



L.A. Care
Medi-Cal



Miyembro ng Medi-Cal

Taunang Gabay | 2023

Talaan ng Mga Nilalaman

Mensahe mula sa L.A. Care	1
Alamin ang Tungkol sa Iyong Medi-Cal Plan	2
Pag-renew ng Medi-Cal	5
Mga Tampok ng Benepisyo	6
Pangangalaga sa Paningin	8
Alamin ang Iyong Mga Pagpipilian sa Pangangalaga	9
COVID-19	10
Labanan ang Trangkaso	12
Paano I-access ang Mga Materyales ng Miyembro	13
Abiso sa Hindi Pandidiskrimina	14
Tulong sa Wika	17





L.A. Care
Medi-Cal

Minamahal naming Miyembro ng L.A. Care, Ibinabahagi ng L.A. Care Health Plan (**L.A. Care**) ang taunang paketeng ito ng impormasyon at mapagkukunan ng benepisyong Medi-Cal upang matulungan kang manatiling malusog.

Magbibigay sa iyo ang impormasyong ito ng pangkalahatang-ideya ng mga benepisyong at serbisyo ng Medi-Cal upang matulungan kang i-access ang pangangalaga. Available ang mga serbisyo nang mura o wala kang babayaran.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga benepisyong at serbisyo ng L.A. Care at Medi-Cal, bisitahin ang aming website sa **lacare.org** o tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1-888-839-9909 (TTY 711)** 24 oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo.

Taos-puso,
L.A. Care Health Plan

Tandaan: Kung lumipat ka kamakailan, o kung ang nagbago ang alinman sa iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan, tulad ng iyong numero ng telepono o email address, iulat ang iyong mga pagbabago sa Departamento ng Mga Pamublikong Serbisyo ng Panlipunan (DPSS) ng Los Angeles County o sa pamamagitan ng pagbisita sa **benefitscal.com**. Kung nakatanggap ka ng isang pakete/form sa pag-renew o abiso na humihingi ng karagdagang impormasyon, maaari mong isumite ang impormasyon sa pamamagitan ng mail, telepono, sa personal, o online.

Alamin ang Tungkol sa Iyong Medi-Cal Plan



Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal

Ano Ang Medi-Cal?

- ❖ Ang Medi-Cal (ang programa sa Medicaid ng California) ay isang pampublikong programa ng insurance sa kalusugan na nagbibigay ng coverage sa pangangalagang pangkalusugan para sa mga indibidwal at pamilya na mababa ang kita na nakakatugon sa mga tinukoy na kinakailangan sa kwalipikasyon
- ❖ Nag-aalok ang Medi-Cal ng walang bayad at murang coverage ng kalusugan sa mga kwalipikadong taong nakatira sa California

Ano ang L.A. Care Medi-Cal Plan?

- ❖ Ang L.A. Care Medi-Cal Plan ay isang libreng pampublikong programa na nagbibigay ng coverage sa pangangalagang pangkalusugan sa mga nasa hustong gulang, pamilya, mas nakatatanda, 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 kanilang grupong medikal (kung mayroon sila)

Ano ang Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal?

- ❖ Ang Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal ay isang organisadong sistema upang 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, botika, at programa sa edukasyon sa kalusugan
- ❖ Ang mga planong pangkalusugan ng Pinamamahalaang Pangangalaga ng Medi-Cal ay nag-aalok din ng pagsasaayos ng pangangalaga, mga referral sa mga espesyalista, 24 na oras na serbisyo sa telepono para sa payo ng nars at tulong ng Mga Serbisyo sa Miyembro na magagamit nang 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo (kasama ang mga holiday)

Sino ang iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP)?

- ❖ Ang iyong PCP ang iyong pangunahing doktor at ang unang taong pupuntahan mo kapag may problema ka sa kalusugan
- ❖ Titiyakin ng iyong PCP na makukuha mo ang tamang pangangalaga, sa tamang lugar at sa tamang panahon
- ❖ Ang lahat ng bagong miyembro ay dapat magpatigayin sa kanilang PCP sa unang pagkakataon sa loob ng tatlong buwan mula sa pagsali sa L.A. Care para sa unang pagtatasa sa ng kalusugan (initial health assessment, IHA)

Paano Magpalit ng Iyong PCP?

