



L.A. Care.
Medi-Cal



Medi-Cal-ի 2025թ. տարեկան ուղեցույց
անդամների համար

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ուղերձ L.A. Care-ից	1
Տեղեկություններ ստացեք Ձեր Medi-Cal ծրագրի մասին	2
Նպաստների հիմնական կետերը	6
Տեսողության խնամք	8
Խնամք ստանալու հավելյալ եղանակներ	9
COVID-19, գրիպի և ռեսպիրատոր-սինցիտիալ վիրուսի (Respiratory Syncytial Virus, RSV) կանխարգելում և խնամք	10
Իմացեք Ձեր խնամքի տարբերակները	12
Ձեզ հասանելի ռեսուրսները	14
Medi-Cal-ի թարմացում	20
Ինչպես օգտվել անդամների և վերաբերող նյութերից	23
Կարևոր հեռախոսահամարներ և Մնացեք կապի մեջ	24
Խտրականության բացառման ծանուցագիր	25
Լեզվական օգնություն	27



Հարգելի L.A. Care-ի Անդամ,

L.A. Care Health Plan-ը (L.A. Care) կիսում է Medi-Cal-ի նպաստների տեղեկությունների և ռեսուրսների այս տարեկան ուղեցույցը, որը կօգնի Ձեզ առողջ մնալ:

Այս տեղեկությունները Ձեզ ընդհանուր պատկերացում կտրամադրեն Medi-Cal-ի և դրա նպաստների ու ծառայությունների մասին՝ օգնելու Ձեզ խնամք ստանալ: Ծառայությունները հասանելի են Ձեզ ցածր գնով կամ անվճար: Նույնիսկ եթե հիվանդ չեք զգում, անպայման տարին առնվազն մեկ անգամ այցելեք Ձեր բժշկին:

Բացի այդ, Medi-Cal-ի թարմացումները դեռ շարունակվում են: Յուրաքանչյուր ոք թարմացման տարբեր ամսաթիվ ունի: Լուս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական սպասարկման բաժնից (Department of Public Social Services, DPSS) Medi-Cal-ի թարմացման փաթեթ ստանալու դեպքում, կարևոր է, որ թարմացումն ավարտեք մինչև ձևաթղթում նշված վերջնաժամկետը:

Եթե այդպես չվարվեք, կարող եք կորցնել Medi-Cal-ի Ձեր ապահովագրությունը: Տեղեկությունները կարող եք DPSS-ին ներկայացնել առցանց՝ benefitscal.com կայքում, հեռախոսով՝ **1.866.613.3777** համարով, փոստով կամ անձամբ:

L.A. Care-ի և Medi-Cal-ի նպաստների և ծառայությունների մասին հավելյալ տեղեկությունների համար այցելեք մեր կայքը՝ lacare.org կամ զանգահարեք Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:

Հարգանքներով,
L.A. Care Health Plan

Հավելյալ տեղեկություններ ստացեք Ձեր **MEDI-CAL** ԾՐԱԳՐԻ ՄԱՍԻՆ



Medi-Cal

- Medi-Cal-ը Կալիֆորնիայի Medicaid առողջապահական խնամքի ծրագրի տարբերակն է:
- Medi-Cal-ն անվճար կամ ցածր գնով առողջապահական ապահովագրություն է տրամադրում Կալիֆորնիայի բնակիչներին՝ անկախ ներգաղթի կարգավիճակից, սահմանափակ եկամտով այն անձանց, ովքեր համապատասխանում են իրավունակության չափանիշներին, ներառյալ՝ եկամտի ուղեցույցները:

Medi-Cal-ի Կառավարվող խնամք և L.A. Care Health Plan

- Medi-Cal-ի Կառավարվող խնամքը կազմակերպված համակարգ է, որն օգնում է անդամներին ստանալ բարձրորակ խնամք և առողջ մնալ:
- Medi-Cal-ի Կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերն օգնում են անդամներին գտնել բժիշկներ, դեղատներ և առողջապահական կրթության ծրագրեր:
- Medi-Cal-ի Կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերը նաև առաջարկում են խնամքի համակարգում, ուղեգրեր մասնագետների մոտ, 24-ժամյա բուժքույրերի խորհրդատվություն հեռախոսային ծառայություններ և Անդամների սպասարկման աջակցություն, որոնք հասանելի են օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր (ներառյալ տոն օրերը):

- L.A. Care Health Plan-ը Կալիֆորնիայի ամենամեծ Medi-Cal ծրագիրն է, որը առողջապահական խնամքի ապահովագրություն է տրամադրում Լոս Անջելես վարչաշրջանում բնակվող Medi-Cal-ի նպաստառուներին:
- L.A. Care Health Plan-ի հետ Դուք ստանում եք անհրաժեշտ օգնությունը՝ գտնելու ճիշտ բժշկին, դեղատոմսեր և առողջապահական կրթության ծրագրերը, որոնք օգտակար կլինեն Ձեր ընդհանուր առողջությանը:

Ձեր առաջնային խնամքի մատակարարը (PCP)

- Ձեր PCP-ն Ձեր հիմնական բժիշկը կամ կլինիկան է և առաջին անձը կամ վայրն է, որտեղ գնում եք, որպեսզի առողջ մնաք, երբ առողջական խնդիր ունեք:
- Ձեր PCP-ն երաշխավորում է, որ Դուք ստանաք ճիշտ խնամքը ճիշտ տեղում, ճիշտ ժամանակ:

Ինչպես փոխել Ձեր PCP-ին Ձեր PCP-ին կարող եք փոխել՝

- Զանգահարելով L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը
- Խնդրանք ներկայացնելով L.A. Care Connect-ի միջոցով՝ Ձեր անդամի առցանց հարթակի միջոցով՝ **members.lacare.org** կայքում:

Նախնական լիազորում մասնագիտացված խնամքի համար

- Ձեր PCP-ն կարող է ցանկանալ Ձեզ «մասնագետի» մոտ ուղեգրել կամ Medi-Cal-ի կողմից չապահովագրված դեղ նշանակել:
- Մասնագետը մարմնի մեկ մասի կամ որոշ տեսակի հիվանդության կամ ծառայության փորձագետ է: Օրինակներից են՝ սրտաբանները և վիրաբույժները:
- Եթե Ձեզ մասնագիտական խնամք կամ ծառայություն է հարկավոր, Ձեր PCP-ն պետք է հաստատում խնդրի, նախքան Ձեր գնալը: Այս խնդրանքը հայտնի է որպես «նախնական լիազորություն»:

L.A. Care-ի Ձեր անդամի նույնականացման (ID) քարտ

- Ձեր առողջապահական ծրագրի անվանումը՝ **L.A. Care Health Plan**
- Ձեր անդամի **նույնականացման (ID) համարը**:
- Ձեր **առաջնային խնամքի մատակարարը** (PCP) և նրա համարը:
- Ձեր **բժշկական խումբը** (եթե ունեք):
- L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժնի** հեռախոսահամարը և այլ կարևոր տեղեկություններ և հեռախոսահամարներ:

Ձեր նույնականացման (ID) քարտը միշտ պահեք Ձեզ մոտ: Միշտ հիշեք, որ առողջապահական խնամքի ծառայություններ ստանալիս պետք է ցույց տաք Ձեր անդամի նույնականացման (ID) քարտը:

Ձեր անդամի նույնականացման (ID) քարտը չստանալու կամ հարցեր ունենալու դեպքում, խնդրում ենք զանգահարել Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:



1

2

3

4

Name:

Member ID:

PCP/Clinic:

PCP/Clinic Phone:

Medical Group:

Effective Date:

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

Առջև

5

Member Services:

Mental Health:

Substance Use Disorder Services:

24-Hour Nurse Advice Line:

Medi-Cal Rx:

1.888.839.9909 (TTY 711)

1.877.344.2858 (TTY 711)

1.844.804.7500 (TTY 711)

1.800.249.3619 (TTY 711)

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.

Հետև



Տեղեկություններ ստացեք վարքագծային առողջության Ձեզ հասանելի ծառայությունների մասին Զեր հոգեկան առողջությունը կարևոր է: Գիտե՞ի՞ք արդյոք, որ՝

- 5 չափահասից 1-ը որևէ պահի տագնապային խանգարումներ է ունենում
- ԱՄՆ չափահասների 8.8% -ն ապրում է մեծ դեպրեսիվ խանգարումներով
- Մեծ դեպրեսիվ խանգարում ունեցող երիտասարդների 60%-ն անհրաժեշտ խնամք չի ստանում¹

Օգտվեք Վարքագծային առողջության ծառայություններից, որոնք Ձեր նպատակների մաս են կազմում: Սա ներառում է և՛ հոգեկան առողջության, և՛ թմրանյութերի օգտագործման խանգարումների բուժում՝ ապահովելով, որ Դուք ստանում եք Ձեզ անհրաժեշտ աջակցությունը, երբ դրա կարիքն ունեք:

L.A. Care-ը այս ծառայությունները մատուցում է առաջնային խնամքի մատակարարների, Caredon Behavioral Health-ի Վարքագծային առողջության մասնագետների, Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժնի (DMH) և Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային առողջության բաժնի (DPH) միջոցով:

Caredon Behavioral Health-ը L.A. Care-ին ծառայություններ առաջարկող է, որը մատակարարների ցանց ունի, որոնք հոգեկան առողջության ոչ-մասնագիտացված ծառայություններ (NSMHS) են առաջարկում L.A. Care Medi-Cal-ի անդամներին: Այս ծառայություններն անվճար տրամադրվում են Ձեզ: Բացի այդ, նշված ծառայությունները նախնական լիազորություն չեն պահանջում դյուրացնելով Ձեզ համար խնամքի մատչելիությունը:

¹ Հոգեկան առողջության ծառայություններ (2024թ.): Ընդհանուր հոգեկան առողջության տվյալներ. mhnational.org/menthealthfacts: 2024թ. հոկտեմբերի 9-ին մուտք է գործվել:

NSMHS-ի ծառայություններն ընդգրկում են՝

- Հոգեկան առողջության** գնահատում և բուժում, ներառյալ անհատական, խմբային և ընտանեկան հոգեբուժությունը:
- Հոգեբանական** և նյարդահոգեբանական ստուգում, երբ կլինիկական ցուցված է՝ հոգեկան առողջության վիճակը գնահատելու համար:
- Ամբուլատոր** ծառայություններ՝ դեղերով բուժմանը հետևելու նպատակով:
- Հոգեբուժական** խորհրդատվություն:
- Ամբուլատոր** լաբորատոր անալիզներ, դեղեր, պաշարներ և հավելումներ:

