng Impormasyong Pangkalusugan

Maaari kang makatanggap ng ilang survey ng pagtatasa mula sa L.A. Care. Ang **Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan (HRA)** ay isang survey sa kalusugan na makakatulong sa amin para maibigay ang pangangalaga na iyong kailangan. Salamat sa paglaan ng oras para kumpletuhin ang mahalagang survey na ito. Maaari kang makatanggap ng tawag mula sa amin para makumpleto ang HRA.

Maaari mong matanggap sa pamamagitan ng koreo ang isa pang pagtatasa, ito ang **Form ng Impormasyong Pangkalusugan (HIF)**. Ito ay isang maikli at sampung tanong na survey sa kalusugan na hinihiling namin sa lahat ng bagong miyembro na makumpleto. Ginagamit namin ang impormasyong ito para matulungan kang makuha ang pangangalagang kailangan mo. Maaari kang makatanggap ng tawag mula sa amin na nagpapaalala sa iyo na kumpletuhin ang form na ito.

Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal

Ano ang Medi-Cal?

- ❖ Ang Medi-Cal (Programang Medicaid ng California) ay isang pampublikong programang pangkalusugan na nagbibigay ng saklaw sa pangangalagang pangkalusugan para sa mga indibidwal at pamilyang mababa ang kita na nakakatugon sa mga tinukoy na kinakailangan sa pagiging kwalipikado
- ❖ Nag-aalok ang Medi-Cal ng walang bayad at murang saklaw sa kalusugan sa mga kwalipikadong taong nakatira sa California

Ano ang Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal?

- ❖ Ang Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal ay isang organisadong sistema para matulungan ang mga miyembro na makakuha ng de-kalidad na pangangalaga at manatiling malusog
- ❖ Tumutulong ang mga planong pangkalusugan ng Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal sa mga miyembro na makahanap ng mga doktor, parmasya, at mga programa sa edukasyon sa kalusugan
- ❖ Nag-aalok din ng pagsasaayos ng pangangalaga ang mga planong pangkalusugan ng Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal, mga referral sa mga espesyalista, 24 na oras na mga serbisyo sa telepono para sa payo ng nars at tulong sa Mga Serbisyo sa Miyembro na available nang 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo (kasama ang mga holiday)

Ano ang L.A. Care Medi-Cal?

- ❖ Nagbibigay ang Ang L.A. Care Medi-Cal ng saklaw sa pangangalagang pangkalusugan sa mga nasa hustong gulang, pamilya, nakatatandang nasa hustong gulang at taong may kapansanan na nakakatugon sa mga kinakailangan sa kita
- ❖ Ang mga taong nasa pinamamahalaang pangangalaga ay dapat magpatingin sa mga doktor na nakikipagtulungan sa kanilang planong pangkalusugan at sa kanilang grupong medikal (kung mayroon sila)

Mga Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad

Ang Mga Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad (Community Resource Centers, CRC) ng L.A. Care ay magkakasamang pinapatakbo ng Blue Shield of California Promise Health Plan at nag-aalok ng maraming libreng serbisyo at mapagkukunan na iniayon sa mga miyembro at sa komunidad na may kaugnayan sa kalusugan at kagalingan

Kabilang sa mga serbisyong inaalok ang:

- ❖ Libreng mga klase sa kalusugan at kagalingan para sa mga nasa hustong gulang at bata at mga klase para makatulong na pamahalaan ang mga hindi gumagaling na kondisyon
- ❖ Libreng WiFi para sa mga serbisyong telehealth
- ❖ Suporta sa pagpapatala at pag-renew ng Medi-Cal
- ❖ Tulong sa mga serbisyong panlipunan
- ❖ Pag-uugnay at mga referral sa mga lokal na mapagkukunan ng komunidad
- ❖ Mga screening sa kalusugan, tulong sa pagkain at mga kaganapan sa komunidad sa buong taon

Maaari mong malaman ang tungkol sa iyong mga benepisyo sa Medi Cal sa pamamagitan ng pag-sign up para sa oryentasyon ng bagong miyembro sa iyong lokal na CRC. Pagkatapos ng oryentasyon, magagawa mong:

- ❖ Maunawaan ang iyong mga benepisyo
- ❖ Humiling ng isang ID card
- ❖ Piliin o baguhin ang iyong doktor
- ❖ Alamin kung paano punan ang mga reseta
- ❖ Maunawaan ang agarang pangangalagang pangkalusugan
- ❖ Maunawaan ang iyong mga karapatan at pananagutan

Pumunta sa oryentasyon ng bagong miyembro sa Resource Center ng Komunidad ng L.A. Care at Blue Shield Promise at makakuha ng \$10 na gift card.

LIBRE ang lahat ng serbisyo ng CRC at bukas para sa iyo at sa sinuman sa komunidad. Pumunta sa www.communityresourcecenterla.org para sa lokasyon/mga address, mga numero ng telepono, oras ng operasyon at kalendaryo ng mga kaganapan ng CRC.

