



2025 年會員 Medi-Cal 年度指南

目錄

來自 L.A. Care 的訊息	1
瞭解您的 Medi-Cal 計劃	2
福利重點	6
視力保健	8
取得護理的其他方式	9
COVID-19、流感及呼吸道融合病毒 (RSV) 預防與護理	10
瞭解您的護理選項	12
您可獲得的資源	14
Medi-Cal 續保	20
如何取得會員資料	23
重要電話號碼與保持聯繫	24
反歧視聲明	25
語言協助	27



尊敬的 L.A. Care 會員：

L.A. Care Health Plan (L.A. Care) 與您分享本 Medi-Cal 年度福利資訊和資源指南，以協助您保持健康。

這些資訊將可為您提供 Medi-Cal 及其各項福利與服務的概述，以協助您取得護理。您只需支付些許費用或無需支付費用便可獲得服務。即使您沒有感到身體不適，也請務必每年至少去看一次醫生。

此外，Medi-Cal 續保目前仍在進行中。每個人都有不同的續保日期。如果您收到洛杉磯縣公眾與社會服務部 (Department of Public Social Services, DPSS) 寄給您的 Medi-Cal 續保文件包，請務必在表格上所列印的到期日期之前完成續保。

如果您沒有完成續保，您可能會喪失您的 Medi-Cal 保險。您可

透過 benefitscal.com 網站、致電 **1.866.613.3777** 郵寄或親自向 DPSS 提交資訊。

如需更多有關 L.A. Care 和 Medi-Cal 福利與服務的資訊，請瀏覽我們的網站 lacare.org 或致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)。

誠致敬意！

L.A. Care Health Plan

瞭解 您的 **MEDI-CAL** 計劃



Medi-Cal

- ❖ Medi-Cal 是加州版的 Medicaid 醫療保健計劃。
- ❖ Medi-Cal 為收入有限且符合資格標準 (包括收入指南) 的加州居民 (不論移民身分) 提供免費或低費用的醫療保健承保。

Medi-Cal 管理式護理和 L.A. Care Health Plan

- ❖ Medi-Cal 管理式護理是一個有組織的系統，可協助會員取得優質的護理服務並保持健康。
- ❖ Medi-Cal 管理式護理健康計劃可協助會員尋找醫生、藥房及健康教育計劃。
- ❖ Medi-Cal 管理式護理健康計劃也提供護理協調、專科醫生轉診、24 小時護士諮詢電話服務以及每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日) 的會員服務協助。
- ❖ L.A. Care Health Plan 是加州規模最大的 Medi-Cal 計劃，為居住在洛杉磯縣的 Medi-Cal 受益人提供醫療保健承保。

- ❖ 透過 L.A. Care Health Plan，您可獲得您所需的協助，以尋找對您整體健康有益的適當醫生、藥房及健康教育計劃。

您的基本保健服務提供者 (PCP)

- ❖ 您的 PCP 是您的主要醫生或診所，且是當您有健康問題而想要維護健康時，最先求診的人士或場所。
- ❖ 您的 PCP 將會確保您在適當的地點和時間獲得適當的護理服務。

如何更換您的 PCP

您可以透過以下方式更換您的 PCP：

- ❖ 致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)。
- ❖ 透過您的線上會員入口網站 L.A. Care Connect 提出申請，網址為 members.lacare.org

專科護理的預先授權

- ❖ 您的 PCP 可能會想將您轉診至「專科醫生」處或開立不屬於 Medi-Cal 承保範圍的藥物。
- ❖ 專科醫生是專精於某身體部位或某類型疾病或服務的專家。例如心臟科醫師和外科醫師。
- ❖ 如果您需要專科護理或服務，您的 PCP 必須先申請核准，您才能前往接受服務。此申請稱為「預先授權」。

您的 L.A. Care 會員識別卡

1. 您健康計劃的名稱：**L.A. Care Health Plan**
2. 您的會員**識別號碼**。
3. 您的**基本保健服務提供者** (PCP) 及其編號。
4. 您的**醫療團體**如有的話。
5. **L.A. Care 會員服務部**電話號碼及其他重要資訊和電話號碼。

請隨時隨身攜帶您的會員識別卡。每當您接受醫療保健服務時，均請務必出示您的會員識別卡。

如果您未收到您的會員識別卡或者您有任何疑問，請致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)。

 **L.A. Care**
Medi-Cal

lacare.org

1 Name:

2 Member ID:

3 PCP/Clinic:
PCP/Clinic Phone:

4 Medical Group:

Effective Date:

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

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.