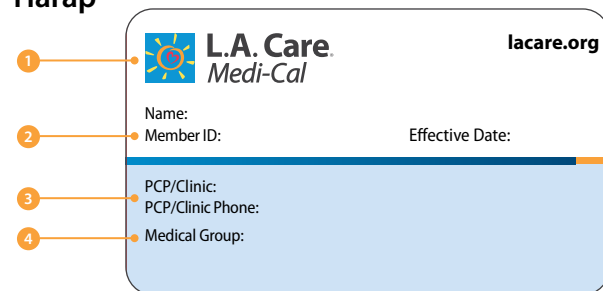
Puwede mong palitan ang iyong PCP sa pamamagitan ng

- ❖ Pagtawag 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
- ❖ Pagbisita sa www.activehealthyinformed.org o pagtawag sa **1-877-287-6290 (TTY 711)** Lunes – Biyernes mula 9:00 a.m. hanggang 5:00 p.m. upang maghanap ang Sentro ng Mapagkukunan sa Komunidad (Community Resource Center, CRC) na malapit sa iyo

Ano ang nakalagay sa Iyong ID Card ng Miyembro ng L.A. Care?

1. Ang pangalan ng iyong planong pangkalusugan: L.A. Care
2. Iyong ID number ng miyembro
3. Iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga (PCP) at kanyang numero

Harap



Kung makatanggap ka ng bayarin mula sa iyong doktor, sentro para sa agarang pangangalaga, ospital, o iba pang serbisyong ibinibigay ng L.A. Care

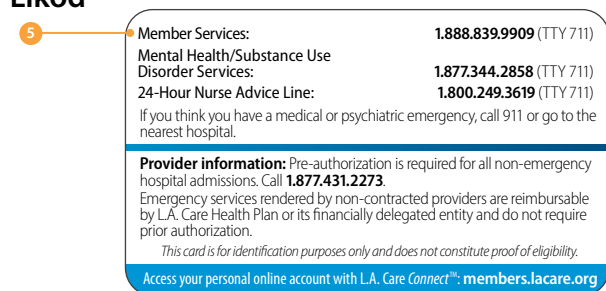
- ❖ Dapat kang tumawag kaagad sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa **1-888-839-9909 (TTY: 711)** 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday
- ❖ Inaalok ang buong saklaw ng mga benepisyo at serbisyo ng Medi-Cal sa mga miyembro nang walang bayad
- ❖ Hindi mo kailangang magbayad
- ❖ May karapatan kang maghain ng reklamo o ulat ng karaan

Ano ang Paunang Pahintulot?

- ❖ Baka gustuhin ng PCP mo na i-refer ka sa isang "espesyalista" o magreseta ng isang gamot na hindi saklaw ng Medi-Cal
- ❖ Ang espesyalista ay isang dalubhasa sa isang bahagi ng katawan o sa isang uri ng karamdaman o serbisyo
- ❖ Ilang halimbawa ang mga cardiologist at surgeon. Kung kailangan mo ng espesyal na pangangalaga o serbisyo, dapat humingi ng pag-apruba ang PCP mo bago ka pumunta. Ang kahilingang ito ay kilala bilang isang "paunang pahintulot"

4. Iyong Grupong Medikal (kung mayroon ka)
5. Numero ng telepono ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care at iba pang mahahalagang impormasyon at numero ng telepono

Likod



Kung lilipat ka ng tahanan o kailangan mong i-update ang iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan, dapat mong gawin ang isa sa mga sumusunod:

- ❖ Tumawag sa iyong manggagawa sa kwalipikasyon ng sa Departamento ng Mga Pamublikong Serbisyong Panlipunan (DPSS) sa **1-866-613-3777 | TTY 1-800-660-4026** Lunes – Biyernes mula 7:30 a.m. – 7:30 p.m., at Sabado mula 8:00 a.m. – 4:30 p.m. (hindi kasama ang mga holiday)
- ❖ 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
- ❖ Bumisita sa isang Sentro ng Mapagkukunans a Komunidad (CRC). Para maghanap ng isang CRC malapit sa iyo, bumisita sa www.activehealthyinformed.org o tumawag sa **1-877-287-6290 (TTY 711)** Lunes – Biyernes mula 9:00 a.m. hanggang 5:00 p.m.