Maaari kang mag-iskedyul ng appointment sa pamamagitan ng pagbisita sa

www.communityresourcecenterla.org at paggamit ng online na tool sa pag-iiskedyul o sa pamamagitan ng pagtawag sa **1.877.287.6290** (TTY 711).

Mga Serbisyo sa Edukasyon sa Kalusugan

Nag-aalok ang L.A. Care ng maraming serbisyo, programa at mapagkukunan ng edukasyon sa kalusugan Kasama sa ilang mapagkukunang ito ang:

- Nurse Advice Line (**1.800.249.3619 TTY 711**)
- Indibidwal na pagpapayo sa pamamagitan ng telepono sa mga rehistradong dietitian o tagapagturo ng kalusugan
- Mga appointment sa panggrupong kagalingan sa komunidad
- Mga online na workshop, paggana ng chat at mga video sa pamamagitan ng aming portal ng kalusugan at kagalingan na *My Health in Motion™*
- Sariling pamamahala at pag-iwas sa diabetes
- Therapy sa Medikal na Nutrisyon para sa mga piling kondisyon
- Mga Iniangkop na Pagkaing Medikal
- Labanan ang Trangkaso
- Mga espesyal na programa para sa mga ina at sanggol
- Tulong sa pagtigil sa pagtabako
- Mga madaling basahing nakasulat na materyales sa gusto mong wika at format

Wala kang babayaran sa lahat ng serbisyo sa edukasyon sa kalusugan. Para matuto ng higit pa, tumawag sa **1.855.856.6943 (TTY 711)** Lunes – Biyernes mula 8:00 a.m. - 5:00 p.m. o pumunta sa **lacare.org/healthy-living**.

Link ng Komunidad

- Tinutulungan ng Link ng Komunidad ng L.A. Care ang mga miyembro na kumonekta sa mga ahensya ng komunidad para sa tulong sa pabahay, pagkain, mga bayarin, at marami pang iba
- Bisitahin ang **communitylink.lacare.org** para maghanap ng mga libre o pinamurang serbisyo at sagutan ang Survey sa Mga Panlipunang Salik sa Kalusugan

Mga Libreng Serbisyo ng Interpreter

- Maaari kang magkaroon ng karapatang makakuha ng interpreter kapag nakikipag-usap ka sa iyong doktor
- Nag-aalok ang L.A. Care ng mga libreng serbisyo ng interpreter sa wikang ginagamit mo, kasama ang American Sign Language
- Hindi mo kailangang gumamit ng miyembro ng pamilya o kaibigan bilang interpreter, maliban sa isang emergency
- Para humiling ng interpreter, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, sa **1.888.839.9909 (TTY 711)** ng hindi bababa sa 10 - 15 araw bago ang iyong pagpapatingin

Mangyaring ihanda ang sumusunod na impormasyon kapag tatawag ka:

- Iyong pangalan
- Iyong numero ng ID ng miyembro ng L.A. Care
- Petsa at oras ng iyong appointment
- Pangalan ng doktor
- Address at numero ng telepono ng doktor

Kung nagbago ang iyong appointment o kinansela ito, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa lalong madaling panahon

Manatiling Nakakonekta

Mahahalagang Numero

- ❖ Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care
1.888.839.9909 (TTY **711**)
- ❖ 24 na Oras na Nurse Advice Line ng L.A. Care
1.800.249.3619 (TTY **711**)
- ❖ Compliance Helpline ng L.A. Care **1.800.400.4889**
- ❖ Mga Resource Center ng Komunidad ng L.A. Care/
Blue Shield ng California – **1.877.287.6290**
- ❖ Medi-Cal Rx sa **1.800.977.2273**
(TTY **1.800.977.2273**) at pindutin ang 5 o **711**
- ❖ Departamento ng Kalusugan ng Pag-iisip
ng Los Angeles County **1.800.854.7771**
- ❖ Pandagdag na Panlipunang Kita (Supplemental
Social Income, SSI) ng Social Security Administration
1.800.772.1213

Narito ang ilang paraan para manatiling konektado sa L.A. Care.

- ❖ Bisitahin ang aming website: **lacare.org**
- ❖ Tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro:
1.888.839.9909 (TTY **711**) 24 na oras sa isang araw,
7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday
- ❖ Mag-log on sa L.A. Care Connect:
https://members.lacare.org

I-follow kami sa Social Media



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

Pag-renew ng Medi-Cal



Bawat 12 buwan, magsasagawa ang Departamento ng Mga Pampublikong Serbisyong Pangkalusugan (Department of Public Social Services, DPSS) ng Los Angeles County ng pagsusuri sa iyong impormasyon upang matukoy kung ikaw ay kwalipikado pa ring makatanggap ng mga benepisyo ng Medi-Cal at ire-renew nito ang iyong pagpapatala sa Medi-Cal sa susunod na taon.