Caredon-ի մատակարար գտնելու համար կարող եք զանգահարել **1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)** հեռախոսահամարով կամ օգտագործել նրանց Առցանց մատակարարի որոնման հատկությունը՝ այցելելով plan.caredonbehavioralhealth.com/find-a-provider կայքը:

L.A. Care-ի անդամները, ովքեր պայքարում են հոգեկան առողջության լուրջ մարտահրավերների դեմ, կարող են օգնություն ստանալ DMH-ի միջոցով՝ Մասնագիտացված հոգեկան առողջության ծառայությունների (Specialty Mental Health Services, SMHS) համար:

SMHS-ը կարող է ներառել, բայց չսահմանափակվել անհատական և խմբային թերապիայով, դեղորայքային աջակցությամբ, գործի կառավարմամբ, ճգնաժամային միջամտությամբ, գործընկերների աջակցությամբ, հիվանդանոցային բուժմամբ և այլ վերականգնողական ծառայություններով:

Այս ծառայություններից օգտվելու համար զանգահարեք **1.800.854.7771** հեռախոսահամարով:

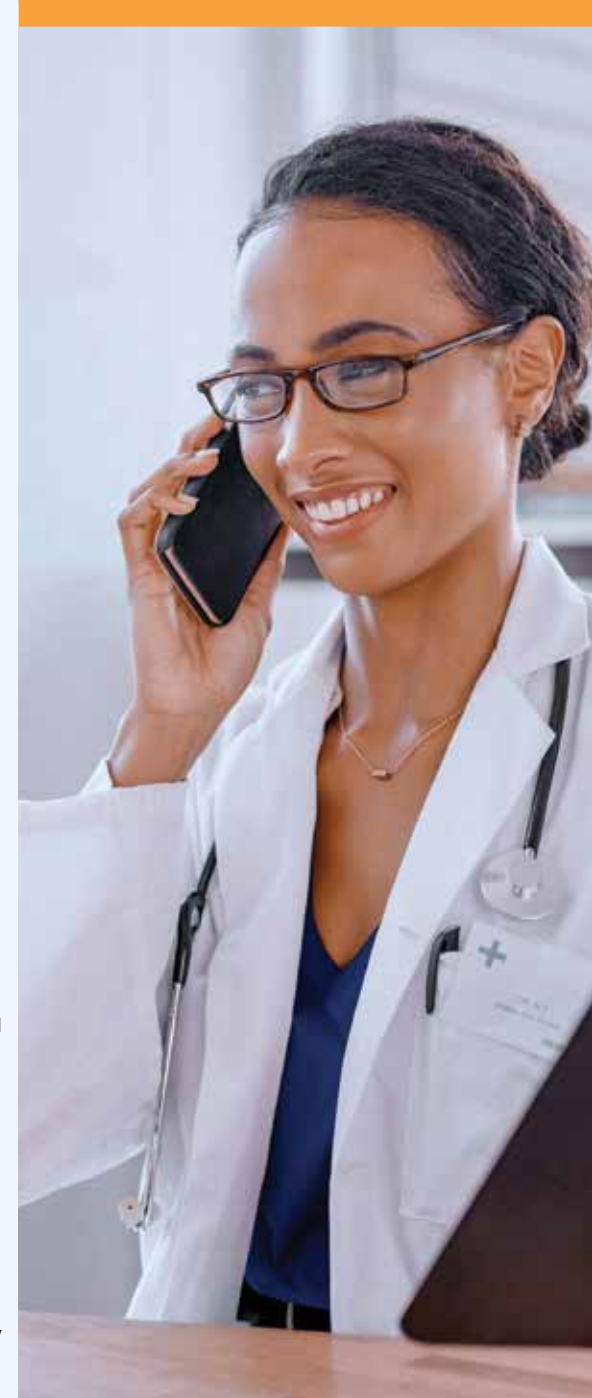
**ԸՆԴԱՄԵՆԸ ՄԵԿ
ՀԵՌԱԽՈՍԱԶԱՆԳՈՎ
ԿԱՐՈՂ ԵՔ
ՕԳՆՈՒԹՅՈՒՆ ՍՏԱՆԱԼ**

Եթե հաշիվ ստանաք Ձեր բժշկից, հրատապ խնամքի կենտրոնից, հիվանդանոցից կամ L.A. Care-ի կողմից մատուցվող այլ ծառայություններից՝

- Պետք է զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:
- Medi-Cal-ի ամբողջ նպաստներն ու ծառայություններն անդամներին մատուցվում են անվճար:
- Հնարավոր է, որ կարիք չունենաք վճարել:
- Դուք իրավունք ունեք զանգատ կամ բողոքի զեկույց ներկայացնել:

Եթե տեղափոխվում եք կամ կարիք ունեք թարմացնելու Ձեր կոնտակտային տվյալները, պետք է անեք հետևյալից մեկը.

- Զանգահարեք Լոս Անջելեսի Հանրային սոցիալական սպասարկման բաժնի (DPSS) Ձեր վարչաշրջանի իրավունակության հարցերով աշխատողին՝ **1.866.613.3777** | TTY **1.800.660.4026** հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30-ից 18:30 (բացառությամբ տոնական օրերի):
- Ստեղծեք կամ մուտք գործեք Ձեր BenefitsCal հաշիվը benefitscal.com կայքում՝ Ձեր տեղեկությունները թարմացնելու համար:
- Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:



Թմրանյութերի օգտագործման բուժմանն առնչվող աջակցության համար անդամները կարող են ուղղակիորեն կապ հաստատել Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային առողջության թմրանյութերի չարաշահման կանխարգելման և վերահսկման բաժնի (DPH SAPC) հետ՝ զանգահարելով **1.844.804.7500 (TTY 711)** հեռախոսահամարով:

L.A. CARE MEDI-CAL Նպաստների հիմնական կետերը

Ձեր նպաստների մասին հավելյալ
մանրամասներ կարող եք գտնել
Medi-Cal Անդամի տեղեկագրքում,
որը հասանելի է առցանց՝

lacare.org/members/documents/medi-cal:

* Սա ընդամենը ամփոփում է:

Ամբուլատոր և ընդհանուր նպաստներ և ծառայություններ

- Առաջնային խնամքի բժշկի և
մասնագետի այցեր
- Ամբուլատոր վիրահատություն
- Հրատապ խնամքի և մանրածախ
խանութների կլինիկաներ
- Լաբորատոր ծառայություններ և ռենտգեն
պատկերումներ
- Գրիպի սրսկումներ և այլ առաջարկվող
պատվաստումներ
- Կորոնավիրուսի (COVID-19) Ստուգում և
պատվաստում
- Մայրության և նորածնի խնամք
- Ծննդաբերության և հետծննդաբերական խնամք

Կանխարգելիչ և քաջառողջության նպաստներ

- Health in Motion™ ծրագիր
- Հիվանդությունների կառավարման ծրագրեր
- Ծխելը դադարեցնելու ծառայություններ
- Ընտանիքի պլանավորման
ծառայություններ
- Համայնքային առողջապահական
հարցերով աշխատողի ծառայություններ

L.A. Care
Health Plan-ը
առողջապահական
նպաստների
համապարփակ շարք է
տրամադրում:

**Ձեռք ԱՆՎՃԱՐ
ՏՐԱՄԱԴՐՎՈՂ
ՀԱՎԵԼՅԱԼ ՆՊԱՍՏՆԵՐ**

- Բուժքույրերի և մանկաբարձների
ծառայություններ
- Դուլայի ծառայություններ
- Մանկաբուժական ծառայություններ (Վաղ և
պարբերաբար զննում, ախտորոշում և բուժում
- Ուտաբուժություն
- Ոսկրահարդարում
- Բուժական թերապիաներ
- Դիալիզ/Հեմոդիալիզ
- Բուժքույրերի խորհրդատվական
հեռախոսագիծ
- Հեռաառողջապահություն
- Ընտանեկան թերապիա

Վարվեցողական առողջության ծառայություններ

- Հոգեկան առողջության ամբուլատոր
ծառայություններ
- Ամբուլատոր և ստացիոնար մասնագիտացված
հոգեկան առողջության ծառայություններ
- Թմրանյութի օգտագործման խանգարման
ամբուլատոր ծառայություններ/Ալկոհոլի
չարաշահման զննում
- Կամավոր ստացիոնար թունազերծում



Հիվանդանոցային ծառայություններ

- Ստացիոնար ծառայություններ
- Վիրաբուժական ծառայություններ
- Հիմնական օրգանների և հյուսվածքի
փոխպատվաստում
- Անեսթեզիոլոգի ծառայություններ



Արտակարգ իրավիճակի ծառայություններ

- Շտապ օգնության սենյակի
ծառայություններ
- Շտապօգնության մեքենայի
ծառայություններ



Դեղատան նպաստներ

- Դեղատոմսային դեղեր
(Medi-Cal Rx-ի միջոցով՝
medi-calrx.dhcs.ca.gov)



Վերականգնողական և հաբիլիտատիվ ծառայություններ

- Ֆիզիոթերապիա
- Աշխատանքային թերապիա
- Աուդիոլոգիա
- Լոգոպեդիա
- Լսողության ստուգումներ
- Տեսական օգտագործման բժշկական սարքեր
- Ասեղնաբուժություն
- Տնային առողջապահական ծառայություններ
- Օրթեզ/պրոթեզ
- Բժշկական պարագաներ, սարքավորումներ
և սարքեր
- Հմուտ բուժքույրական հաստատություն
(մինչև 90 օր)
- Թոքերի վերականգնում



Այլ ծառայություններ

- Տեսողություն/Օպտոմետրիա
- Ատամնաբուժական խնամք (Medi-Cal Dental-ի
միջոցով, որը պաշտոնապես հայտնի է որպես
Denti-Cal՝ dhcs.ca.gov/services)
- Փոխադրում
 - Ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական
փոխադրում
 - Պատգարակով միկրոավտոբուս
 - Անվասայլակի համար հարմար միկրոավտոբուս
 - Շտապօգնության մեքենա
 - Ոչ-բժշկական փոխադրում
 - Անձնական կամ հանրային փոխադրամիջոց
այն անձանց համար, ովքեր չունեն այլ միջոց
իրենց ժամադրությանը հասնելու համար
- Երկարաժամկետ ծառայություններ և
աջակցություն
 - Հմուտ բուժքույրական հաստատություններ
(91+ օր)
 - Տնային և Համայնքահեն ծառայություններ
 - Համայնքային աջակցություններ
 - Բարելավված խնամքի կառավարում
 - Փողոցի բժշկություն՝ նախատեսված անտունների
համար