Mga Sentro ng Mapagkukunan sa Komunidad

Ano ang Mga Sentro ng Mapagkukunan sa Komunidad (Community Resource Center, CRC)?

- ✱ Nag-aalok ang mga Sentro ng Mapagkukunan sa Komunidad ng L.A. Care ng maraming libreng serbisyo na nababagay sa mga miyembro at sa komunidad na may kaugnayan sa kalusugan at kagalingan
- ✱ Kabilang sa mga serbisyong inaalok ang mga libreng klase sa kalusugan at kagalingan, pangangalaga sa customer, libreng WiFi para sa mga serbisyong telehealth, pag-uugnay sa mga programa ng tulong, suporta sa pagpapatala sa Medi-Cal at tulong sa mga serbisyong panlipunan
- ✱ Maaari kang mag-iskedyul ng appointment sa pamamagitan ng pagbisita sa: **www.activehealthyinformed.org** at gamit ang online na tool sa pag-iskedyul

Mga Serbisyo ng Edukasyon sa Kalusugan

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

- ✱ Mga espesyal na programa para sa mga ina at sanggol
- ✱ Pag-iwas sa sipon at trangkaso
- ✱ Mga nakasulat na materyales sa wika at format na gusto mo
- ✱ Mga referral sa komunidad
- ✱ Linya para sa Payo ng Nars

Ibinibigay ang lahat ng serbisyo ng edukasyon sa kalusugan nang walang bayad. Upang malaman ang 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/health-resources/healthy-living-prevention**

Link ng Komunidad

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

Libreng Serbisyo ng Interpreter

- ✱ May karapatan kang magkaroon ng interpreter kapag nakikipag-usap ka sa iyong doktor
- ✱ Nag-aalok ang L.A. Care ng mga libreng serbisyo ng pagsasalin 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, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, sa **1-888-839-9909 (TTY: 711)** nang hindi bababa sa 10 araw bago ang iyong pagbisita

Mangyaring ihanda ang sumusunod na impormasyon kapag tatawag ka:

- Iyong pangalan
- Iyong ID number 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 appointment mo o kinansela ito, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa lalong madaling panahon

Pag-renew ng Medi-Cal

Sa panahon ng emergency sa pampublikong kalusugan (public health emergency, PHE) na COVID-19, napanatili mo ang iyong coverage anuman ang naging pagbabago sa iyong kalagayan. Gayunpaman, sa sandaling matapos ang COVID-19 PHE, susuriin ng Departamento ng Mga Pampublikong Serbisyong Panlipunan (Department of Public Social Services, DPSS) ng Los Angeles County kung kwalipikado ka pa rin para sa libre o murang Medi-Cal.

Panatilihin ang iyong mga benepisyo sa Medi-Cal sa pamamagitan ng pag-renew sa tamang oras. Narito ang ilang mahalagang impormasyon sa pag-renew:

Ano ang magagawa ko para makapaghandala sa para sa pag-renew ko ng Medi-Cal?

- ❖ Kung lumipat ka kamakailan, o kung nagbago ang alinman sa iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan, tulad ng iyong numero ng telepono o email address, iulat ang iyong mga pagbabago sa DPSS upang matiyak na makakakuha ka ng mahalagang impormasyon tungkol sa iyong coverage sa Medi-Cal.
- ❖ Kung nakakuha ka ng bagong trabaho o nagbago ang iyong kita, maghanda na magbigay ng mga patunay.
- ❖ Tingnan ang iyong mail - Kung nakatanggap ka ng isang pakete/form sa pag-renew o isang abiso na humihingi ng karagdagang impormasyon, maaari mong isumite ang impormasyon sa pamamagitan ng mail, telepono, sa personal, o online.
- ❖ Suriin ang iyong account sa BenefitsCal online para sa mga alerto – Maaari kang magsumite ng mga pag-renew o hiniling na impormasyon online.

Kailangan ko bang magkompleto ng pag-renew sa Medi-Cal?