Bagama't maaaring awtomatikong i-renew ang ilang miyembro, kailangang i-renew ng ilang benepisyaryo ng Medi-Cal ang kanilang mga benepisyo sa Medi-Cal bawat taon, sa tamang oras, para panatilihin ang kanilang saklaw sa pangangalagang pangkalusugan.

Para matuto pa tungkol sa taunang proseso ng pag-renew ng Medi-Cal, mangyaring bisitahin ang www.lacare.org/Medi-Cal-renewals para sa kapaki-pakinabang na mga impormasyon at mapagkukunan.

Narito ang ilang mahahalagang impormasyon sa pakikipag-ugnayan ng DPSS:

1. Website ng BenefitsCal: **benefitscal.com**

Ang BenefitsCal ay isang website para sa mga residente ng L.A. County para mag-apply para sa at tingnan online ang mga benepisyo para sa mga aplikasyon sa CalWORKs, CalFresh, General Relief, at Med-Cal

2. Mga Numero ng Telepono ng Sentro ng Solusyon para sa Customer (Customer Service Center, CSC) ng DPSS

Walang Bayad 1.866.613.3777

Mga lokal na numero
1.626.569.1399
1.310.258.7400
1.818.701.8200

Mga Oras ng Pagpapatakbo

Available ang CSC para tulungan ka:
• Lunes – Biyernes mula 7:30 a.m. – 6:30 p.m.
• Hindi kasama ang mga holiday

Kung mayroon kang anumang tanong, o kailangan mo ng tulong sa pag-access sa iyong saklaw ng Medi-Cal, mangyaring tawagan ang DPSS sat **1.866.613.3777** (TTY) **1.800.660.4026**, pumunta sa benefitscal.com o bisitahin ang KeepMediCalCoverage.org para sa higit pang impormasyon.

Panatilihin may coverage ang iyong sarili at pamilya

Kung mayroon kang Medi Cal, siguraduhing i-renew mo ito kapag oras na



Sinasaklaw ng Medi-Cal ang mahahalagang serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan para sa iyo at sa iyong pamilya, kabilang ang mga pagpapatingin sa doktor, mga reseta, pagbabakuna, pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip, at marami pa.

1 I-update ang iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan

lulat ang anumang pagbabago sa iyong pangalan, address, numero ng telepono, at email address, para maaaring makipag-ugnayan sa iyo ang iyong county.

2 Tingnan ang iyong mail

Magpapadala sa iyo ng sulat ang mga county tungkol sa iyong pagiging kwalipikado sa Medi-Cal. Maaaring kailanganin mong komumpleto ng form ng pag-renew. Kung pinadalhan ka ng form ng pag-renew, isumite ang iyong impormasyon sa pamamagitan ng mail, telepono, nang personal, o online sa **benefitscal.com**, para hindi mawala ang iyong saklaw.

3 Gumawa o tingnan ang iyong online account sa BenefitsCal

Maaari kang mag-sign up para makatanggap ng mga alerto sa iyong kaso. Gumawa o mag-log in sa iyong account sa BenefitsCal para makakuha ng mga alertong ito. Maaari kang magsumite ng mga pag-renew o hiniling na impormasyon online sa **benefitscal.com**.

4 Kompletuhin ang iyong form ng pag-renew (kung makatanggap ka ng isa)

Kung nakatanggap ka ng form ng pag-renew, isumite ang iyong impormasyon sa pamamagitan ng mail, telepono, nang personal, o online sa **benefitscal.com** para matulungan kang maiwasan ang puwang sa iyong coverage.



Para sa higit pang detalye at para i-update ang iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan, bisitahin ang **benefitscal.com**