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

正面

背面



如果您收到由您的醫生、緊急護理中心、醫院或由 L.A. Care 提供之其他服務的帳單：

- ❖ 您必須立即致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）。
- ❖ 我們為會員免費提供完整的 Medi-Cal 福利與服務。
- ❖ 您可能無需付費。
- ❖ 您有權提出投訴或申訴報告。

如果您搬家了或需要更新您的聯絡資訊，您應該採取下列其中一項行動：

- ❖ 請致電 **1.866.613.3777** | TTY **1.800.660.4026** 與洛杉磯縣公眾與社會服務部 (DPSS) 的資格審查員聯絡，服務時間為週一至週五，上午 7 時 30 分至晚上 6 時 30 分（假日除外）。
- ❖ 請在 benefitscal.com 建立或登入您的 BenefitsCal 帳戶以更新您的資訊。
- ❖ 請致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）。

瞭解您可獲得的行為健康服務

您的心理健康十分重要。您知道嗎：

- ❖ 每 5 位成人中，就有 1 位成人曾在某特定時間發生焦慮症
- ❖ 有 8.8% 的美國成人患有重度憂鬱症
- ❖ 有 60% 患有重度憂鬱症的青少年沒有獲得必要的護理¹

善用屬於您的福利的行為健康服務。其中包括心理健康和物質濫用障礙治療，確保您在需要時能夠獲得您所需的支援。

L.A. Care 透過 Carelon Behavioral Health、洛杉磯縣心理健康服務部 (Department of Mental Health, DMH) 和洛杉磯縣公共衛生部 (Department of Public Health, DPH) 的基本保健服務提供者、行為健康專科醫生來提供這些服務。

Carelon Behavioral Health 是 L.A. Care 的供應商，擁有一個醫療服務提供者網絡，為 L.A. Care Medi-Cal 會員提供非專科心理健康服務 (Non-Specialty Mental Health Services, NSMHS)。這些服務是免費為您提供。此外，此處所列的服務不需要取得預先授權，因此您可以更輕鬆地取得護理服務。

¹ Mental Health America. (2024). General Mental Health Data. mhnational.org/mentalhealthfacts. 查閱日期 2024 年 10 月 9 日。

NSMHS 服務包括：

- ❖ **心理健康**評估和治療，包括個人、團體及家庭心理治療。
- ❖ 為了評估心理健康病症而在臨床上所需的心理測驗和神經心理測驗
- ❖ 用來監督藥物治療的門診服務。
- ❖ **精神科**會診諮詢。
- ❖ **門診**化驗、藥物、用品和營養補充劑。

如欲尋找 Carelon 醫療服務提供者，您可致電 **1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)** 或瀏覽 plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider 以使用其線上醫療服務提供者查詢功能。

面臨嚴重心理健康困擾的 L.A. Care 會員可透過 DMH 獲得精神健康專科服務 (Specialty Mental Health Services, SMHS) 的協助。

SMHS 可能包括但不限於個人和團體治療、藥物支援、個案管理、危機介入、同儕支援、住院及其他復健服務。

如欲取得這些服務，請致電 **1.800.854.7771**。

別忘記，只要撥打一通電話即可獲得協助。



如需物質濫用治療方面的支援，會員可直接致電 **1.844.804.7500 (TTY 711)** 與洛杉磯縣公共衛生部物質濫用預防與控制局 (Department of Public Health Substance Abuse Prevention and Control, DPH SAPC) 聯絡。

L.A. CARE MEDI-CAL 福利重點

您可在線上版的《Medi-Cal 會員手冊》找到更多與您福利有關的詳細資訊：

lacare.org/members/documents/medi-cal

* 此僅為摘要。

L.A. Care Health Plan 提供一系列完整的健康福利。

為您提供更多
免費福利



門診及一般福利與服務

- ⌘ 基本保健醫生及專科醫生看診
- ⌘ 門診手術
- ⌘ 緊急護理及零售商店附設診所
- ⌘ 化驗服務和 X 光造影
- ⌘ 流感預防針及其他建議的疫苗
- ⌘ COVID-19 檢測及疫苗接種
- ⌘ 產科與新生兒護理
- ⌘ 生產及產後護理
- ⌘ 護士助產士服務

- ⌘ 陪產士服務
- ⌘ 小兒科服務 (提早定期篩檢、診斷和治療)
- ⌘ 足科
- ⌘ 脊椎矯正
- ⌘ 治療服務
- ⌘ 透析／血液透析
- ⌘ 護士諮詢專線
- ⌘ 遠距醫療
- ⌘ 家庭治療



預防和保健福利

- ⌘ Health in Motion™ 計劃
- ⌘ 疾病管理計劃
- ⌘ 戒煙服務
- ⌘ 家庭生育計劃服務
- ⌘ 社區健康工作者服務



行為健康服務

- ⌘ 門診心理健康服務
- ⌘ 門診和住院精神健康專科服務
- ⌘ 門診物質濫用障礙服務／酒精濫用篩檢
- ⌘ 自願住院戒毒



醫院服務

- ⌘ 住院服務
- ⌘ 手術服務
- ⌘ 重要器官和組織移植
- ⌘ 麻醉師服務



急診服務

- ⌘ 急診室服務
- ⌘ 救護服務



藥房福利

- ⌘ 處方藥 (透過 Medi-Cal Rx: medi-calrx.dhcs.ca.gov 提供)