- ❖ Susubukan ng DPSS na i-renew ang iyong Medi-Cal gamit ang impormasyon na mayroon na sila.
- ❖ Hihingi lang sa iyo ang DPSS ng karagdagang impormasyon kung kailangan nila ito para ma-renew ang iyong Medi-Cal. Mahalaga na tumugon ang mga benepisyaryo ng Medi-Cal sa mga kahilingan ng county. Tinitiyak nitong mayroon ang DPSS ng pinakabagong impormasyon na kailangan nito upang i-renew ang iyong coverage sa Medi-Cal.

Ano ang mangyayari pagkatapos kong ibalik ang form ko?

- ❖ Magpapadala sa iyo ang DPSS ng isang sulat upang ipaalam sa iyo kung kwalipikado ka pa rin para sa coverage sa Medi-Cal. Kung kailangan ng karagdagang impormasyon upang i-renew ang iyong coverage, magpapadala sa iyo ang DPSS ng isang sulat na humihiling ng anumang nawawalang impormasyon.

Narito ang ilang mahalagang impormasyon sa pakikipag-ugnayan ng DPSS para matulungan ka sa iyong pag-renew:

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

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

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

Walang Bayad	866-613-3777
Mga lokal na numero	626-569-1399 310-258-7400 818-701-8200
Mga Oras ng Negosyo	Available ang Sentro ng Solusyon para sa Customer (Customer Solution Center, CSC) para tulungan ka: • Lunes – Biyernes mula 7:30 a.m. – 7:30 p.m. • Sabado mula 8:00 a.m. – 4:30 p.m. • Hindi kasama ang mga holiday

Kung mayroon kang mga tanong tungkol sa iyong pag-renew ng Medi-Cal:

- ❖ Makipag-ugnayan sa iyong manggagawa sa kaso ng Medi-Cal sa iyong lokal na tanggapan ng DPSS sa **1-866-613-3777 (TTY/TDD 1-800-660-4026)** Lunes – Biyernes mula 7:30 a.m. – 7:30 p.m. at Sabado mula 8:00 a.m. – 4:30 p.m. (hindi kasama ang mga holiday)

Mayroon akong Medi-Cal na Naka-link sa SSI. Paano ko ia-update ang aking impormasyon?

- ❖ Kung mayroon kang Medi-Cal na Naka-link sa SSI, kailangan mong i-update ang iyong impormasyon sa pamamagitan ng Social Security. Maaari mong iulat ang iyong pagbabago sa pamamagitan ng pagtawag sa **1-800-772-1213 (TTY 1-800-325-0778)**, Lunes hanggang Biyernes, 8:00 a.m. – 7:00 p.m.

L.A. Care 2023

Mga Tampok na Benepisyo ng Medi-Cal

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

*Matatagpuan ang higit pang detalye tungkol sa iyong mga benepisyo sa Handbook ng Miyembro ng Medi-Cal na makikita online sa **lacare.org**.*

Higit Pang Benepisyo. Nang Wala Kang Gagastusin.



Mga Ambulatory at Pangkalahatang Benepisyo at Serbisyo

- ❖ Mga Pagpapatingin sa Doktor ng Pangunahing Pangangalaga at 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 Inirerekomendang Bakuna
- ❖ Pagsusuri at Pagbabakuna 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 para sa Bata
- ❖ Podiatry (Paggamot sa mga Sakit sa Paa)
- ❖ Chiropractic
- ❖ Mga Therapy na Paggamot
- ❖ Dialysis/Hemodialysis
- ❖ Linya para sa Payo ng Nars
- ❖ Telehealth
- ❖ Pampamilyang Therapy



Mga Benepisyo para sa Pag-iwas at Kagalingan

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



Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-iisip

- ❖ Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-iisip para sa Outpatient
- ❖ 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

* Buod lamang ito.



Mga Serbisyo ng Ospital

- ❖ Mga Serbisyo para sa Inpatient
- ❖ Mga Serbisyo sa Operasyon
- ❖ Pag-transplant ng Malaking Organ
- ❖ 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**)



Mga Serbisyo Para sa Rehabilitasyon at Habilidadasyon

- ❖ Pisikal na Therapy
- ❖ Occupational Therapy
- ❖ Audiology
- ❖ Therapy sa Pananalita
- ❖ Mga Pagsusuri ng 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 Pangangalaga (Hanggang 90 Araw)
- ❖ Rehabilitasyon ng Baga



Iba Pang Serbisyo

- ❖ Paningin/Optometry
- ❖ 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**)
- ❖ Pinahusay na Pamamahala sa Pangangalaga at 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 **lacare.org** Maaaring kailanganin ng iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan ng pag-apruba para sa ilang benepisyo at serbisyo.