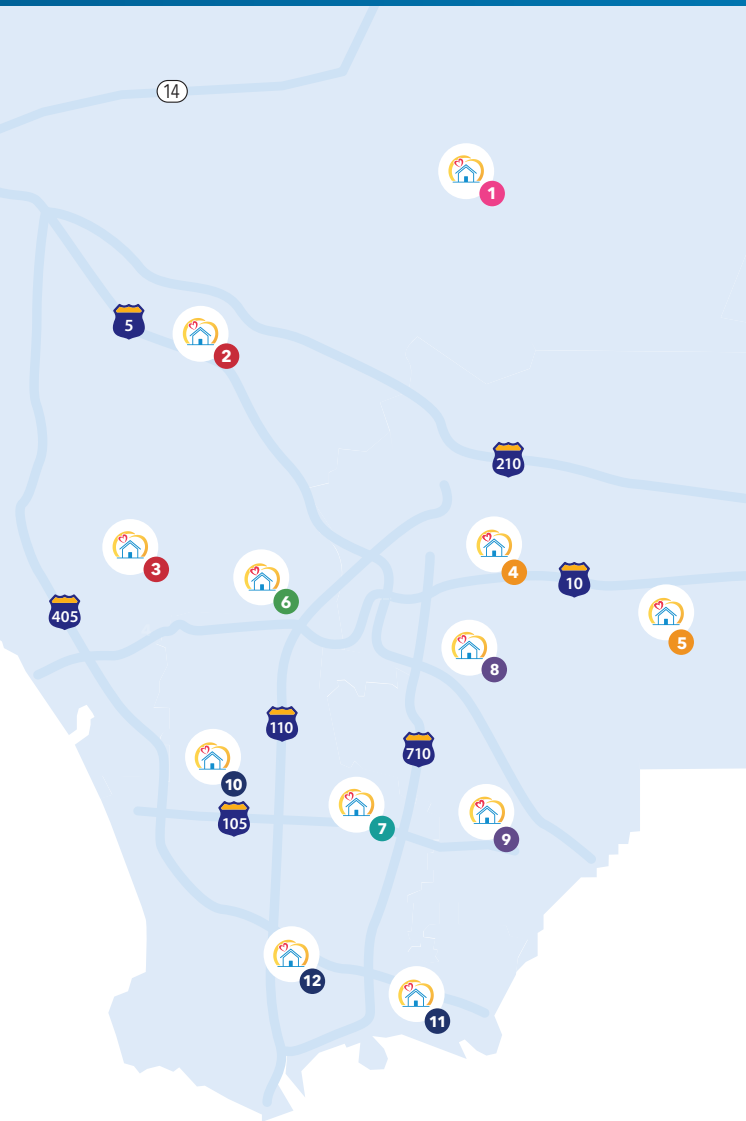
o

Tumawag sa Departamento ng Mga Pampublikong Serbisyong Panlipunan (DPSS) ng Los Angeles County sa **1.866.613.3777 (TTY 1.800.660.4026)** Lunes – Biyernes mula 7:30 a.m. – 6:30 p.m. Hindi kasama ang mga holiday.

Makakuha ng Tulong sa Pagkompleto ng Iyong Aplikasyon sa Pagpapatala sa o Pag-renew ng Medi-Cal

Mag-aalok ng tulong sa pagpapatala at pag-renew ng Medi-Cal ang lahat ng Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad (Community Resource Center, CRC) na nakalista sa ibaba. Kung kailangan mo ng tulong sa pagkompleto ng iyong aplikasyon sa Medi-Cal o sa pakete ng pag-renew, tumawag sa isang CRC na nakalista sa ibaba para mag-iskedyul ng appointment sa isang katulong sa aplikasyon. Bukas ang mga CRC ng L.A. Care para sa aming mga miyembro at sa pangkalahatang publiko.

Lokasyon ng CRC	Address at Numero ng Telepono
1. Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd, Palmdale, CA 93550 1.213.438.5580
2. Panorama City (Magbubukas sa Enero 2024)	7868 Van Nuys Blvd, Panorama City, CA 91402 1.213.438.5497
3. West L.A. (Magbubukas sa Enero 2024)	11173 W. Pico Blvd. Los Angeles, CA 90064 1.310.231.3854
4. El Monte	3570 Santa Anita Avenue, El Monte, CA 91731 1.213.428.1495
5. Pomona	696 W. Holt Avenue, Pomona, CA 91768 1.909.620.1661
6. Metro L.A.	1233 S Western Avenue, Los Angeles, CA 90006 1.213.428.1457
7. Lynwood	3200 East Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262 1.310.661.3000
8. East L.A.	4801 Whittier Blvd, Los Angeles, CA 90022 1.213.438.5570
9. Norwalk	11721 Rosecrans Avenue, Norwalk, CA 90650 1.562. 651.6060
10. Inglewood	2864 W. Imperial Hwy, Inglewood, CA 90303 1.310.330.3130
11. Long Beach	5599 Atlantic Blvd, Long Beach, CA 90805 1.562.265.3130
12. Wilmington	911 North Avalon Blvd, Wilmington, CA 90744 1.213.428.1490



Para sa higit pang impormasyon, bisitahin ang [CommunityResourceCenterLA.org](https://www.CommunityResourceCenterLA.org) o tumawag sa **1.877.287.6290 (TTY 711)**, Lunes hanggang Biyernes, 9 a.m. hanggang 5 p.m.
I-scan ang QR code para makahanap ng sentrong malapit sa iyo.



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

Panatilihing malusog ang iyong mga mata

sa VSP Vision Care



Ginagawa naming pangunahing priyoridad ang kalusugan ng iyong mata. Bilang miyembro ng Vision Care, makakatanggap ka ng access sa pangangalaga mula sa mahuhusay na doktor sa mata, de-kalidad na eyewear tulad ng mga inireresetang lente at frame, at abot-kayang pangangalaga sa mata, para makakita ka nang malinaw at magawa mong mamuhay nang malusog.