復健與適應訓練服務

- ⌘ 物理治療
- ⌘ 職能治療
- ⌘ 聽力科
- ⌘ 言語治療
- ⌘ 聽力檢查
- ⌘ 耐用醫療設備
- ⌘ 針灸
- ⌘ 家庭健康服務
- ⌘ 矯正裝置／義肢
- ⌘ 醫療用品、設備及器具
- ⌘ 專業護理機構 (最多 90 天)
- ⌘ 肺功能復健



其他服務

- ⌘ 視力／驗光
- ⌘ 牙科護理 (透過 Medi-Cal Dental, 正式名稱為 Denti-Cal: dhcs.ca.gov/services)
- ⌘ 交通運輸服務
 - ⌘ 非急診醫療運輸
 - 擔架用廂型車
 - 輪椅用廂型車
 - 救護車
 - ⌘ 非醫療運輸
 - 針對沒有其他交通工具可以前往約診的人士所提供的私人或大眾交通運輸工具
- ⌘ 長期服務與支援
 - ⌘ 專業護理機構 (91 天以上)
 - ⌘ 居家與社區服務
- ⌘ 社區支援
- ⌘ 強化型護理管理
- ⌘ 街頭醫療

* 福利可能有變更。如欲瞭解詳情，請致電 1.888.839.9909 (TTY 711) 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)，或瀏覽 lacare.org。您的醫療保健服務提供者可能需要獲得核准才能提供某些福利和服務。

透過 VSP VISION CARE 保持眼睛健康

您的眼睛健康是我們的首要任務。身為 Vision Care 的會員，您將可獲得由一流眼科醫生所提供的護理、優質的眼鏡用品（包括處方鏡片與鏡框）以及平價的眼科護理，以讓您能夠保持視力清晰並擁有健康生活。

定期接受眼睛檢查非常重要

藉由 VSP®，您將可透過 VSP 網絡醫生獲得優質的護理服務，包括 WellVision Exam® — 這是一項旨在發現視力與健康病症（如糖尿病和高血壓）徵兆的檢查。



有任何疑問嗎？



使用 VSP 福利十分簡單



檢視承保範圍

請檢視您的個人承保範圍詳細資訊，並使用您的 L.A. Care Health Plan 識別號碼（位於您卡片上）在 vsp.com 建立帳戶以尋找網絡內醫生。



網絡內醫生看診

請登入您在 vsp.com 的帳戶，以尋找您附近有接受 Medi-Cal 之 VSP 參與計劃的醫療服務提供者，或致電 **1.800.877.7195 (TTY 711)** 與 VSP 會員服務部聯絡，服務時間為週一至週六太平洋標準時間上午 6 時至下午 5 時（週日休息）。



在您的約診時，請告知他們您透過 L.A. Care Health Plan 擁有 VSP。在就診時，請出示您的 L.A. Care Health Plan 卡。

一切就是那麼簡單！我們將會處理剩餘事宜 — 當您接受 VSP 參與計劃的醫療服務提供者看診時，您將無需填寫索賠申請表。

請瀏覽 vsp.com 或致電 **1.800.877.7195 (TTY 711)** 與 VSP 聯絡，服務時間為週一至週六太平洋標準時間上午 6 時至下午 5 時（週日休息）。

取得護理服務的其他方式



當您無法與 PCP 取得聯繫時，您可透過我們在 Teladoc 和 Minute Clinic 的合作夥伴輕鬆取得護理服務。

如何取得服務：



1

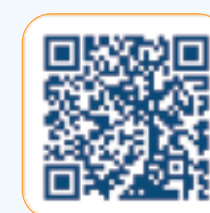
在 Teladoc.com 設立您的帳戶。您將需要您的會員識別號碼。

2

隨時透過 Teladoc 電話中心、會員網站或行動裝置應用程式要求進行視訊看診。

3

透過電話或視訊立即取得所需的護理，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時。



更多資訊：
lacare.org/teladoc

如何取得服務：



1

使用 L.A. Care 線上醫療服務提供者名錄來尋找您附近的 Minute Clinic。

2

檢視等候時間並規劃您在 Minute Clinic 網站的就診。

3

在 Minute Clinic 接受現場護理服務。您需要會員識別卡以及一種形式的身分證。



更多資訊：

lacare.org/minuteclinic

有任何疑問嗎？請致電下列電話號碼與 L.A. Care 聯絡：**1.888.839.9909 (TTY 711)**



COVID-19、流感及呼吸道 融合病毒 (RSV) 預防與護理



COVID-19、流感及呼吸道融合病毒 (Respiratory Syncytial Virus, RSV) 均是傳染力非常強的病毒。這些病毒會在人與人之間傳播，並可能會引發嚴重疾病，如肺部感染、長新冠症狀、住院及死亡。

所有公共衛生機關和 L.A. Care 均建議符合條件的所有人士接種 Covid-19、流感及 RSV 疫苗和／或追加劑。



資格

六個月大以上的所有人士均可接種 COVID-19 和流感疫苗。RSV 疫苗現在可供非常年幼的兒童、懷孕者以及符合條件的老年人接種。

接種疫苗是保護自己和親朋好友最有效的方法之一。



取得管道

大多數藥房和您基本保健服務提供者 (PCP) 的診所皆提供 COVID-19 和流感預防針，或者請瀏覽 lacare.org/flu 以在社區尋找免費的流感預防針。