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

Panatilihing malusog ang 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 mga mahusay na doktor sa mata, de-kalidad na eyewear, at abot-kayang pangangalaga sa mata, upang makakita ka nang malinaw at mabuhay nang malusog.

Mahalaga ang Mga Regular na Pagsusuri sa Mata

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

Madali Lang Gamitin ang 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 maghanap ng Kalahok na Provider sa VSP para sa Medi-Cal na malapit sa iyo o tumawag sa Departamento ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng VSP **1-800-877-7195 (TTY 1-800-428-4833)**, Lunes hanggang Biyernes 5 a.m. hanggang 8 p.m., Sabado at Linggo 7 a.m. hanggang 8 p.m.



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 Biyernes 5 a.m. hanggang 8 p.m., Sabado at Linggo 7 a.m. hanggang 8 p.m.

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	• Payo sa pangangalaga ng sarili • Mga sagot sa mga tanong tungkol sa kalusugan • Pagpili kung saan makakakuha ng pangangalaga	• Walang oras ng paghihintay
 Pangunahing Pangangalaga	Provider ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP) Tumawag muna sa iyong PCP kapag kailangan mo ng pangangalaga	• Pang-iwas na pangangalaga • Mga biglaan o panandaliang problema sa kalusugan • Mga pangmatagalang kondisyon o sakit tulad ng diabetes	• 10 araw ng trabaho o mas kaunti • Ilang appointment sa parehong araw
 Agarang Pangangalaga	Mga Serbisyong Telehealth Makipag usap sa isang doktor sa telepono o online		• Ilang minuto hanggang ilang oras
	Mga Nagtitinging Klinika Matatagpuan sa nagtitinging botika at may tauhang nurse practitioner	• Sipon/trangkaso/lagnat • Mga pantal • Mga impeksyon (balat/mata/tainga/UTI) • Paghinga (pagkahingal/ubong) • Tiyan (pananakit/pagsusuka/pagdurumi) • Maliliit na pinsala	• Ilang minuto hanggang ilang oras • Mag-iskedyul ng pagbisita 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		• 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	• Pananakit ng dibdib • Mga biglaang pagbabago sa paningin • Kahinaan/problema sa pakikipag-usap	• 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 serbisyong 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, tawagan ang 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.

Maaaring gumamit ng mga serbisyong telehealth ang mga miyembro ng Medi-Cal, L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP), PASC, at L.A. Care Covered™. Maaaring hindi magamit ng mga miyembrong may Medicare din ang mga serbisyong telehealth. Maaaring hindi saklaw ng iyong planong pangkalusugan ang lahat ng serbisyong telehealth. Mangyaring sumangguni sa iyong handbook ng plano o tumawag sa L.A. Care sa numero sa iyong ID card.

Pag-iwas at Pangangalaga sa COVID-19

Ang COVID-19 ay isang lubos na nakakahawang virus. Kumakalat ang virus na ito mula sa mga tao patungo sa ibang tao at nagdudulot ito ng malulubhang sakit tulad ng pangmatagalang COVID, pagpapaospital, at pagkamatay.

Inirerekomenda ng lahat ng ahensya sa pampublikong kalusugan at L.A. Care na kumuha ang lahat ng kwalipikadong tao ng mga bakuna at booster laban sa COVID-19. Available na ang mga bakuna laban sa COVID-19 para sa lahat na 6 na buwang gulang pataas. Ito ang pinakamainam na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili at ang iyong mga mahal sa buhay at makabalik tayong lahat sa mas normal na buhay.

Hindi ka hinahawaan ng virus sa COVID-19 ng mga bakuna. Kasama sa mga karaniwang epekto ng mga bakunang ito sa mga klinikal na pagsubok ang pananakit sa bahaging tinurukan, pagkapagod, pananakit ng ulo, pananakit ng kalamnan at kasukasan, panginginig, at sinat. Karaniwang banayad ang mga side effect at nawawala ang mga ito pagkalipas ng isa o dalawang araw, habang nananatili ang mga benepisyo ng mga bakuna.