Mahalaga ang Mga Regular na Pagsusuri sa Mata

Sa VSP®, makakakuha ka ng mahusay na pangangalaga mula sa doktor sa network ng VSP, kasama ang WellVision Exam® — isang pagsusuring idinisenyo para hanapin ang mga palatandaan ng mga kondisyon sa paningin at kalusugan tulad ng diabetes at mataas na presyon ng dugo.

Madali Lang ang Paggamit sa Iyong BENEPISYO sa Vsp



Tingnan ang iyong coverage. Suriin ang mga detalye ng iyong naka-personalize na coverage at maghanap ng doktor sa network sa pamamagitan ng paggawa ng account sa vsp.com gamit ang iyong numero ng ID sa L.A. Care Health Plan (na matatagpuan sa iyong card).



Magpatingin sa doktor na nasa network. Mag-log in sa iyong account sa vsp.com para humanap ng Kalahok na Provider ng VSP para sa Medi-Cal na malapit sa iyo o tumawag sa Departamento ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng VSP sa **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)**, Lunes hanggang Sabado, 6:00 a.m. hanggang 5:00 p.m. PST (sarado tuwing Linggo).



Sa iyong appointment, sabihin mo sa kanila na may VSP ka sa pamamagitan ng L.A. Care Health Plan. Ipakita ang iyong L.A. Care Health Plan card sa appointment mo.

Iyon lang! Kami na ang bahala sa iba—walang claim form na dapat kompletuhin kapag nagpatingin ka sa Kalahok na Provider ng VSP.

May mga tanong? Bisitahin ang vsp.com o tumawag sa VSP sa **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)**, Lunes hanggang Sabado 6:00 a.m. hanggang 5:00 p.m., PST (sarado tuwing Linggo).

Mga Tampok ng Mga Benepisyong Medi-Cal ng L.A. Care

Nagbibigay ang L.A. Care Health Plan ng komprehensibong hanay ng mga benepisyong sa kalusugan.

* Buod lang ito.

Matatagpuan ang higit pang detalye tungkol sa iyong mga benepisyong sa Handbook ng Miyembro ng Medi-Cal na makikita online sa [lacare.org](https://www.lacare.org).

Mas Maraming Benepisyong Nang Wala Kang Gagastusin.

Mga Ambulatory at Pangkalahatang Benepisyong at Serbisyo

- Doktor sa Pangunahing Pangangalaga at Mga Pagpapatingin sa Espesyalista
- Mga Operasyon sa Outpatient
- Agarang Pangangalaga at Mga Nagtitinging Klinika
- Mga Serbisyo sa Laboratoryo at X-ray
- Mga Bakuna sa Trangkaso at Iba Pang Inirerekomandang Bakuna
- Pagsusuri at Pagpapabakuna para sa COVID-19
- Pangangalaga sa Pagbubuntis at sa Bagong Silang
- Pangangalaga sa Panganganak at Pagkatapos Manganak
- Mga Serbisyo ng Nars at Kumadrona
- Mga Serbisyo ng Doula
- Mga Serbisyo sa Bata (Maaga at Pana-panahong Screening, Diagnostic at Paggamot)
- Podiatry (Paggamot sa mga Sakit sa Paa)
- Chiropractic
- Mga Therapy na Paggamot
- Dialysis/Hemodialysis
- Linya para sa Payo ng Nars
- Telehealth
- Pampamilyang Therapy
- Street Medicine



Mga Benepisyong para sa Pang-iwasat Kagalingan

- Programang Health in Motion™
- Mga Programa ng Pamamahala sa Sakit
- Mga Serbisyo sa Paghinto sa Paninigarilyo
- Mga Serbisyo sa Pagpapalano ng Pamilya
- Manggagawang Pangkalusugan sa Komunidad



Mga Serbisyo para sa Kalusugan ng Pag-uugali

- Mga Serbisyo ng Outpatient para sa Kalusugan ng Pag-iisip
- Mga Espesyal na Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-iisip para sa Outpatient at Inpatient
- Mga Serbisyo sa Sakit sa Paggamit ng Kontroladong Kemikal para sa Outpatient/ Screening sa Maling Pag-inom ng Alak
 - Boluntaryong Pag-detoxify ng Inpatient



Mga Serbisyo ng Ospital

- ⦿ Mga Serbisyo para sa Inpatient
- ⦿ Mga Serbisyo sa Operasyon
- ⦿ Pag-transplant ng Pangunahing Organ at Tisyu
- ⦿ Mga Serbisyo ng Anesthesiologist



Mga Pang-emergency na Serbisyo

- ⦿ Mga Serbisyo sa Emergency Room
- ⦿ Mga Serbisyo ng Ambulansya



Mga Benepisyo sa Botika

- ⦿ Mga Inireresetang Gamot (sa pamamagitan ng Medi-Cal Rx: [Medi-Calrx.dhcs.ca.gov](https://www.dhcs.ca.gov/medi-cal-rx))