RSV 疫苗主要適用於新生兒和幼兒，因此您將需向 PCP 確認是否有提供 RSV 疫苗以及您是否符合資格。



費用

符合條件的 L.A. Care Medi-Cal 會員可免費獲得 COVID-19、流感及 RSV 疫苗或藥物。



副作用

疫苗不會使您感染病毒。在臨床試驗期間，這些疫苗常見的副作用包括注射部位疼痛、疲勞、頭痛、肌肉和關節疼痛、發冷及輕度發燒。

副作用通常十分輕微且在一兩天後便會消失，但疫苗的效益將會持續下去。



持續獲得保護

- 咳嗽和打噴嚏時，使用面紙或手肘遮掩口鼻。
- 經常使用肥皂洗手。
- 生病期間待在家裡不要上班或上學，直到症狀改善為止。
- 如有需要，請戴口罩。



接受治療

如果您的 COVID-19 檢測結果呈陽性或者您感染流感，您可要求您的 PCP 開立藥物以治療這些感染。這些藥物可限縮感染的持續時間和嚴重程度，並降低發生嚴重疾病的潛在風險。



對 COVID-19、流感或 RSV 有任何疑問？

如果您對這些疫苗有任何疑問或者您想進一步瞭解可用的藥物，請諮詢您的 PCP 或瀏覽 lacare.org/vaccine。

如需更多有關 RSV 的資訊，請瀏覽公共衛生部 — 急性傳染病控制分部 (lacounty.gov)



今天立即接受免費 COVID-19 和流感預防針注射

請與您的 PCP 聯絡以安排約診或造訪當地藥房。向對方出示您的 L.A. Care 識別卡並接受免費流感預防針注射。如果您需要任何其他協助，請致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與會員服務部聯絡。



更多資訊：
lacare.org/vaccine

透過疫苗保護自己 和您身邊的所有人

瞭解您的
護理選項

護理類型	症狀與服務的例子	如何取得服務	預計等候時間
 護士諮詢專線 每週 7 天，每天 24 小時皆可諮詢持照註冊護士。	- 自我護理建議 - 回答健康問題 - 選擇接受護理的地點	1.800.249.3619 (TTY 711)	無需等候
 基本保健護理 當您需要接受護理服務時，請先致電您的基本保健服務提供者。	- 預防性保健 - 突發或短期健康問題 - 如糖尿病等長期病症或慢性疾病	- 致電您識別卡上的 PCP 電話號碼。 - 瀏覽 L.A. Care 的線上《醫療服務提供者名錄》，網址為 lacare.org	10 個工作日以內 - 有些提供當日約診
 遠距護理 透過電話或網路取得遠距醫療服務並與醫生交談。	- 感冒／流感／發燒 - 紅疹 - 感染（皮膚／眼睛／耳朵／泌尿道感染 [Urinary Tract Infection, UTI]） - 呼吸系統（喘鳴／咳嗽） - 胃部（疼痛／嘔吐／腹瀉） - 輕傷	- 瀏覽 Teladoc™（需要登入／註冊），網址為 member.teladoc.com/lacare - Teladoc™：1.469.643.2161	幾分鐘至幾小時
 急救護理 針對會危及生命的病症所提供的急診室護理。請勿因例行護理或輕微疾病而使用急診室 (Emergency Room, ER)。	- 胸痛 - 突發性視力變化 - 虛弱無力／無法行走 - 有傷害自己的念頭或任何其他心理健康緊急情況	致電 911 或前往最近醫院的急診室	視您病症的嚴重程度、病人人數及可用的治療室而定，等候時間可能會有不同。



如需有關費用以及如何取得這些服務的進一步資訊，請瀏覽 lacare.org/members/getting-care 或致電您會員識別卡背面所列的電話號碼。如果您需要進一步協助，請致電 1.888.839.9909 (TTY 711) 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）。