* Նպաստները ենթակա են փոփոխման: Զանգահարեք
L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝
1.888.839.9909 (TTY 711) հեռախոսահամարով, որը
24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը,
հավելյալ տեղեկությունների համար այցելեք lacare.org:
Ձեր առողջապահական խնամքի մատակարարը
կարող է որոշ նպաստների և ծառայությունների համար
թույլտվություն տալ: Կարիք ունենալ:

Առողջ պահեք Ձեր աչքերը **VSP VISION CARE-ի ՀԵՏ**

Մենք Ձեր աչքի առողջությունը դարձնում ենք մեր գլխավոր առաջնահերթությունը: Որպես Vision Care-ի անդամ, Դուք խնամքի մատչելիություն կունենաք հետևյալից՝ աչքի հայտնի բժշկներ, որակյալ ակնոցներ, ներառյալ՝ դեղատոմսով ոսպնյակները և շրջանակները, ինչպես նաև աչքերի մատչելի խնամք, որպեսզի կարողանաք հստակ տեսնել և ապրել առողջ կյանքով:

ԱՋԲԻ ԿԱՆՈՆԱՎՈՐ ՍՏՈՒԳՈՒՄՆԵՐԸ ԿԱՐԵՎՈՐ ԵՆ

VSP®-ով Դուք հրաշալի խնամք կստանաք VSP ցանցի բժշկից, ներառյալ՝ WellVision Exam®-ը, որն ստուգում է՝ նախատեսված տեսողության և առողջական խնդիրների նշաններ գտնելու համար, ինչպես օրինակ՝ շաքարախտը և արյան բարձր ճնշումը:



**ՀԱՐՑԵ՞Ր
ՈՒՆԵՔ:**

Ձեր VSP նպաստից օգտվելը հեշտ է



Ուսումնասիրեք Ձեր ապահովագրությունը

Վերանայեք Ձեր անհատականացված ապահովագրության մանրամասները և գտեք ներցանցային բժիշկ՝ հաշիվ ստեղծելով vsp.com-ում՝ օգտագործելով Ձեր L.A. Care Health Plan-ի նույնականացման (ID) համարը (նշված Ձեր քարտի վրա):



Այցելեք ներցանցային բժշկի

Մուտք գործեք Ձեր հաշիվ vsp.com կայքում՝ Ձեզ մոտ գտնվող Medi-Cal-ի VSP Մասնակից մատակարար գտնելու համար կամ զանգահարեք VSP Անդամների սպասարկման բաժին **1.800.877.7195 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից չաբաթ, 6:00-ից 17:00, խաղաղօվկիանոսյան ստանդարտ ժամանակով (կիրակի օրերին փակ է):



Ձեր ժամադրությանը նրանց ասացեք, որ VSP ունեք L.A. Care Health Plan-ի միջոցով: Ցույց տվեք L.A. Care Health Plan-ի Ձեր քարտը Ձեր ժամադրությանը:

Այսբա՛նը: Մենք կլուծենք մնացածը. հայցի ձևաթղթեր չկան, որոնք պետք է լրացնել, երբ այցելեք VSP Մասնակից մատակարարի:

Այցելեք vsp.com կամ զանգահարեք VSP՝ **1.800.877.7195 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, երկուշաբթիից չաբաթ, 6:00-ից 17:00, խաղաղօվկիանոսյան ստանդարտ ժամանակով (կիրակի օրերին փակ է):



Լրացուցիչ միջոցներ **ԽՆԱՄՔ ՍՏԱՆԱԼՈՒ ՔԱՄԱՐ**

Երբ չեք կարող կապվել Ձեր PCP-ին, Teladoc-ի և Minute Clinic-ի մեր գործընկերների հետ հեշտությամբ խնամք ձեռք բերեք:

ԻՆՉՊԵՍ ՄՈՒՏՔ ԳՈՐԾԵԼ



1

Ստեղծեք Ձեր հաշիվը Teladoc.com կայքում: Ձեզ անհրաժեշտ կլինի Ձեր անդամի նույնականացման (ID) համարը:

2

Ցանկացած պահի վիրտուալ այց խնդրեք Teladoc-ի հեռախոսագանգի կենտրոնի, անդամների կայքի կամ բջջային հավելվածի միջոցով:

3

Օգտվեք խնամքից, որն անհրաժեշտ է, ուղղակիորեն հեռախոսով կամ տեսագանգով 24/7 հիմքով:



Հավելյալ տեղեկությունների համար՝
lacare.org/teladoc

ԻՆՉՊԵՍ ՄՈՒՏՔ ԳՈՐԾԵԼ



1

Օգտագործեք

L.A. Care-ի ացանց մատակարարների հասցեագիրքը՝ Ձեզ մոտ գտնվող Minute Clinic գտնելու համար:

2

Ուսումնասիրեք

սպասման ժամկետները և պլանավորեք Ձեր այցը Minute Clinic-ի կայքում:

3

Խնամք ստացեք Minute Clinic-ում: Ձեզ անհրաժեշտ կլինի Ձեր անդամի նույնականացման (ID) համարը և նույնականացման ձևաթուղթ:



Հավելյալ տեղեկությունների համար՝

lacare.org/minuteclinik

Հարցե՛ր ունեք: Զանգահարեք L.A. Care՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)**



COVID-19-ի, գրիպի և ռեսպիրատոր-սինցիտիալ վիրուսի (RSV)



ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄ և ԽՆԱՄՔ

COVID-19-ը, գրիպը և RSV-ը բոլորը շատ վարակիչ վիրուսներ են: Այս վիրուսները տարածվում են անձից անձ և կարող են լուրջ հիվանդություն առաջացնել, ինչպես օրինակ՝ թոքերի վարակ, երկարատև COVID, հոսպիտալացում և մահ:

Հանրային առողջապահական բոլոր գործակալությունները և L.A. Care-ն առաջարկում են, որ իրավունակ բոլոր անձինք ստանան Covid-19-ի, գրիպի և RSV-ի դեմ պատվաստումներ և/կամ խթանիչներ:



Իրավասություն

COVID-19-ի և գրիպի դեմ պատվաստումները հասանելի են վեց ամսական և ավելի բարձր տարիքի բոլոր անձանց համար: RSV-ի դեմ պատվաստանյութն այժմ հասանելի է շատ փոքր երեխաների, հղիների և իրավունակ ավելի տարեց չափահասների համար:

Պատվաստվելն ինքներդ Ձեզ և Ձեր սիրելիներին պաշտպանելու լավագույն միջոցներից է:



Մուտք

COVID-19-ի և գրիպի դեմ սրսկումները հասանելի են դեղատների մեծ մասում և Ձեր Առաջնային խնամքի մատակարարի (PCP) ընդունարանում կամ այցելեք lacare.org/flu՝ համայնքում գրիպի դեմ անվճար սրսկումներ գտնելու համար:

RSV-ի դեմ պատվաստանյութը հիմնականում հասանելի է նորածինների և փոքր երեխաների համար, ուստի Դուք պետք է ճշտեք Ձեր PCP-ի հետ՝ պարզելու, թե արդյոք RSV պատվաստանյութը հասանելի է և արդյոք Դուք համապատասխանում եք դրան:

Տարեց չափահասների և հղիների համար RSV պատվաստանյութը կարող է ապահովագրվել Medi-Cal Rx-ի կողմից դեղատանը՝ առանց նախնական լիազորության: Դեղատան ապահովագրության մասին ամենաթարմ տեղեկությունների համար խնդրում ենք այցելել medi-calrx.dhcs.ca.gov կայքը:



Արժեք

Ոչ մի ծախս չկա L.A. Care Medi-Cal-ի իրավունակ անդամների համար՝ COVID-19 ստանալու, ինչպես նաև գրիպի և RSV-ի դեմ պատվաստումներ կամ դեղեր ստանալու համար:



Կողմնակի ազդեցություններ

Պատվաստանյութերը Ձեզ չեն վարակում վիրուսով: Այս պատվաստանյութերի ընդհանուր կողմնակի ազդեցությունները կլինիկական փորձարկումներում ներառել են ցավ ներարկման տեղում, հոգնածություն, գլխացավ, մկանների և հոդերի ցավ, դող և մեղմ ջերմություն:

Կողմնակի ազդեցությունները հիմնականում մեղմ են և անհետանում են մեկ կամ երկու օրից, մինչդեռ պատվաստումների օգուտը մնում է:



Պաշտպանված մնացեք

- :: Հազալիս կամ փռտալիս բերանն անձեռոցիկով ծածկեք և փռտացեք Ձեր արմունկում:
- :: Հաճախակի լվացեք ձեռքերը օճառով:
- :: Մի գնացեք աշխատանքի կամ դպրոց, երբ հիվանդ եք և մինչև ախտանշանները բարելավվեն:
- :: Անհրաժեշտության դեպքում դիմակ կրեք:



Բուժվեք

Եթե COVID-19-ի կամ գրիպի ստուգման դրական արդյունք ունեք, կարող եք Ձեր PCP-ից խնդրել, որպեսզի դեղեր նշանակի այս վարակները բուժելու համար: Այս դեղերը կարող են սահմանափակել վարակի տևողությունն ու ծանրությունը և նվազեցնել ծանր հիվանդության հավանական վտանգը:



COVID-19-ի, գրիպի կամ RSV-ի վերաբերյալ հարցեր ունե՞ք:

Եթե հարցեր ունեք այս պատվաստումների մասին կամ եթե ուզում եք հավելյալ տեղեկություններ ստանալ առկա դեղերի մասին, խնդրում ենք խոսել Ձեր PCP-ի հետ կամ այցելել lacare.org/vaccine կայքը:

RSV-ի մասին հավելյալ տեղեկատվության համար խնդրում ենք այցելել Հանրային առողջության բաժնի սուր վարակիչ հիվանդությունների կառավարման բաժին (lacounty.gov)