Mga Serbisyo Para sa Rehabilitasyon at Habilitasyon

- ⦿ Pisikal na Therapy
- ⦿ Occupational Therapy
- ⦿ Audiology
- ⦿ Therapy sa Pagsasalita
- ⦿ Mga Pagsusuri sa Pandinig
- ⦿ Matibay na Kagamitang Medikal
- ⦿ Acupuncture
- ⦿ Mga serbisyong Pangkalusugan sa Bahay
- ⦿ Mga Orthotic/Prosthesis
- ⦿ Mga Medikal na Supply, Kagamitan at Appliance
- ⦿ Pasilidad para sa May Kasanayang Pagkalinga (Hanggang 90 Araw)
- ⦿ Rehabilitasyon ng бага



Iba Pang Serbisyo

- ⦿ Paningin/Optomety
- ⦿ Transportasyon
 - Hindi Pang-emergency na Medikal na Transportasyon
 - Litter Van
 - Wheelchair Van
 - Ambulansya
 - Hindi Medikal na Transportasyon
 - Pribado o pampublikong sasakyan para sa mga tao na walang ibang paraan para makarating sa appointment nila
- ⦿ Mga Pangmatagalang Serbisyo at Suporta
 - Pasilidad para sa May Kasanayang Pangangalaga (91+ Araw)
 - Mga Serbisyong Nakabase sa Tahanan at Komunidad
- ⦿ Pangangalaga sa ngipin (sa pamamagitan ng Medi-Cal Dental na pormal na kilala bilang Denti-Cal: [dhcs.ca.gov/services](https://www.dhcs.ca.gov/services))
- ⦿ Mga Suporta sa Komunidad

Maaaring magbago ang mga benepisyo. Mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1.888.839.9909 (TTY 711) 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday para sa higit pang impormasyon o pumunta sa [lacare.org](https://www.lacare.org) Maaaring kailanganin ng iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan ng pag-apruba para sa ilang benepisyo at serbisyo.*

Alamin ang Iyong Mga Pagpipilian sa Pangangalaga

Mga Uri ng Pangangalaga	Mga Uri ng Provider	Mga Halimbawa ng Serbisyo	Mga Tinatayang Oras ng Paghihintay
 Linya para sa Payo ng Nars	Lisensyadong RN Makipag usap sa isang nars 24/7	<ul style="list-style-type: none"> • Payo sa pangangalaga ng sarili • Mga sagot sa mga tanong tungkol sa kalusugan • Pagpili kung saan makakakuha ng pangangalaga 	<ul style="list-style-type: none"> • Walang oras ng paghihintay
 Pangunahing Pangangalaga	Provider ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP) Tumawag muna sa iyong PCP kapag kailangan mo ng pangangalaga	<ul style="list-style-type: none"> • Pang-iwas na pangangalaga • Mga biglaan o panandaliang problema sa kalusugan • Mga pangmatagalang kondisyon o sakit tulad ng diabetes 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 araw ng trabaho o mas kaunti • Ilang appointment sa parehong araw
 Virtual na Pangangalaga	Mga Serbisyonang Telehealth Makipag usap sa isang doktor sa telepono o online	<ul style="list-style-type: none"> • Sipon/trangkaso/lagnat • Mga pantal • Mga impeksyon (balat/mata/tainga/UTI) • Paghinga (pagkahingal/ubo) • Tiyan (pananakit/pagsusuka/pagdurumi) • Maliliit na pinsala 	<ul style="list-style-type: none"> • Ilang minuto hanggang ilang oras
 Agarang Pangangalaga	Mga Nagtitinging Klinika Matatagpuan sa nagtitinging botika at may tauhang nurse practitioner	<ul style="list-style-type: none"> • Sipon/trangkaso/lagnat • Mga pantal • Mga impeksyon (balat/mata/tainga/UTI) • Paghinga (pagkahingal/ubo) • Tiyan (pananakit/pagsusuka/pagdurumi) • Maliliit na pinsala 	<ul style="list-style-type: none"> • Ilang minuto hanggang ilang oras • Mag-iskedyul ng pagpapatingin at tingnan ang mga tinatayang oras ng paghihintay para sa walk-in online
	Sentro ng Agarang Pangangalaga Makatanggap ng pangangalaga sa parehong araw mula sa mga doktor, kahit pagkatapos ng oras ng trabaho at tuwing Sabado at Linggo		<ul style="list-style-type: none"> • Ilang minuto hanggang ilang oras
 Pangangalagang Pang-emergency	Emergency Room Pangangalaga para sa mga kondisyong nagbabanta sa buhay. Huwag gamitin ang ER para sa karaniwang pangangalaga o banayad na sakit	<ul style="list-style-type: none"> • Pananakit ng diibdib • Mga biglaang pagbabago sa paningin • Kahinaan/problema sa pakikipag-usap 	<ul style="list-style-type: none"> • Ang paghihintay ay depende sa kung gaano kalubha ang iyong sakit/pananakit

Para sa karagdagang impormasyon sa gastos at kung paano ma-access ang mga serbisyonang ito, bisitahin ang: lacare.org/members/getting-care o tumawag sa numero sa likod ng iyong ID Card ng Miyembro.