Maraming site sa buong L.A. County ang nag-aalok na ng mga bakuna nang walang appointment at pinatagal na ng mga ito ang mga oras para isama ang mga gabi at Sabado at Linggo. Bisitahin ang **myturn.ca.gov** para makahanap ng lokasyon sa pagbabakuna na malapit sa iyo.

Walang gastos sa mga miyembro ng L.A. Care para matanggap ang bakuna.

Pananatiling Ligas

- ❖ Ang kalubhaan ng impeksyon sa COVID-19 ay maaaring mabawasan sa pamamagitan ng:
 - Pananatiling up to date sa mga inirerekomendang bakuna at booster laban sa COVID-19
 - Pagsunod sa mga lokal na patnubay sa pampublikong kalusugan tungkol sa kung kailan dapat magsuot ng mask
 - Pagpapasuri para sa COVID-19 kung nakakaranas ka ng mga sintomas at/o maaaring nalantad ka sa isang taong positibo sa COVID-19
 - Pagtatanong sa iyong provider kung kwalipikado ka para sa COVID-19 therapeutics, na mga iniinom at anti-viral na gamot na makakatulong kung masuri ka bilang positibo para sa COVID-19



Kung positibo ka para sa COVID-19 at may mga tanong ka tungkol sa kung aling paggamot ang tama para sa iyo, mangyaring makipag-ugnayan sa iyong medikal na provider o tumawag sa linya ng impormasyon para sa COVID-19 ng L.A. County sa **833-540-0473**, 8:00 a.m. - 8:30 p.m.

Tandaan na laging sundin ang 3 C kapag mataas ang Pagkalat ng COVID-19 sa Komunidad:

- ❖ Iwasan ang mga saradong espasyo (closed spaces)
- ❖ Iwasan ang matataong lugar (crowded places)
- ❖ Iwasan ang mga setting kung saan magkakalapit ang mga tao, tulad ng mga malapitang pag-uusap (closed-contact setting)

May Mga Tanong Tungkol sa COVID-19?

Kung mayroon kang mga tanong tungkol sa pagkuha ng bakuna laban sa COVID-19 o kung gusto mong malaman ang higit pa tungkol sa mga bagong iniinom at anti-viral na gamot na magagamit ng mga nagpositibo para sa COVID-19, mangyaring makipag-usap sa iyong provider ng pangunahing pangangalaga.

Kung sa tingin mo ay maaaring may COVID-19 ka, tumawag agad sa tanggapan ng iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan. Huwag pumunta sa tanggapan ng provider nang hindi muna tumatawag.

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa COVID-19, bisitahin ang **lacare.org/vaccine**.

Pagbalik sa Pangangalaga

Panahon na para Bumalik sa Pangangalaga. Huwag kaligtaan ang mga check-up, screening, o pagsusuri sa laboratoryo. Ang mga screening ay mga medikal na pagsusuri tulad ng mga mammogram o colonoscopy. Pinapanatiling malinis at ligtas ng mga provider ng pangangalagang pangkalusugan ang kanilang mga tanggapan. Maaring may opsyon din sila sa telehealth. Tumawag sa iyong doktor ngayong araw upang gumawa ng appointment para sa anumang pangangalaga na maaaring hindi mo natanggap sa panahon ng pandemyang COVID-19.

Maglaan ng oras upang matiyak na napapanahon ang lahat ng iyong screening sa kalusugan, bakuna, at laboratoryo. Pasasalamat kayo ng iyong mga mahal sa buhay!

Pag-access sa Wika

May mga libreng serbisyo sa tulong sa wika. 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 pagtawag.

Panahon na para
kunin mo na ang iyong

bakuna para sa TRANGKASO!