Ստացեք COVID-19-ի և գրիպի դեմ ԱՆՎՃԱՐ պատվաստումն այսօր

Ձեր PCP-ի հետ կապվեք ժամադրություն պլանավորելու կամ տեղական դեղատուն այցելելու համար: Ցույց տվեք նրանց Ձեր L.A. Care-ի նույնականացման քարտը և ստացեք Ձեր անվճար սրսկումը գրիպի դեմ: Որևէ այլ օգնության կարիք ունենալու դեպքում կապ հաստատեք մեր Անդամների սպասարկման բաժնի հետ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով:



Հավելյալ
տեղեկությունների
համար՝
lacare.org/vaccine

Իմացեք Ձեր ԽՆԱՄՔԻ ԸՆՏՐԱՆՔՆԵՐԸ

Խնամքի տեսակներ	Ախտանիշների և ծառայությունների օրինակներ	Ինչպես ձեռք բերել	Սպասման մոտավոր ժամերը
 Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ Խոսեք արտոնագրված գրանցված բուժքրոջ հետ 24/7 հիմքով:	- Ինքնախնամքի խորհուրդներ - Առողջության վերաբերյալ հարցերի պատասխաններ - Որոշել, թե որտեղ ստանալ խնամքը	1.800.249.3619 (TTY 711)	Սպասման ժամանակ չկա
 Առաջնային խնամք Նախ զանգահարեք Ձեր Առաջնային խնամքի մատակարարին, երբ խնամքի կարիք ունեք:	- Կանխարգելիչ խնամք - Հանկարծահաս կամ կարճատև առողջական խնդիրներ - Երկարատև առողջական խնդիրներ կամ հիվանդություններ, ինչպիսին է շաքարախտը	- Զանգահարեք Ձեր PCP-ի հեռախոսահամարով, որը նշված է Ձեր նույնականացման (ID) քարտի վրա: - Այցելեք L.A. Care-ի Մատակարարների առցանց հասցեագիրքը lacare.org կայքում	10 կամ նվազ աշխատանքային օր - Մի քանի նույնօրյա ժամադրություններ
 Վիրտուալ խնամք Մուտք գործեք հեռաառողջապահության ծառայություններ և բժշկի հետ խոսեք հեռախոսով կամ առցանց:	- Մրսածություն/գրիպ/տենդ - Ցան - Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) - Շնչառական (խզխզոց/հագ) - Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) - Մանր վնասվածքները	- Այցելեք Teladoc™ (Պահանջվում է մուտք գործել/գրանցվել) member.teladoc.com/lacare կայքում - Teladoc™ 1.469.643.2161	Բոլորներից ժամեր
 Շտապ օգնության խնամք Շտապ օգնության կայանի խնամք կյանքին վտանգ սպառնացող վիճակների համար: ER կայանից մի օգտվեք սովորական խնամքի կամ թեթև հիվանդության համար:	- Կրծքավանդակի ցավ - Տեսողության հանկարծակի փոփոխություններ - Թուլություն/խոսելու դժվարություն - Սեփական անձին վնասելու մտքեր կամ հոգեկան առողջության որևէ այլ արտակարգ իրավիճակ	Զանգահարեք 911 կամ գնացեք ամենամոտ հիվանդանոցի շտապ օգնության կայան	Սպասման ժամերը կարող են տարբեր լինել՝ կախված Ձեր վիճակի ծանրությունից, հիվանդների քանակից և բուժման սենյակների մատչելիությունից:



Ծախսերի կամ այս ծառայություններից օգտվելու կերպի մասին հավելյալ տեղեկությունների համար այցելեք lacare.org/members/getting-care կամ զանգահարեք Ձեր Անդամի նույնականացման (ID) քարտի հետևի կողմում նշված համարով: Եթե Ձեզ անհրաժեշտ է լրացուցիչ օգնություն, դիմեք L.A. Care Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)**, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

Խնամքի տեսակներ	Ախտանիշների և ծառայությունների օրինակներ	Ինչպես ձեռք բերել	Սպասման մոտավոր ժամերը
 Հրատապ խնամք Մանրածախս խանութների կլինիկաներ, որոնք տեղակայված են մանրածախս դեղատանը և անձնակազմում առաջնային խնամք տրամադրող բուժքույր ունեն	- Մրսածություն/գրիպ/տենդ - Ցան - Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) - Շնչառական (խզխզոց/հագ) - Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) - Մանր վնասվածքները	- Այցելեք CVS MinuteClinic-ի տեղանքներից մեկը - Մանրածախս խանութների կլինիկաների ցանկի համար այցելեք L.A. Care-ի առցանց Մատակարարների հասցեագիրքը:	- Բոլորներից ժամեր - Այց պլանավորեք և առցանց ստուգեք առանց ժամադրության սպասման մոտավոր ժամերը
 Հրատապ խնամքի կենտրոն Բժիշկներից ստացեք նույնօրյա խնամք, նույնիսկ աշխատանքային ժամերից հետո և շաբաթավերջերին:		- Այցելեք L.A. Care-ի Մատակարարների առցանց հասցեագիրքը lacare.org կայքում - Զանգահարեք Անդամների սպասարկման բաժին՝ 1.888.839.9909 (TTY 711) հեռախոսահամարով	Բոլորներից ժամեր
 Վարքագծային առողջության ծառայություններ Վարքագծային առողջության մատակարարներից օգտվեք հետևյալի միջոցով.	- Անհույս լինելու կամ գերհոգնածության զգացումներ - Չափազանցված զայրույթ, անհանգստություն, ջղագրգռություն և տրամադրության այլ փոփոխություններ - Քուն, ախորժակ կամ էներգիայի մակարդակի փոփոխություններ		
 Carelon Behavioral Health	- Հոգեկան առողջության սկզբնական գնահատում (նախնական լիազորության կարիք չկա) - Անհատական, խմբային կամ ընտանեկան թերապիա - Հոգեբանական և նյարդաբանական ստուգում - Ջննդամեր և կարճատև միջամտություններ - Ամբուլատոր հսկողություն դեղերով բուժման համար	Carelon Behavioral Health 1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929	
 LA վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժին (DMH)	- Անհատական թերապիա - Դեղերի աջակցություն - Ճգնաժամային միջամտություն և կայունացում - Նպատակային գործի կառավարում - Ցերեկային բուժում և ցերեկային վերականգնում - Բնակարանային բուժում - Սուր հոգեբուժական ստացիոնար հոգեբուժական խնամք*	DMH ACCESS-ի և թմրանյութերի օգտագործման ծառայության թեժ գիծ՝ 1.800.854.7771	- Ոչ-հրատապ խնամք. - Հոգեկան առողջության ժամադրություն 10 աշխատանքային օր - Մասնագիտացված խնամքի բժիշկ 15 աշխատանքային օր
 LA վարչաշրջանի Հանրային առողջության բաժին (DPH) Հոգեմետ դեղերի չարաշահման կանխարգելում և վերահսկողություն (SAPC)	Թմրանյութերի օգտագործման բուժում, ինչպես օրինակ՝ ամբուլատոր և բնակության վայրի ծառայություններ	Թմրանյութերի չարաշահման ծառայությունների թեժ գիծ՝ 1.844.804.7500	



Անդամների նյութերի կայքէջ

Կարող եք վերանայել Ձեր անդամի կարևոր փաստաթղթերը հետևյալ կայքում՝
lacare.org/members/documents/medi-cal:

Այստեղ կարող եք գտնել հետևյալ կարևոր տեղեկությունները և ռեսուրսները, որոնք կօգնեն Ձեզ ստանալ անհրաժեշտ խնամքը.

- Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագիրք
- Նոր անդամի բարի գալստի ուղեցույց
- Անդամի տարեկան ուղեցույց
- Մատակարարների հասցեագիրք
- Medi-Cal-ի նույնականացման (ID) քարտ
- Medi-Cal Rx
- Medi-Cal երեխաների և դեռահասների համար, գրքույկ և նամակ

Medi-Cal-ի անդամների նյութերը տարեկան թարմացվում և տեղադրվում են կայքում:

Յուրաքանչյուր տարի Դուք կստանաք Տարեկան փոստային ուղեցույցի տպագիր պատճենը, սակայն անդամի տեղեկագիրքը հասանելի կլինի միայն էլեկտրոնային ձևով՝ առցանց:

Անդամի տեղեկագրի տպագիր պատճենը չի ուղարկվի փոստով, եթե այն չի ներկայացվել:

Էլեկտրոնային ձևաչափով կարող եք նաև մուտք ունենալ հետևյալ նյութերին ու աղբյուրներին.

- Համայնքային աջակցություններ.
lacare.org/members/community-supports
- Medi-Cal-ի Անդամի երկարաձգման էջ՝
lacare.org/health-plans/medi-cal/reewals
- Մատակարարների հասցեագիրք՝
lacare.org/members/documents/medi-cal
- Դեղատան դեղերի դեղացանկ (Medi-Cal Rx-ի միջոցով)՝ lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- Medi-Cal երեխաների և դեռահասների համար, գրքույկներ/նամականեր՝
lacare.org/members/getting-care/routine-exams
- Վարքագծային առողջության մատակարարի որոնում Caelon Behavioral Health-ի միջոցով
plan.caelonbehavioralhealth.com/find-a-provider



L.A. Care Connect-ը և My Health in Motion™-ը

L.A. Care Connect

Ձեր փորձառությունը դյուրացնելու համար կարող եք ստեղծել L.A. Care Connect-ի անդամի առցանց հաշիվ՝ տեղեկատվության և ծառայությունների համար: L.A. Care connect-ը Ձեր անդամի առցանց հարթակն է:

- Առցանց հաշիվ ստեղծել՝ այցելելով members.lacare.org կայքը կամ սեղմելով անդամի նշանը՝ lacare.org կայքէջի վերին աջակողմյան կոճակի վրա:
- Ձեզ անհրաժեշտ է Ձեր անդամի նույնականացման (ID) համարը և վավեր էլիտստի հասցե՝ հաշիվ ստեղծելու համար (Ձեր անդամի նույնականացման (ID) համարը Ձեր անդամի նույնականացման (ID) քարտի վրա է):
- Քայլ առ քայլ **գրանցման ուղեցույցից** օգտվելու համար խնդրում ենք այցելել members.lacare.org կայքը:

Ձեր L.A. Care Connect հաշվի միջոցով կարող եք՝

- **Տպել կամ դիտել** Ձեր անդամի նույնականացման (ID) քարտը, որը կարող եք օգտագործել Ձեր բժշկի ընդունարանում կամ դեղատանը
- **Դիտել** Ձեր առողջական խնամքին վերաբերող տեղեկությունները, ներառյալ՝ իրավունակությունը
- **Խնդրել** փոխել Ձեր PCP-ին
- **Ձրուցել** իրական ժամանակում բուժքրոջ հետ՝ Ձեզ հարմար ժամանակ
- **Ավելի շատ օգտվել 24/7 ծառայություններից.** բժիշկ գտնել, որոնք մատակարարների հասցեագիրքը կամ կապվել մեզ հետ, և այս ամենը՝ մեկ կոճակ սեղմելով
- **Կապվել My Health in Motion™-ի հետ՝** Ձեր առողջական կարիքներին համապատասխան ծրագրեր գտնելու համար

L.A. Care-ը 2025 թ. գործարկում է անդամների բարելավված հարթակ՝ Ձեր առողջապահական խնամքի կառավարումն ավելի քան երբևէ դյուրացնելու համար:

Տեղեկացված մնացե՛ք նոր հատկությունների թարմացումների համար, որոնք նախատեսված են Ձեզ արագ և հարմար մուտք տրամադրել օգտվելու հետևյալից.