護理類型	症狀與服務的例子	如何取得服務	預計等候時間
 緊急護理 ⚡ 位於 零售藥房內並有專科護理師值班的零售商店附設診所 ⚡ 緊急護理中心 接受由醫生提供的當日護理服務，即使是在非營業時間及週末亦有提供服務。	- 感冒／流感／發燒 - 紅疹 - 感染（皮膚／眼睛／耳朵／泌尿道感染 [Urinary Tract Infection, UTI]） - 呼吸系統（喘鳴／咳嗽） - 胃部（疼痛／嘔吐／腹瀉） - 輕傷	- 造訪 CVS MinuteClinic 據點 - 瀏覽 L.A. Care 的線上《醫療服務提供者名錄》，以查看零售商店附設診所清單。 - 瀏覽 L.A. Care 的線上《醫療服務提供者名錄》，網址為 lacare.org - 致電 1.888.839.9909 (TTY 711) 與會員服務部聯絡	- 幾分鐘至幾小時 - 預約看診並透過線上查詢免預約看診的大概等候時間 - 幾分鐘至幾小時
 行為健康服務 透過下列組織取得行為健康服務提供者的服務： ⚡ Carelon Behavioral Health	- 感到絕望或不堪負荷 - 異常憤怒、焦慮、易怒和其他情緒變化 - 睡眠、食慾或精力等級發生變化 - 初步心理健康評估（無需預先授權） - 個人、團體或家庭治療 - 心理測驗與神經心理測驗 - 篩檢及簡短介入措施 - 藥物治療的門診監控	Carelon Behavioral Health：1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929	
⚡ 洛杉磯縣心理健康部 (DMH)	- 個人治療 - 藥物支援 - 危機介入與穩定 - 目標個案管理 - 日間治療與日間復健 - 住院治療 - 急性精神科住院心理健康護理	DMH ACCESS 與物質濫用服務專線：1.800.854.7771	非緊急護理： - 心理健康約診— 10 個工作日 - 專科護理醫師— 15 個工作日
⚡ 洛杉磯縣公共衛生部 (Department of Public Health, DPH) 物質濫用預防與控制局 (SAPC)	物質濫用治療，例如門診和機構住院服務	物質濫用服務專線：1.844.804.7500	



您可獲得的資源



會員資料網頁

您可在 lacare.org/members/documents/medi-cal 網站檢視重要會員文件。

您可在該網站找到下列重要資訊與資源，以協助您取得您所需的護理：

- ❖ Medi-Cal 會員手冊
- ❖ 新會員歡迎指南
- ❖ 年度會員指南
- ❖ 醫療服務提供者名錄
- ❖ Medi-Cal 識別卡
- ❖ Medi-Cal Rx
- ❖ 兒童與青少年 Medi-Cal 手冊和信函

Medi-Cal 會員資料每年更新一次並會公布於網站。

您每年皆會收到一份紙本版的《年度郵件指南》，但會員手冊僅可在線上取得。

除非提出要求，否則我們將不會郵寄會員手冊的紙本版。

您也可以取得下列資料和資源的電子格式：

- ❖ 社區支援：
lacare.org/members/community-supports
- ❖ Medi-Cal 會員續保頁面：
lacare.org/health-plans/medi-cal/renewals
- ❖ 醫療服務提供者名錄：
lacare.org/members/documents/medi-cal
- ❖ 藥房保險內藥物處方集 (透過 Medi-Cal Rx 提供)：lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- ❖ 兒童與青少年 Medi-Cal 手冊／信函：
lacare.org/members/getting-care/routine-exams
- ❖ 透過 Carelon Behavioral Health 查詢行為健康服務提供者
plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider



L.A. Care Connect 及 My Health in Motion™

L.A. Care Connect

為了讓您擁有更輕鬆的體驗，您可建立線上 L.A. Care Connect 會員帳戶以取得資訊與服務。L.A. Care connect 是您的線上會員入口網站。

- ❖ 瀏覽 members.lacare.org 或點選 lacare.org 登陸頁面右上方的會員登入按鈕，以在線上建立帳戶。
- ❖ 您將需要您的會員識別號碼和有效的電子郵件地址才能建立帳戶 (您的會員識別號碼列在您的會員識別卡上)。
- ❖ 如欲取得逐步 **註冊指南**，請瀏覽 members.lacare.org。

透過您的 L.A. Care Connect 帳戶，您可以：

- ❖ **列印或查看**在醫生診所或藥房使用的會員識別卡
- ❖ **查看**您的醫療保健資訊 (包括資格)
- ❖ **要求**更換您的 PCP
- ❖ **在您方便的時間與護士進行即時通訊**
- ❖ **取得更多每週 7 天，每天 24 小時均提供的服務**：只需按一下滑鼠便可查找醫生、搜尋《醫療服務提供者名錄》或與我們聯絡
- ❖ **連線 My Health in Motion™** 以使用專為您健康需求量身打造的計劃

L.A. Care 將在 2025 年推出改良的會員入口網站，以讓管理您的醫療保健服務變得前所未有地輕鬆。

請隨時留意有關新功能的最新資訊，這些功能旨在為您提供快速便捷的服務，例如：

- ❖ **更換**您的基本保健醫生、診所或醫療團體
- ❖ **取得**您的計劃福利
- ❖ **填寫**檢視及更新您的健康風險評估表

- ❖ **查看** L.A. Care 授權的授權狀態，該狀態幾乎即時更新

- ❖ **查看和更新**您的基本資訊

My Health in Motion™

透過全新的 My Health In Motion™ (MyHIM) 線上保健入口網站掌控您的健康並達到最佳健康狀態。

在全新的 MyHIM 網站發掘以下功能：

- ❖ **既新鮮又簡單**：體驗全新外觀以及既有趣又簡單的功能。
- ❖ **保健評估**：進行快速健康檢查並獲得您的個人報告。
- ❖ **互動式座談會**：參加有趣的線上健康座談會。
- ❖ **裝置連線**：與像是 Fitbit 等健康追蹤工具連線，享受無縫接軌的體驗。
- ❖ **專家健康輔導**：透過我們的健康輔導計劃獲得協助。
- ❖ **可輕鬆取得的資訊**：瀏覽包含豐富健康資訊的資料庫。