Mga tip upang maprotektahan ka at ang iyong mga mahal
sa buhay mula sa trangkaso

- ❖ Kumuha ng bakuna para sa trangkaso
- ❖ Lumayo sa ibang may sakit at manatili sa bahay kapag ikaw ang may sakit
- ❖ Madalas na maghugas ng iyong mga kamay o gumamit ng hand sanitizer na alkohol ang pangunahing sangkap
- ❖ Umubo at bumahing sa iyong siko
- ❖ Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong, at bibig
- ❖ Sundin ang mga lokal na alituntunin hinggil sa pagsuot ng mask at pagdistansiya mula sa ibang tao dahil sa nagpapatuloy na pandemyang COVID-19
- ❖ At kung ikaw ay mas matanda sa 65 taong gulang at mataas ang panganib na mahawa ka, tanungin ang inyong doktor tungkol sa pagpapabakuna laban sa pulmonya.

Magpabakuna na ngayon nang **LIBRE** laban sa trangkaso!



Magpaikedyul ng appointment sa **iyong doktor**. Matutulungan ka namin.
Tawagan kami sa **1-888-839-9909 (TTY 711)**.



Maghanap ng isang **site sa komunidad**. Pumunta sa **lacare.org/flu** para
makahanap ng LIBRENG bakuna laban sa trangkaso sa komunidad.

O



Pumunta sa **lokal na botika**. Hindi na kailangan ng appointment! Ipakita ang iyong
ID card sa L.A. Care at magpabakuna laban sa trangkaso nang libre.

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 Handbook ng Miyembro ng Medi-Cal, Direktoryo ng Provider, at Pormularyo ng Gamot sa Botika (Medi-Cal Rx).



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 Mga Materyales para sa Miyembro (Medi-Cal).



Sa mga karaniwang oras ng negosyo

Bisitahin ang isa sa mga Sentro ng Mapagkukunan sa Komunidad ng L.A. Care para makakuha ng tulong sa pagkuha ng naka-print na kopya ng Mga Materyales ng 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.



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 oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

TANDAAN: Kung lumipat ka kamakailan, o kung nagbago ang alinman sa iyong impormasyon sa pakikipag-ugnayan, tulad ng iyong numero ng telepono o email address, iulat ang iyong mga pagbabago sa Departamento ng Mga Pamublikong Serbisyonang Panlipunan (Department of Public Social Services, DPSS) ng Los Angeles County o sa pamamagitan ng pagbisita sa **benefitscal.com**. Kung nakatanggap ka ng isang pakete/form sa pag-renew o abiso na humihingi ng karagdagang impormasyon, maaari mong isumite ang impormasyon sa pamamagitan ng mail, telepono, sa personal, o online.

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, o nag-iiba ng pakikitungo sa mga tao 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, kasarian, kinikilalang kasarian, o sekswal na oryentasyon.

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

- Mga libreng tulong at serbisyo sa mga taong may mga kapansanan upang tulungan silang makipag-ugnayan nang mas mabuti, tulad ng:
 - ✓ Mga kwalipikadong sign language interpreter
 - ✓ Nakasulat na impormasyon na nasa iba pang mga format (malalaking letra, audio, na-aaccess 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 mabuti, 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 pamamagitan ng pagsulat:** Punan ang form ng reklamo o sumulat ng isang sulat 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.



TANGGAPAN PARA SA MGA KARAPATANG SIBIL – DEPARTAMENTO NG MGA SERBISYO SA PANGANGALAGANG PANGKALUSUGAN NG CALIFORNIA

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 **916-440-7370**. Kung hindi ka makapagsalita o makarinig nang maayos, mangyaring tumawag sa 711 (**Telecommunications Relay Service**).
- **Sa pamamagitan ng pagsulat:** Punan ang isang form ng reklamo o magpadala ng liham 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 karapatang sibil sa Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil ng Departamento ng Mga Serbisyong 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 nakakapagsalita o nakakarinig nang mabuti, mangyaring tumawag sa **TTY/TDD 1-800-537-7697**.
- **Sa pamamagitan ng pagsulat:** Punan ang isang form ng reklamo o magpadala ng liham 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>.

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

Tulong sa Wika

Ingles

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.

Espanyol

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 փնջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **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 ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រួញ 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 **1-877-287-6290 (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。**1-877-287-6290 (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 **1-877-287-6290 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1-877-287-6290 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

Laotian

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ **1-877-287-6290 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕຜິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1-877-287-6290 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

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 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). ਅਪਾਹਜ 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 malalaking titik. Tumawag sa 1-888-839-9909 (TTY 711). Libre ang mga serbisyo ng 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