- Ձեր առաջնային խնամքի **բժշկին**, կլինիկական կամ բժշկական խումբը փոխելը
- **Մատչելիություն** Ձեր ծրագրի նպաստներին
- **Ձեր** Առողջական վտանգի գնահատման ձևաթղթի լրացում, դիտում և թարմացում
- **Լիազորման** կարգավիճակների դիտում իրական ժամանակում L.A. Care-ի լիազորությունների համար
- **Ձեր** ժողովրդագրական **տվյալների** դիտում և թարմացում

My Health In Motion™

Վերահսկե՛ք Ձեր առողջությունը և լավագույնը զգացե՛ք My Health In Motion™-ի (MyHIM) առցանց քաջառողջության ամբողջությամբ նոր հարթակի հետ:

Բացահայտե՛ք հետևյալ առանձնահատկությունները MyHIM-ի նոր կայքում՝

- **Թարմ և հեշտ.** Փորձե՛ք նոր տեսքը՝ զվարճալի և պարզ հատկություններով:
- **Բարեկեցության գնահատում՝** Առողջապահական արագ ստուգում անցե՛ք և ստացե՛ք Ձեր սեփական հաշվետվությունը:
- **Ինտերակտիվ աշխատանքային պարապմունքներ.** Ուսումնասիրե՛ք առցանց առողջապահական դասընթացների մասնակցելու տարբերակները:
- **Սարքի կապակցում.** Միացե՛ք առողջապահական հետադիշների, ինչպիսին է Fitbit-ը՝ սահուն փորձառության համար:
- **Փորձագետի կողմից առողջապահական քույշինգ.** Օգնություն ստացե՛ք մեր առողջապահական քույշինգի ծրագրից:
- **Տեղեկատվություն, որը հասանելի է Ձեզ մատի մեկ հպումով.** Բացահայտե՛ք առողջապահական տեղեկություններով լի գրադարանը:

MyHIM-ից օգտվե՛ք ցանկացած ժամանակ, ցանկացած վայրում՝ համակարգչով, հեռախոսով, L.A. Care-ի Համայնքային աղբյուրների կենտրոններից և նույնիսկ Հանրային գրադարանից:

Պատրաստ եք՝ սկսելու համար.

1. Անցե՛ք lacare.org և սեղմե՛ք **«Member Sign-In» (Անդամի մուտք)**
2. Սեղմե՛ք **«My Health In Motion™»** ներդիրին և ստեղծե՛ք Ձեր հատկագիրը



Եթե օգնության կարիք ունե՛ք մեր առողջապահական օգնականները հասանելի են **1.855.856.6943** հեռախոսահամարով:

Ձեզ հասանելի ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐԸ

Հավելյալ ԱՂԲՅՈՒՐՆԵՐ

Համայնքային ռեսուրս կենտրոններ

L.A. Care-ի Համայնքային ռեսուրս կենտրոնները (Community Resource Centers, CRCs) գործում են Blue Shield of California Promise Health Plan-ի հետ համատեղ և առաջարկում են առողջությանը և քաջառողջությանը առնչվող բազմաթիվ անվճար ծառայություններ և ռեսուրսներ, որոնք հարմարեցված են անդամներին և համայնքին:

Առաջարկվող ծառայությունները ներառում են.

- Առողջության և քաջառողջության անվճար դասընթացներ մեծահասակների և երեխաների համար՝ օգնելու կառավարել քրոնիկական առողջական խնդիրները
- Անվճար WiFi հեռաառողջապահական ծառայությունների համար
- CalFresh-ում անդամագրման օգնություն
- Medi-Cal-ի անդամագրման և թարմացման աջակցություն
- Սոցիալական ծառայությունների օգնություն
- Կապակցում և ուղեգրեր տեղական համայնքային ռեսուրսների համար

CRC-Ի ԲՈՒՈՐ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՆ ԱՆՎՃԱՐ ԵՆ և ՀԱՍԱՆԵԼԻ ԵՆ ՁԵՋ և ՀԱՄԱՅՆՔԻ ՑԱՆԿԱՑԱԾ ԱՆՁԻ ՀԱՄԱՐ

- Առողջության զննումներ, սննդի օգնություն և համայնքային միջոցառումներ ողջ տարվա ընթացքում

Անցում կատարեք communityresourcecenterla.org կայքը՝ CRC-ի գտնվելու վայրի/հասցեների, հեռախոսահամարների, աշխատանքային ժամերի և միջոցառումների օրացույցների համար:

Ժամադրություն կարող եք նշանակել՝ այցելելով communityresources.centerla.org կայքը և օգտագործելով ժամադրություն նմանակման առցանց գործիքը կամ զանգահարելով **1.877.287.6290 (TTY 711)** հեռախոսահամարով:

Առողջապահական կրթության ծառայություններ

L.A. Care-ն առաջարկում է առողջության և հիվանդությունների կանխարգելման անվճար ծառայություններ, ծրագրեր և աղբյուրներ, ինչպիսիք են.

- Անհատական հեռախոսային խորհրդատվություն գրանցված դիետոլոգների/առողջապահական մանկավարժների հետ
- Խմբային բարեկեցության ժամադրություններ համայնքում
- Առցանց սեմինարներ, գրուցելու գործառնություններ և տեսանյութեր My Health in Motion™-ի միջոցով մեր առողջության և բարեկեցության հարթակի միջոցով
- Շաբաթափստի ինքնակառավարման կրթություն (DSME)
- Սնունդը որպես դեղամիջոց (MAM)
- Բժշկական սնուցմամբ բուժում (MNT)
- Առողջ հղիության, առողջ մայրիկ և դուկայի ծառայություններ
- Ծխախոտի անվճար դադարեցում
- Գրիպի և COVID-ի կանխարգելում և խնամք
- Առողջական խնդրի աջակցության ծրագրեր ասթմայի, COPD-ի (Թոքերի քրոնիկ օբստրուկտիվ հիվանդություն), շաքարախտի, շաքարախտի և երիկամների հիվանդության, բարձր վտանգի հղիության համար
- Կարդալու համար հեշտ նյութեր տարբեր թեմաներով և լեզուներով
- Առողջապահական կրթության աուդիո հղման գրադարան (HEAR)
- Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ **1.800.249.3619 (TTY 711)**

Հավելյալ տեղեկությունների համար զանգահարեք **1.855.856.6943 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, երկուշաբթից ուրբաթ, 8:00-ից 17:00 կամ այցելեք lacare.org/healthy-living կայքը՝ անդամի առողջապահական կրթության նյութերի համար:

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԲՈՒՈՐ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՆ ԱՆՎՃԱՐ ԵՆ:

Բանավոր թարգմանչի ծառայություններ

- Դուք իրավունք ունեք բանավոր թարգմանչի ունենալ, երբ խոսում եք Ձեր բժշկի հետ:
- L.A. Care-ը մատուցում է անվճար բանավոր թարգմանչի ծառայություններ, ներառյալ՝ Ամերիկյան ժեստերի լեզուն:
- Պարտավոր չեք որպես բանավոր թարգմանչի ունենալ Ձեր ընտանիքի որևէ անդամի կամ ընկերոջ, բացի արտակարգ իրավիճակներից
- Բանավոր թարգմանչի խնդրելու համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը, **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, Ձեր այցից առնվազն 10-15 օր առաջ

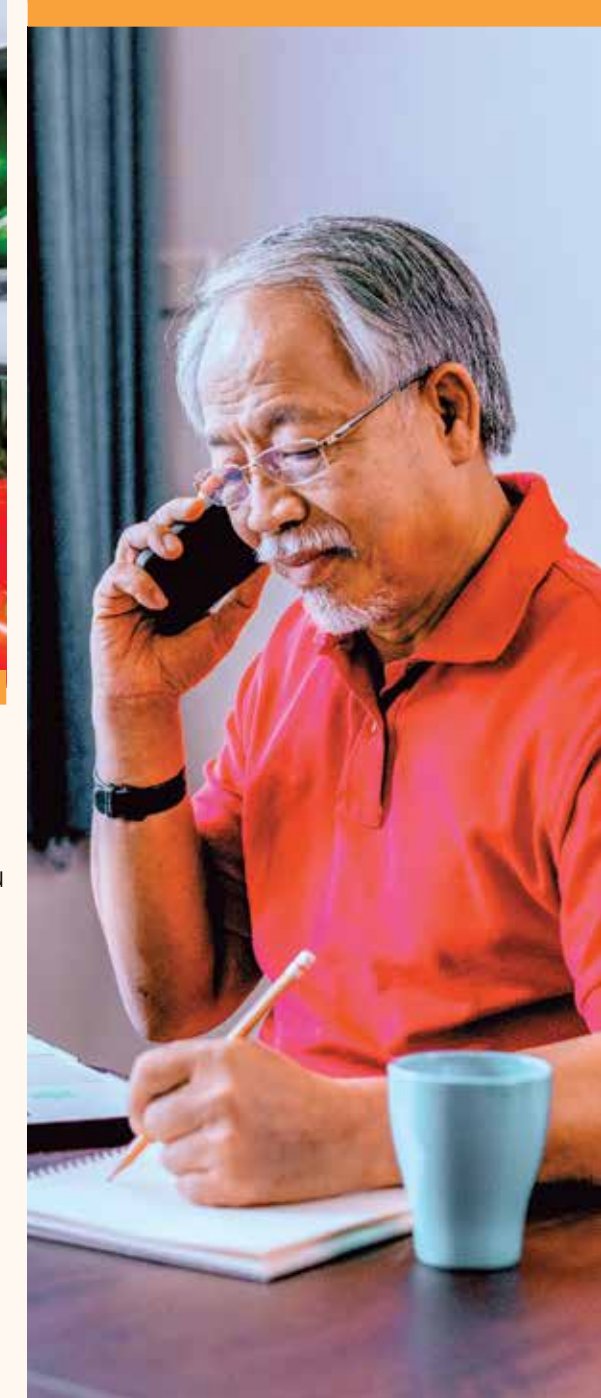
Խնդրում ենք զանգահարելիս պատրաստ ունենալ հետևյալ տեղեկությունները.