透過電腦、手機、L.A. Care 的社區資源中心，甚至公共圖書館隨時隨地使用 MyHIM。

準備好要開始採取行動了嗎？

1. 請瀏覽 lacare.org 並點選「Member Sign-In」(會員登入)
2. 點選「My Health In Motion™」分頁並建立您的個人檔案



如果您需要協助，我們的健康輔導員可為您提供協助，電話
1.855.856.6943

其他 資源



社區資源中心

L.A. Care 的社區資源中心 (Community Resource Center, CRC) 是與 Blue Shield of California Promise Health Plan 聯合經營，為會員和社區民眾提供許多針對其量身打造的免費健康與保健相關服務和資源。

提供的服務包括：

- ❖ 為成人和兒童提供免費健康與保健課程以及協助管理慢性病症的課程
- ❖ 使用遠距醫療服務所需的免費 WiFi
- ❖ CalFresh 註冊協助
- ❖ Medi-Cal 參保和續保支援
- ❖ 社會服務協助
- ❖ 聯繫和轉介當地社區資源
- ❖ 全年的健康篩檢、糧食補助和社區活動

所有 CRC 服務均為免費提供，且開放給您和所有社區民眾使用

請瀏覽 communityresourcecenterla.org 以查看 CRC 的地點／地址、電話號碼、營業時間及活動行事曆。

您可瀏覽 communityresourcecenterla.org 並使用線上預約工具或致電 **1.877.287.6290 (TTY 711)** 預約時間。



健康教育服務

L.A. Care 提供免費的保健和疾病預防服務、計劃及資源，例如：

- ❖ 與註冊營養師／健康教育者進行個人電話諮詢
- ❖ 社區團體保健約診
- ❖ 透過 My Health in Motion™ 的健康與保健入口網站參加線上座談會、使用聊天功能和觀賞影片
- ❖ 糖尿病自我管理教育 (Diabetes Self-Management Education, DSME)
- ❖ 醫療餐點 (Meals As Medicine, MAM)
- ❖ 醫療營養治療 (Medical Nutrition Therapy, MNT)
- ❖ 健康妊娠、健康產婦和陪產士服務
- ❖ 無煙戒煙
- ❖ 流感與 COVID 預防和護理
- ❖ 氣喘、慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)、糖尿病、糖尿病和腎臟疾病、高風險懷孕等病症支援計劃
- ❖ 易於閱讀且包含各種主題和語言版本的資料
- ❖ 健康教育語音參考資料庫 (Health Education Audio Reference Library, HEAR)
- ❖ 護士諮詢專線 **1.800.249.3619 (TTY 711)**

如欲瞭解詳情，請於週一至週五上午 8 時至下午 5 時致電 **1.855.856.6943 (TTY 711)**，或瀏覽 lacare.org/healthy-living 以索取會員健康教育資料。

所有健康教育服務皆為免費為您提供



免費口譯員服務

- ❖ 您有權在與醫生交談時使用口譯員
- ❖ L.A. Care 提供免費口譯員服務，包括美國手語在內
- ❖ 除非發生緊急狀況，否則您不需要請家人或朋友擔任口譯員
- ❖ 如欲申請口譯員，請在您就診之前至少提前 10-15 天致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)