Kung kailangan mo ng higit pang tulong, makipag-ugnayan sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Mga Karagdagang Paraan Para Kumuha ng Pangangalaga



Madaling access sa pangangalaga sa aming mga kasosyo sa Teladoc at Minute Clinic.



Paano Ma-access ang Teladoc

1. I-set up ang iyong account sa **Teladoc.com**. Kakailanganin mo ang numero ng iyong ID ng miyembro.
2. Humingi ng pagpapatingin sa pamamagitan ng Teladoc call center, site ng miyembro, o mobile app anumang oras.
3. Access sa pangangalaga na kaagad makukuha kung kailangan!



Para sa higit pang impormasyon bisitahin ang: **lacare.org/teladoc**
O I-scan ang QR Code sa: **lacare.org/teladoc**



Paano Ma-access ang minute clinic

1. Gamitin ang online na direktoryo ng provider ng L.A. Care para maghanap ng Minute Clinic na malapit sa iyo.
2. Tingnan ang mga tagal ng paghihintay at magplano para sa iyong pagbisita sa website ng Minute Clinic.
3. Kumuha ng pangangalaga sa site sa Minute Clinic. Kakailanganin mo ang iyong ID card ng Miyembro at isang form ng ID



Para sa higit pang impormasyon bisitahin ang: **lacare.org/minuteclinic**
O I-scan ang QR Code sa: **lacare.org/minuteclinic**

May mga tanong? Tawagan ang L.A. Care sa **1.888.839.9909** (TTY 711)



Paano Ma-access ang

Mga Materyales ng Miyembro ng
Medi-Cal ng L.A. Care

Nagbibigay sa iyo ang L.A. Care Health Plan ng impormasyon tungkol sa iyong mga benepisyo sa Medi-Cal, saklaw na gamot, at doktor na nakikipagtulungan sa L.A. Care. Madali lang tingnan o i-print ang mahahalagang materyales para sa miyembro tulad ng Handbook ng Miyembro ng Medi-Cal, Direktoryo ng Provider, Pormularyo ng Gamot ng Botika (Medi-Cal Rx), at brochure ng Medi-Cal para sa Mga Bata at Teenager.



Maghanap

lacare.org | 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo

Para tingnan at i-print ang Mga Materyales ng Miyembro ng Medi-Cal, maaari kang bumisita sa website ng L.A. Care at mag-click sa link ng Mga Materyales para sa Miyembro (Medi-Cal): <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>.



Bisitahin ang L.A. Care

Sa mga karaniwang oras ng negosyo

Bisitahin ang isa sa Mga Resource Center sa Komunidad ng L.A. Care/Blue Shield of California para makakuha ng tulong sa pagkuha ng mga naka-print na kopya ng Mga Materyales para sa Miyembro o para masagot ng kinatawan ng serbisyo sa customer ang iyong mga tanong kung paano ma-access ang iyong bagong mga benepisyo ng Medi Cal.



Tumawag sa

1.888.839.9909 (TTY 711)

24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday

Matutulungan ka ng tauhan ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa anumang tanong na maaaring mayroon ka tungkol sa kung paano ma-access ang Handbook ng Miyembro, Direktoryo ng Provider at Pormularyo ng Gamot sa Botika (Medi-Cal Rx).

Para makuha ang impormasyong ito sa ibang wika o alternatibong format, tulad ng malalaking titik, audio, o Braille, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Abiso sa Hindi Pandidiskrimina



Labag sa batas ang diskriminasyon. Sumusunod ang L.A. Care Health Plan sa mga batas ng Estado at Pederal na Pamahalaan hinggil sa mga karapatang sibil. Ang L.A. Care Health Plan ay hindi labag sa batas na nandidiskrimina, nagbubukod ng mga tao, o nakikitungo ng kakaiba sa kanila dahil sa kasarian, lahi, kulay, relihiyon, ninuno, bansang pinagmulan, pagkakakilanlan ng pangkat etniko, edad, kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, medikal na kondisyon, henetikong impormasyon, katayuan sa pag-aasawa, gender, kinikilalang gender, o seksuwal na oryentasyon.