- Ձեր անունը
 - Ձեր L.A. Care-ի անդամի նույնականացման (ID) համարը
 - Ձեր ժամադրության ամսաթիվն ու ժամը
 - Բժշկի անունը
 - Բժշկի հասցեն և հեռախոսահամարը
- Եթե Ձեր ժամադրությունը փոխվել կամ ջնջվել է, խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում հնարավորինս շուտ:



Լեզվական օգնության տեսանյութեր դիտելու և անվճար լեզվական օգնության ծառայությունների մասին հավելյալ տեղեկություններ ստանալու համար խնդրում ենք այցելել lacare.org/members/interpretation-translation կայքը:

Հավելյալ ԱՂԲՅՈՒՐՆԵՐ



Medi-Cal Rx

Medi-Cal-ի Դեղատան նպաստները տնօրինվում են Medi-Cal Rx-ի վճարովի ծառայության մատուցման համակարգի միջոցով:

Այցելեք Medi-Cal Rx-ի կայքը՝ medi-calrx.dhcs.ca.gov/home կամ զանգահարեք **1.800.977.2273 (TTY 800.977.2273)** համարով և սեղմեք **7** կամ **711** հետևյալի համար:

- Ստանալու Պայմանագրային դեղերի ցանկի պատճենը
- Medi-Cal Rx-ի հետ աշխատող դեղատների ցանկը գտնելու Medi-Cal Rx-ի Դեղատների հասցեագրքում՝ ինչպիսիք են՝ CVS, Walgreens և Rite Aid



Փոխադրություն

Ձեր նպաստները ներառում են Ոչ-բժշկական փոխադրում (NMT) և Ոչ-արտակարգ վիճակի բժշկական փոխադրում (NEMT) ստանալը Ձեր բժշկական ժամադրություններին կամ երբ դեղատոմսեր և բժշկական պաշարներ եք վերցնում:

NMT կամ NEMT ծառայություններ պլանավորելու համար խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը և ընտրեք «փոխադրում» հոշույմը:



Community Link (Համայնքային կապ)

- LA Care Community Link-ն (Համայնքային կապ) օգնում է անդամներին կապվել համայնքային գործակալությունների հետ՝ բնակարանի, սննդի, հաշիվների և շատ ավելի վերաբերյալ աջակցության համար:
- Այցելեք communitylink.lacare.org անվճար կամ կրճատված ծախսով ծառայությունների որոնման և Առողջության սոցիալական գործոններին վերաբերող հարցմանը մասնակցելու համար:



Տեղեկություններ ստացեք CalFresh-ի մասին

CalFresh-ը Կալիֆորնիայի սննդի լրացուցիչ օգնության ծրագիր է, որն ամսական սննդի նպաստներ է տրամադրում՝ օգնելու ցածր եկամուտ ունեցող անձանց և ընտանիքներին առողջ սննդի հասանելիության հարցում:

Եթե իրավունակ եք CalFresh-ի համար, կարող եք ամսական նպաստներ ստանալ էլեկտրոնային նպաստների փոխանցման (EBT) քարտի վրա, որը կարող է օգտագործվել մթերային խանութներում և ֆերմերների շուկաների մեծ մասում սնունդ գնելու համար:

CalFresh-ի համար իրավունակությունը հիմնված է մի քանի գործոնների վրա, ինչպիսիք են Ձեր եկամուտը, ընտանիքի չափը, աշխատանքի պահանջները և ներգաղթի կարգավիճակը: Այս գործոնները նաև որոշում են յուրաքանչյուր ամիս Ձեր ստացած գումարի չափը:

Ընդհանրապես, CalFresh-ին իրավունակ լինելու համար Դուք պետք է լինեք.

- Կալիֆորնիայի բնակիչ և
- ԱՄՆ քաղաքացի կամ որակավորված ներգաղթյալ և
- Ունենաք ընտանիքի տարեկան եկամուտ՝ աղյուսակում նշված եկամտի սահմանաչափից ցածր

Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ փաստացի նպաստի գումարները կախված են յուրաքանչյուր ընտանիքի որոշակի հանգամանքներից:

Ներքևի աղյուսակը տրամադրված է միայն ընդհանուր ուղղորդման և տեղեկատվական նպատակներով: * Ցուցադրված գումարներն ուժի մեջ են [10/1/24 – 9/30/25]-ի համար

Տնային տնտեսության կազմը	Ընտանիքի կազմը 1	Ընտանիքի կազմը 2	Ընտանիքի կազմը 3	Ընտանիքի կազմը 4	Ընտանիքի կազմը 5	Ընտանիքի կազմը 6	Ընտանիքի կազմը 7
Համախառն ամսական եկամտի սահմանը	\$2.510	\$3.408	\$4.304	\$5.200	\$6.098	\$6.994	\$7.890
Ամսական առավելագույն նպաստ	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1.158	\$1.390	\$1.536



Կարող եք դիմել CalFresh-ի համար



Առցանց.

- GetCalFresh.org
- benefitscal.com



Հեռախոսով. զանգահարեք CalFresh-ի տեղեկատվական հեռախոսագիծ **1.877.847.3663** հեռախոսահամարով



Անձամբ Ձեր տեղական DPSS գրասենյակում

Անձամբ Ձեր տեղական CRC-ում

- CalFresh անդամագրման օգնությունն առաջարկվում է մեր CRC-ներում և տրամադրվում է Ազգային առողջապահական հիմնադրամի (National Health Foundation, NHF) կողմից:
- Զանգահարեք Ձեր տեղական CRC՝ NHF Առողջապահությունը գովազդող անձի հետ ժամադրություն նշանակելու համար:

Այսօր սկսե՛ք Ձեր ուղևորությունը՝ ավելի լավ սննդառության համար:

CalFresh-ի մասին հավելյալ տեղեկատվության համար այցելե՛ք՝ dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html

Խնդիրների հաղորդում և լուծում

Դուք իրավունք ունեք զանգատ (բողոք) ներկայացնել, եթե խնդիր ունեք կամ դժգոհ եք L.A. Care-ից կամ մատակարարից ստացած Ձեր ծառայություններից:

Այս գործընթացի մասին հավելյալ տեղեկություններ ստանալու համար խնդրում ենք ուսումնասիրել Ձեր անդամի տեղեկագրի 6-րդ գլուխը:

MEDI-CAL-ի ԵՐԿԱՐԱԶԳՈՒՄ

Յուրաքանչյուր 12 ամիսը մեկ
Լոս Անջելես վարչաշրջանի
Հանրային սոցիալական
սպասարկման բաժինը
(DPSS) կանցկացնի Ձեր
տեղեկությունների
վերանայումը՝ որոշելու, թե
արդյոք Դուք դեռ իրավունակ
եք ստանալ Medi-Cal-ի
նպաստները և արդյոք Ձեր
Medi-Cal-ի անդամագրությունը
երկարաձգվել է հաջորդ տարի:

Թեև որոշ անդամներ կարող են
ավտոմատ կերպով երկարաձգվել,
սակայն Medi-Cal-ի մի շարք
նպաստառուներ պետք է ամեն
տարի թարմացնեն Medi-Cal-ի
իրենց իրավունակությունը՝ հետ
ներկայացնելով պահանջվող
տեղեկությունները DPSS-ին,
որպեսզի պահպանեն իրենց
առողջապահական խնամքի
ապահովագրությունը:

Medi-Cal-ի տարեկան թարմացման
գործընթացի մասին հավելյալ
տեղեկություններ ստանալու համար
խնդրում ենք այցելել
lacare.org/medi-cal-renewals
կայքը՝ օգտակար տեղեկությունների
և ռեսուրսների համար:



Ահա DPSS-ի մի քանի կարևոր կոնտակտային տվյալներ

BenefitsCal-ի կայքը՝
benefitscal.com

BenefitsCal-ը կայք
ԷԿալիֆորնիայի
բնակիչների համար,
որպեսզի առցանց դիմեն և
իրենց նպաստները դիտեն
CalWORKs-ի, CalFresh-ի,
General Relief-ի և
Medi-Cal-ի դիմումների
համար

**Եթե որևէ հարց, կամ օգնության կարիք ունեք Ձեր Medi-Cal
ապահովագրություն** մուտք գործելու համար, խնդրում ենք կապ
հաստատել DPSS-ի հետ **1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026**
հեռախոսահամարով, անցում կատարեք benefitscal.com կայքը կամ այցելեք
KeepMediCalCoverage.org կայքը հավելյալ տեղեկատվության համար:

**DPSS-ի Հաճախորդի սպասարկման
կենտրոնի (Customer Service Center,
CSC) հեռախոսահամարներ**

Անվճար 866.613.3777

**Տեղական
համարներ**
626.569.1399
310.258.7400
818.701.8200

CSC-ը տրամադրելի է
Ձեզ օգնելու՝
Աշխատանքային ժամեր **Երկուշաբթիից
ուրբաթ 7:30-ից 18:30**
Բացի տոնական օրերից

ՊԱՀՊԱՆԵՔ ՁԵՐ MEDI-CAL-Ը

Medi-Cal-ի երկարաձգումները դեռ շարունակվում
են: Յուրաքանչյուրի երկարաձգման ամսաթիվը
տարբեր է: Համոզվեք, որ պահպանում եք Ձեր
Medi-Cal ապահովագրությունը:

Medi-Cal-ն ապահովագրում է կարևոր
ծառայություններ, որոնք օգնում են Ձեզ և
Ձեր ընտանիքին առողջ մնալ: Medi-Cal-ի
օգտագործումը չի համարվում հանրային վճար
և չի ազդում ներգաղթի կարգավիճակի վրա:
Պահպանեք Ձեր Medi-Cal-ը:

Թարմացրեք Ձեր կոնտակտային տվյալները

**Medi-Cal-ի երկարաձգման մասին կարևոր
տեղեկությունները շուտով հասանելի կլինեն:**

- Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական
սպասարկման Ձեր տեղական բաժնի (Department of
Public Social Services, DPSS) գրասենյակին 10 օրվա
ընթացքում տեղեկացրեք, եթե Ձեր տվյալները փոխվեն, այդ
կերպ նրանք կարող են Ձեզ կարևոր նորություններ հայտնել:
- Ձեր տվյալներն ստուգելու և թարմացնելու
ամենաարագ ձևը Ձեր առցանց հաշիվ մուտք գործելն
է benefitscal.com-ի միջոցով:

Ստուգեք Ձեր փոստը

**DPSS-ը կապ կհաստատի Ձեզ հետ Ձեր
երկարաձգման ժամկետից երկու ամիս առաջ:**

- Դուք փոստով նամակ կստանաք, որում նշված է Ձեր
ծրագրի երկարաձգման ամիսը, ինչպես նաև կարող
եք ստուգել երկարաձգման ամիսը Ձեր առցանց
BenefitsCal.com հաշվում:
- Որոշ մարդկանց ծրագիրը կերկարաձգվի ավտոմատ
կերպով:
- Մյուսները պետք է լրացուցիչ տեղեկություններ
տրամադրեն: Եթե ստանաք երկարաձգման ձևաթուղթ
վառ դեղին ծրարով, Դուք պետք է լրացնեք այն:

Եթե դա չանեք, կկորցնեք Ձեր Medi-Cal ապահովագրությունը:



**Ստեղծեք կամ ստուգեք Ձեր BenefitsCal
առցանց հաշիվը**

- Դուք կարող եք գրանցվել՝ Ձեր գործի վերաբերյալ
ծանուցումներ ստանալու, իսկ Ձեր երկարաձգումն
ավարտելու ամենաարագ ձևն առցանցն է՝
BenefitsCal.com կայքի միջոցով:
- Ստեղծեք կամ մուտք գործեք Ձեր BenefitsCal հաշիվ՝
այս ծանուցումները ստանալու և երկարաձգումները կամ
պահանջվող տեղեկությունները ներկայացնելու համար:

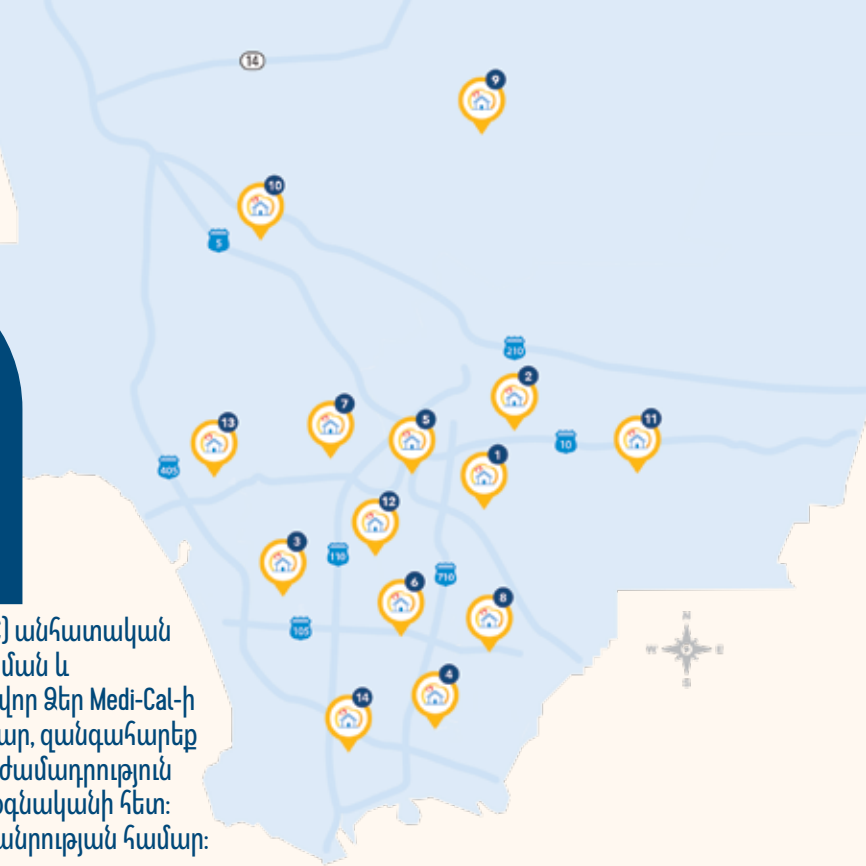
**Լրացրեք Ձեր երկարաձգման ձևաթուղթը
(եթե ստանաք)**

- Եթե ստանաք երկարաձգման ձևաթուղթ, Դուք պետք
է լրացնեք այն մինչև ձևաթուղթում նշված ժամկետը:
Ձեր Medi-Cal ապահովագրությունը կավարտվի,
եթե չներկայացնեք Ձեր երկարաձգման ձևաթուղթը
կամ օրինակ, Ձեր եկամտի մասին ապացույցները
բացակայում են, որը վարչաշրջանը խնդրել է Ձեզ
ներկայացնել:
- Ձեր ձևաթուղթը լրացնելու ամենահեշտ ձևն առցանցն է՝
BenefitsCal.com-ի միջոցով:

Եթե հաշիվ չունեք, կարող եք Ձեր երկարաձգման մասին
տեղեկությունները տրամադրել նաև փոստով, Լոս Անջելես
վարչաշրջանի հանրային սոցիալական ծառայությունների
վարչության (DPSS) տեղական գրասենյակում կամ
զանգահարելով **1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026**
հեռախոսահամարով:

**Օգնություն ստացե՛ր՝
լրացնելով
Ձեր Medi-Cal-ի ԱՆՂԱՄԱԳՐՄԱՆ
ԿԱՄ ԵՐԿԱՐԱԶԳՄԱՆ ԴԻՄՈՒՄԸ**

Համայնքային ռեսուրսների բոլոր կենտրոններն (CRC) անհատական օգնություն են առաջարկում Medi-Cal-ում անդամագրման և թարմացման հարցում: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր Medi-Cal-ի դիմումը լրացնելու կամ փաթեթը թարմացնելու համար, զանգահարեք 1.877.287.6290 (TTY 711) հեռախոսահամարով, որպեսզի ժամադրություն պլանավորեք դիմումների հարցերով վկայագրված օգնականի հետ: L.A. Care-ի CRC-ները բաց են մեր անդամների և լայն հանրության համար:



Վայր	Հասցեն	Հեռախոս
1 East L.A.	4801 Whittier Blvd. Los Angeles, CA 90022	213.438.5570
2 El Monte	3570 Santa Anita Ave. El Monte, CA 91731	213.428.1495
3 Inglewood	2864 W. Imperial Hwy. Inglewood, CA 90303	310.330.3130
4 Լոնգ Բիչ	5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805	562.256.9810
5 Lincoln Heights*	2426 N. Broadway Los Angeles, CA 90031	213.294.2840
6 Lynwood	3200 East Imperial Hwy. Lynwood, CA 90262	310.661.3000
7 Metro L.A.	1233 S. Western Ave. Los Angeles, CA 90006	213.428.1457
8 Norwalk	11721 Rosecrans Ave. Norwalk, CA 90650	562.651.6060
9 Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd. Palmdale, CA 93550	213.438.5580
10 Panorama City	7868 Van Nuys Blvd. Panorama City, CA 91402	213.438.5497
11 Pomona	696 W. Holt Ave. Pomona, CA 91768	909.620.1661
12 South L.A.	5710 Crenshaw Blvd. Los Angeles, CA 90043	213.428.1410
13 West L.A.	11173 W. Pico Blvd. Los Angeles, CA 90064	310.231.3854
14 Wilmington	911 North Avalon Blvd. Wilmington, CA 90744	213.428.1490

* Lincoln Heights-ի կենտրոնի բացումը 2025 թ.:

Blue Shield of California Promise Health Plan-ը և Blue Cross of California-ն անկախ կազմակերպություններ են, որոնք պայմանագիր են կնքել L.A. Care Health Plan-ի հետ Medi-Cal-ի կառավարվող խնամքի ծառայություններ մատուցելու Լուս Անջելես վարչաշրջանում:

Blue Shield of California Promise Health Plan-ը անկախ արտոնագրյալն է Blue Shield Association-ի:

Հավելյալ տեղեկության համար այցելեք [CommunityResourceCenterLA.org](https://www.CommunityResourceCenterLA.org) կայքը կամ զանգահարեք **1.877.287.6290 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, երկուշաբթից ուրբաթ, 9:00-ից 17:00:

Սկանավորեք QR կոդը Ձեզ մոտ կենտրոն գտնելու համար:



**ԻՆՉՊԵՍ
ՁԵՌՔ ԲԵՐԵԼ**

L.A. Care Health Plan-ի Medi-Cal-ի անդամների նյութեր

L.A. Care Health Plan-ի (L.A. Care) անդամների նյութերը Ձեզ տեղեկություններ են տրամադրում Ձեր Medi-Cal-ի նպաստների, ապահովագրված դեղերի և ներցանցային բժիշկների մասին:

Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագրի, Մատակարարների հասցեագրի, Դեղատան դեղերի դեղացանկի (Medi-Cal Rx) և Medi-Cal-ի երեխաների և դեռահասների գրքույկների դիտումը կամ տպագրումը հեշտ է:

ՈՐՈՇԵՔ

- Lacare.org-ը օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր**
Անդամների կարևոր նյութերը էլեկտրոնային ձևաչափով վերանայելու և տպագրելու համար խնդրում ենք այցելել L.A. Care-ի կայքը՝ հետևյալ հղումների միջոցով՝
 - Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագիրք՝ lacare.org/members/documents/medi-cal
 - Մատակարարների հասցեագիրք՝ lacare.org/members/documents/medi-cal
 - Դեղատան դեղերի դեղացանկ (Medi-Cal Rx-ի միջոցով)՝ lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
 - Medi-Cal երեխաների և դեռահասների գրքույկներ/նամակներ՝ lacare.org/members/getting-care/routine-exams

ԱՅՑԵԼԵՔ L.A. Care

Սովորական աշխատանքային ժամերի ընթացքում

Այցելեք L.A. Care/Blue Shield of California-ի Համայնքային աղբյուրների կենտրոններից մեկը՝ օգնություն ստանալու անդամների նյութեր ստանալու, Medi-Cal-ի Ձեր նոր նպաստներին մուտք ունենալու կամ Ձեր ունեցած որևէ հարցի պատասխանելու համար:

ԶԱՆԳԱՀԱՐԵՔ

1.888.839.9909 (TTY 711) համարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:

L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման անձնակազմը կարող է օգնել Ձեզ ցանկացած հարցի առնչությամբ, թե ինչպես կարող եք մուտք գործել Անդամի տեղեկագիրք, Մատակարարների հասցեագիրք և Դեղատան դեղերի դեղացանկ (Medi-Cal Rx):

Այս տեղեկությունն այլ լեզվով կամ այլընտրական ձևաչափով ստանալու համար, ինչպես օրինակ՝ խոշոր տպագիր, ձայնագրված կամ բրայլյան այբուբենով, խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը:

ԿԱՐԵՈՐ ՀԱՄԱՐՆԵՐ և ԱՌՈՂՋ ԿԱՊԱԿՑՎԱԾ



- L.A. Care Անդամների սպասարկման բաժին
1.888.839.9909 (TTY 711)
- L.A. Care-ի Բուժքույրերի խորհրդատվական 24-ժամյա հեռախոսագիծ
1.800.249.3619 (TTY 711)
- L.A. Care-ի համապատասխանության աջակցության հեռախոսագիծ
1.800.400.4889
- L.A. Care/Blue Shield of California-ի համայնքային ռեսուրս կենտրոններ
1.877.287.6290
- Medi-Cal Rx
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273) և սեղմել 5 կամ 711
- Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժին
1.800.854.7771
- Սոցիալական ապահովության վարչության Լրացուցիչ սոցիալական եկամուտ (SSI)
1.800.772.1213

Ահա մի շարք միջոցներ՝ L.A. Care-ին կապակցված մնալու համար



- Այցելեք մեր կայքը
lacare.org
- Զանգահարեք Անդամների սպասարկման բաժին
1.888.839.9909 (TTY 711)
հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը
- Մուտք գործեք L.A. Care Connect
members.lacare.org
- Հետևեք մեզ սոցիալական մեդիայում
Facebook
facebook.com/lacarehealth
Instagram
instagram.com/lacarehealth
Twitter
twitter.com/lacarehealth
YouTube
youtube.com/user/lacarehealthplan

Խտրականության բացառման ԾԱՆՈՒՑԱԳԻՐ



Խտրականությունը դեմ է օրենքին

L.A. Care Health Plan-ը հետևում է Նահանգային և Դաշնային քաղաքացիական իրավունքների օրենքներին: L.A. Care Health Plan-ը ապօրինաբար խտրականություն չի դրսևորում, անձանց չի բացառում կամ նրանց հետ տարբեր չի վարվում սեռի, ցեղի, գույնի, կրոնի, նախնիների, ազգային պատկանելիության, էթնիկ խմբերի նույնականացման, տարիքի, մտավոր հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, առողջական խնդրի, գենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, գենդերի, սեռական ինքնության կամ սեռական հակումների հիմքի վրա, կարող էք բողոք ներկայացնել L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության գլխավոր պատասխանատուին (Chief Compliance Officer):

Անվճար օգնություններ և ծառայություններ հաշմանդամներին, որպեսզի օգնի, որ ավելի լավ հաղորդակցեն, ինչպես՝

- Ժեստերի լեզվի որակյալ բանավոր թարգմանիչներ
- Գրավոր տեղեկատվություն այլ ձևաչափերով (խոշոր տպագիր, ձայնագրված, էլեկտրոնային մատչելի ձևաչափեր, այլ ձևաչափեր)

Անվճար լեզվական ծառայություններ այն անձանց համար, ում առաջնային լեզուն անգլերենը չէ, ինչպես օրինակ՝

- Որակյալ բանավոր թարգմանիչներ
- Այլ լեզուներով գրված տեղեկատվություն

Եթե այս ծառայությունների կարիքն ունեք, կապ հաստատեք L.A. Care Health Plan-ի հետ, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը, զանգահարելով **1.888.839.9909** հեռախոսահամարով:

Եթե չեք կարող լավ լսել կամ խոսել, խնդրում ենք զանգահարել **TTY 711** համարով: Հարցման դեպքում այս փաստաթուղթը կարող է Ձեզ հասանելի լինել բրայլային այբուբենով, խոշոր տպագիր, աուդիո ձայների դրոշմ կամ էլեկտրոնային ձևով:

Այս այլընտրական ձևաչափերից մեկի պատճենը ձեռք բերելու համար խնդրում ենք զանգահարել կամ գրել հետևյալ հասցեին՝

L.A. Care Health Plan
Անդամների սպասարկման բաժին
1200 West 7th St., Los Angeles, CA 90017
1.888.839.9909 TTY՝ 711

Ինչպես քաղաքացիական իրավունքների բողոք ներկայացնել

Եթե համոզված եք, որ L.A. Care Health Plan-ին չի հաջողվել այս ծառայությունները մատուցել, կամ ապօրինաբար խտրականություն է դրսևորել մեկ այլ ձևով՝ սեռի, ցեղի, գույնի, կրոնի, նախնիների, ազգային ծագման, ազգային խմբերի նույնականացման, տարիքի, հոգեկան հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, առողջական խնդրի, գենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, գենդերի, սեռական ինքնության կամ սեռական հակումների հիմքի վրա, կարող եք բողոք ներկայացնել L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության գլխավոր պատասխանատուին (Chief Compliance Officer):

Քաղաքացիական իրավունքների բողոքը կարող էք ներկայացնել հեռախոսով, գրավոր, անձամբ, կամ էլեկտրոնային միջոցով՝



ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ

Կապ հաստատեք L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության գլխավոր պատասխանատուի հետ, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոնական օրերը, զանգահարելով **1.888.839.9909** հեռախոսահամարով: Կամ, եթե չեք կարող լավ լսել կամ խոսել, խնդրում ենք զանգահարել **TTY 711** համարով:



ԳՐԱՎՈՐ

Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ գրեք և ուղարկեք այս հասցեով՝

L.A. Care Health Plan
Chief Compliance Officer
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017



ԷԼ ՓՈՍՏ՝

civilrightscoordinator@lacare.org



ԱՆՁԱՄԲ

Այցելեք Ձեր բժշկի ընդունարան կամ L.A. Care Health Plan և հայտնեք, որ ցանկանում եք քաղաքացիական իրավունքների բողոք ներկայացնել:



ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ եղանակով

Այցելեք L.A. Care Health Plan-ի կայքը՝
lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form կամ էլ. նամակ ուղարկեք civilrightscoordinator@lacare.org հասցեով:



Office of Civil Rights

— Կալիֆորնիայի Առողջապահական խնամքի սպասարկման բաժին

Կարող եք նաև քաղաքացիական իրավունքների զանգատ ներկայացնել Կալիֆորնիայի Առողջապահական խնամքի սպասարկման բաժնի (Department of Health Care Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ (Office for Civil Rights) հեռախոսով, գրավոր, կամ էլեկտրոնային միջոցով՝

ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ

Ձանգահարեք **1.916.440.7370**: Եթե չեք կարող լավ խոսել կամ լսել, խնդրում ենք զանգահարել **711** համարով (Հեռահաղորդակցությունների փոխանցման ծառայություն [Telecommunications Relay Service]):

ԳՐԱՎՈՐ

Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ ուղարկեք հետևյալ հասցեին՝

**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 ձևաթղթերը հասանելի են հետևյալ հղմամբ՝

dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx:

ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ԵՂԱՆԱԿՈՎ

Էլ. նամակ ուղարկեք civilrights@dhcs.ca.gov հասցեին:

Office of Civil Rights

— ԱՄՆ Առողջապահության և մարդկանց մատուցվող ծառայությունների վարչություն

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 մարդկանց մատուցվող ծառայությունների բաժնի (U.S. Department of Health and Human Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակի հեռախոսահամարով, գրավոր, կամ էլեկտրոնային տարբերակով:

ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ

Ձանգահարեք **1.800.368.1019**: Եթե չեք կարողանում լավ լսել կամ խոսել, խնդրում ենք զանգահարել TTY/TDD **1.800.537.7697** համարով:

ԳՐԱՎՈՐ

Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ ուղարկեք հետևյալ հասցեին՝

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

Գանգատի ձևաթղթերը հասանելի են հետևյալ հղմամբ՝ hhs.gov/ocr/office/file/index.html:

ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ԵՂԱՆԱԿՈՎ

Այցելեք Քաղաքացիական իրավունքների զանգատի հարթակ՝ ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf:

Լեզվական ԱԶԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆ

(Farsi) فارسی زبان به مطلب

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.

(Arabic) الشعار بالعربية

يرجى 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 هذه الخدمات مجانية. **1.888.839.9909 (TTY 711)**.

Հայերեն պիտակ (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՝ բրայլյան այբուբենով և խոշոր տպագիր նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

ស្ម័គ្រចិត្តភាព (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ផ្តល់ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រៀង ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

简体中文标语 (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。

हिंदी टैगलाइन (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 नि:शुल्क हैं।

Nqe Lus Hmoob Cob (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.

日本語表記 (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。



한국어 태그라인 (Korean)

유 의사 사항: 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.

ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃນໂທຫາເບ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ອົງມູນຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທົບຮັບອັກສອນນູແລະມິໂຕພິໄທຍ ໃນໂທຫາເບ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mein (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.

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Panjabi)

ਧਿਆਨ ਦਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ਅਪਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Русский слоган (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.

Español (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.

Tagalog (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 serbisyonang ito.

แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)

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

Примітка українською (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.

Khẩu hiệu tiếng Việt (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
HEALTH PLAN®



L.A. Care
Medi-Cal