Ang L.A. Care Health Plan ay nagbibigay ng:

- Mga libreng tulong at serbisyo sa mga taong may mga kapansanan para tulungan silang makipag-ugnayan nang mas mabuti, gaya ng:
 - ✓ Mga kwalipikadong sign language interpreter
 - ✓ Nakasulat na impormasyon na nasa iba pang mga format (malalaking letra, audio, na-access na elektronikong format, iba pang mga format)
- Mga libreng serbisyo sa wika sa mga tao na ang pangunahing wika ay hindi Ingles, gaya ng:
 - ✓ Mga kwalipikadong interpreter
 - ✓ Impormasyong nakasulat sa iba pang wika

Kung kailangan mo ang mga serbisyong ito, makipag-ugnayan sa L.A. Care Health Plan, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, sa pamamagitan ng pagtawag sa **1.888.839.9909**. Kung hindi ka nakakarinig o nakakapagsalita nang maayos, mangyaring tumawag sa **TTY 711**. Kapag hiniling, maaaring maging available sa iyo ang dokumentong ito sa braille, malalaking titik, audio cassette, o elektronikong anyo. Para makakuha ng kopya sa isa sa mga alternatibong format na ito, mangyaring tumawag o sumulat sa:

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



PAANO MAGHAIN NG KARAINGAN HINGGIL SA MGA KARAPATANG SIBIL

Kung naniniwala kang nabigo ang L.A. Care Health Plan na ibigay ang mga serbisyong ito o labag sa batas itong nandiskrimina sa ibang paraan batay sa kasarian, lahi, kulay, relihiyon, ninuno, bansang pinagmulan, pagkakakilanlan ng pangkat etniko, edad, kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, medikal na kondisyon, henetikong impormasyon, katayuan sa pag-aasawa, gender, kinikilalang gender, o sekswal na oryentasyon, maaari kang maghain ng karaingan sa Punong Opisyal ng Pagsunod ng L.A. Care Health Plan. Maaari kang maghain ng karaingan hinggil sa mga karapatang sibil sa pamamagitan ng telepono, pagsulat, sa personal, o sa elektronikong paraan:

- **Sa pamamagitan ng telepono:** Makipag-ugnayan sa Punong Opisyal sa Pagsunod ng L.A. Care Health Plan, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, sa pamamagitan ng pagtawag sa **1.888.839.9909**. O, kung hindi ka nakakarinig o nakakapagsalita nang mabuti, mangyaring tumawag sa **TTY 711**.
- **Sa pagsulat:** Punan ang form ng reklamo o sumulat ng liham at ipadala ito sa:

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

Email: civilrightscoordinator@lacare.org

- **Sa personal:** Bisitahin ang tanggapan ng iyong doktor o L.A. Care Health Plan at sabihing gusto mong maghain ng karaingan hinggil sa mga karapatang sibil.
- **Sa elektronikong paraan:** Bisitahin ang website ng L.A. Care Health Plan sa www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form o magpadala ng email sa civilrightscoordinator@lacare.org.

OFFICE OF CIVIL RIGHTS

– CALIFORNIA DEPARTMENT OF HEALTH CARE SERVICES

Maaari ka ring maghain ng reklamo hinggil sa mga karapatang sibil sa Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil ng Departamento ng Mga Serbisyo sa Pangangalagang Pangkalusugan ng California sa pamamagitan ng telepono, pagsulat, o elektronikong paraan:

- **Sa pamamagitan ng telepono:** Tumawag sa **1.916.440.7370**. Kung hindi ka makapagsalita o makarinig nang mabuti, mangyaring tumawag sa **711 (Telecommunications Relay Service)**.
- **Sa pamamagitan ng pagsulat:** Punan ang form ng reklamo o magpadala ng sulat sa:

**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**

Ang mga form ng reklamo ay available sa
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.

- **Sa elektronikong paraan:** Magpadala ng email sa CivilRights@dhcs.ca.gov.

TANGGAPAN PARA SA MGA KARAPATANG SIBIL – DEPARTAMENTO NG MGA SERBISYONG PANGKALUSUGAN AT PANTAO NG U.S.

Kung naniniwala kang nadiskrimina ka batay sa lahi, kulay, bansang pinagmulan, edad, kapansanan o kasarian, maaari ka ring maghain ng reklamo hinggil sa mga karapatang sibil sa Tanggapan ng Mga Karapatang Sibil ng Departamento ng Mga Serbisyon Pangkalusugan at Pantao ng U.S. sa pamamagitan ng telepono, pagsulat, o elektronikong paraan:

- **Sa pamamagitan ng telepono:** Tumawag sa **1.800.368.1019**. Kung hindi ka nakapagsalita o nakakarinig nang mabuti, mangyaring tumawag sa **TTY/TDD 1.800.537.7697**.
- **Sa pamamagitan ng pagsulat:** Punan ang form ng reklamo o magpadala ng sulat sa:

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

Available ang mga form ng reklamo sa <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- **Sa elektronikong paraan:** Bisitahin ang Portal sa Pagreklamo ng Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil sa <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Tulong sa Wika

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 փոփոխություններ 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 ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រៀង 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 ອັກສອນນູນແລະມິໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx 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 hluo 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 Брайлля 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)