當您致電時，請備妥下列資訊：

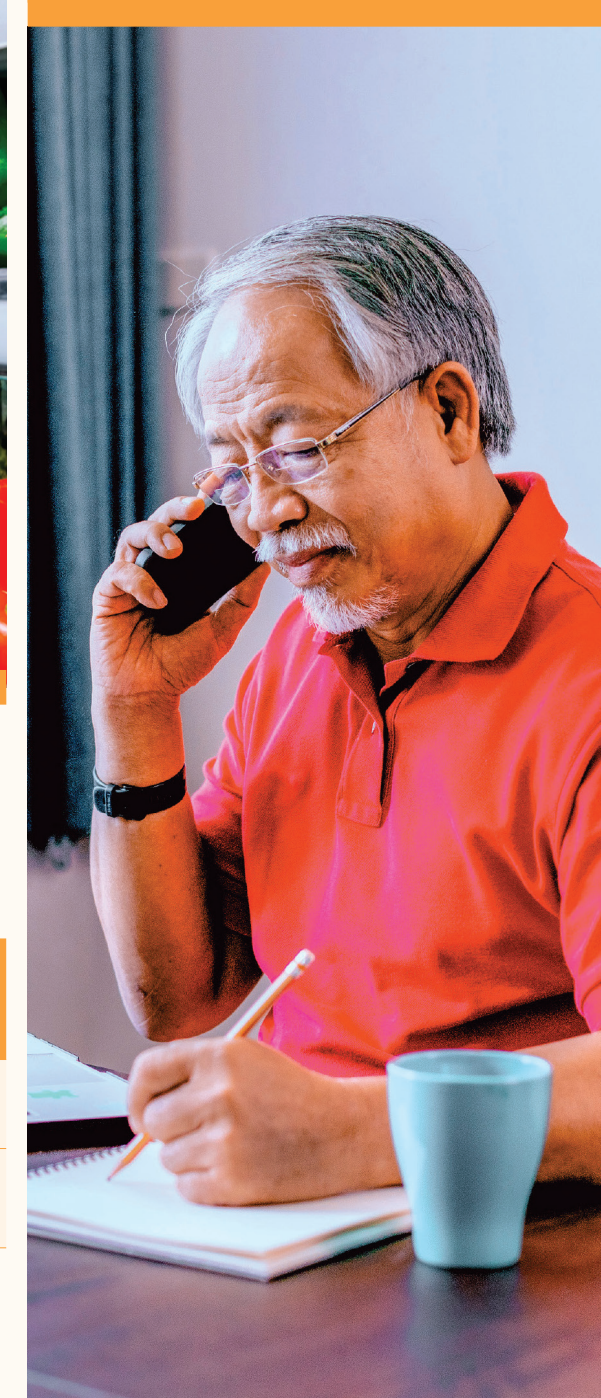
- ❖ 您的姓名
- ❖ 您的 L.A. Care 會員識別號碼
- ❖ 您的約診日期和時間
- ❖ 醫生的姓名
- ❖ 醫生的地址和電話號碼

如果您的約診變更或取消了，請盡快致電與 L.A. Care 會員服務部聯絡。



如欲觀賞語言協助影片並進一步瞭解有關免費語言協助服務的資訊，請瀏覽 lacare.org/members/interpretation-translation

其他 資源



Medi-Cal Rx

Medi-Cal 藥房福利是透過按服務收費的服務系統 Medi-Cal Rx 管理。

請瀏覽 Medi-Cal Rx 網站 medi-calrx.dhcs.ca.gov/home 或致電 **1.800.977.2273** (TTY **800.977.2273** 並按 **7** 或 **711**) 以：

- ❖ 取得合約藥物清單的副本
- ❖ 您可在 Medi-Cal Rx《藥房名錄》中找到有與 Medi-Cal Rx 合作的藥房清單，如 CVS、Walgreens 和 Rite Aid



交通運輸服務

您的福利包括取得前往醫療約診或領取處方藥和醫療用品的非醫療運輸 (Non-Medical Transportation, NMT) 和非急診醫療運輸 (Non-Emergency Medical Transportation, NEMT)。

如欲預約 NMT 或 NEMT 服務，請致電 **1.888.839.9909** (TTY **711**) 與 L.A. Care 會員服務部聯絡並選擇「transportation」(交通運輸) 提示，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)。



社區資源連結

- ❖ L.A. Care 社區資源連結可協助會員轉介社區機構，以獲得住房、糧食、帳單以及其他更多方面的協助。
- ❖ 請瀏覽 communitylink.lacare.org 以搜尋費用減免的服務並接受健康的社會決定因素問卷調查。



瞭解 CalFresh

CalFresh 是加州的營養補充援助計劃，此計劃提供每月糧食福利，以協助低收入人士和家庭取得健康食物。

如果符合 CalFresh 的條件，您可透過電子福利轉帳 (Electronic Benefit Transfer, EBT) 卡獲得每月福利，該卡可用於在食品雜貨店及大多數農貿市場購買食物。

CalFresh 的資格取決於多項因素，例如您的收入、家庭人數、工作要求及移民身分。這些因素也決定了您每個月可獲得的金額。

一般而言，為了符合 CalFresh 的條件，您必須：

- ❖ 具備加州居民身分 **且**
- ❖ 具備美國公民或合格移民身分 **且**
- ❖ 家庭年收入低於表中所示的收入限制

請注意，實際福利金額將視每個家庭的具體情況而定。

下表僅提供一般指引且僅供參考用。*顯示金額的有效期限為 [2024 年 10 月 1 日至 2025 年 9 月 30 日]

家庭人數	1 人家 庭	2 人家 庭	3 人家 庭	4 人家 庭	5 人家 庭	6 人家 庭	7 人家 庭
每月總收入 限制	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890
每月福利 上限	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536



您可以在線上申請 CalFresh



Online at:

❖ [GetCalFresh.org](https://getcalfresh.org) ❖ benefitscal.com



透過電話 — 請致電 CalFresh 資訊專線 **1.877.847.3663**



親自前往您當地的 DPSS 辦公室

親自前往您當地的 CRC

❖ CalFresh 註冊協助是在我們的 CRC 提供，並由國家健康基金會 (National Health Foundation, NHF) 提供。

❖ 請致電您當地的 CRC 以安排與 NHF 健康大使會面。

今天立即展開改善營養的旅程！

如欲瞭解更多有關 CalFresh 的資訊，請瀏覽：

dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html

通報與解決問題

如果您對您透過 L.A. Care 或醫療服務提供者所取得的服務有問題或感到不滿，您有權提出投訴 (申訴)。

如欲瞭解更多有關此程序的資訊，請參閱您會員手冊的第 6 章。

MEDI-CAL 續保

洛杉磯縣公眾與社會服務部 (Department of Public Social Services, DPSS) 將會每 12 個月針對您的資訊進行一次審查，以確定您是否仍符合獲得 Medi-Cal 福利的條件並將您的 Medi-Cal 參保續保至明年。

雖然有些會員可能會自動完成續保，但有些 Medi-Cal 受益人必須每年按時將必要資訊提交回 DPSS 以延續其 Medi-Cal 資格，才能保有其醫療保健承保。

如欲瞭解更多有關年度 Medi-Cal 續保程序的資訊，請瀏覽 lacare.org/medi-cal-renewals 以取得實用資訊和資源。



以下是一些重要的 DPSS 聯絡資訊

 **BenefitsCal 網站：**
benefitscal.com

BenefitsCal 是供加州居民使用的網站，加州居民可在線上針對 CalWORKs、CalFresh、General Relief 及 Medi-Cal 提出申請並查看各項福利

 **DPSS 客戶服務中心 (CSC) 電話號碼**

 **免費電話** 866.613.3777

 **本地電話** 626.569.1399
310.258.7400
818.701.8200

 **營業時間** 週一至週五上午 7 時
30 分至晚上 6 時 30 分
假日除外

CSC 可為您提供協助：

如果您有任何疑問，或者需要協助取得 Medi-Cal 保險：
請致電 1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026 與 DPSS 聯絡、瀏覽 benefitscal.com 或瀏覽 KeepMediCalCoverage.org 以瞭解詳情。

保有您的 MEDI-CAL

Medi-Cal 續保目前仍在進行中。每個人的續保日期均不相同。請確保您保有您的 Medi-Cal 保險！

Medi-Cal 承保可協助您和您家人保持健康的重要服務。使用 Medi-Cal 不屬於社會負擔且不會對移民身分造成影響。保有您的 Medi-Cal。

更新您的聯絡資訊

重要 Medi-Cal 續保資訊即將寄出。

- 如果您的資訊有變更，請在 10 天內告知您當地的洛杉磯縣公眾與社會服務部 (DPSS) 辦公室，以便他們可以與您聯絡提供重要更新資訊。
- 查看和更新您資訊最快速的方式就是透過 benefitscal.com 登入您的線上帳戶。

查看您的郵件

DPSS 將會在您應辦理續保前的兩個月與您聯絡。

- 您將會透過郵件收到一封信函，告知您續保的月份，您也可在您的 BenefitsCal.com 線上帳戶查看您的續保月份。
- 有些人將會自動完成續保。
- 有些人則需要提供其他資訊。如果您收到用鮮黃色信封裝的續保申請表，您必須填寫該表格。

如果您沒有填寫該表格，您將會失去您的 Medi-Cal 保險！

建立或查看您的 BenefitsCal 線上帳戶

- 您可進行註冊以收到與您個案有關的提醒通知，且完成續保最快速的方式就是透過 BenefitsCal.com。
- 建立或登入您的 BenefitsCal 帳戶以收到這些提醒通知，並提交續保或必要資訊。

填寫您的續保申請表 (如果您有收到)

- 如果您收到續保申請表，請在表格上所列印的到期日期之前完成續保。如果您沒有交還您的續保申請表，或者您缺少縣政府要求您寄送的資訊證明 (如收入)，您的 Medi-Cal 保險將會終止。
- 填寫表格最簡單的方式是透過 BenefitsCal.com 在線上填寫。

如果您沒有帳戶，您也可以透過郵件、在您當地的洛杉磯縣公眾與社會服務部 (Department of Public Social Services, DPSS) 辦公室或致電 1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026 提供續保資訊。



取得協助完成 MEDI-CAL 參保或續 保申請



所有社區資源中心 (CRC) 均有提供 Medi-Cal 參保和續保的現場協助。如果您需要協助填寫 Medi-Cal 申請表或續保文件包，請致電 1.877.287.6290 (TTY 711) 以與經認證的申請協助人員預約時間。L.A. Care CRC 開放給會員及一般民眾使用。



地點	地址	電話
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 Long Beach	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 中心將於 2025 年開幕。

Blue Shield of California Promise Health Plan 和 Blue Cross of California 是與 L.A. Care Health Plan 簽有合約的獨立機構，在洛杉磯縣提供 Medi-Cal 管理式護理服務。

Blue Shield of California Promise Health Plan 是 Blue Shield Association 的獨立被授權人。

如需更多資訊，請瀏覽 CommunityResourceCenterLA.org 或致電 **1.877.287.6290 (TTY 711)**，服務時間為週一至週五上午 9 時至下午 5 時
請掃描 QR 碼以查找您附近的中心。



如何取得服務



L.A. Care Health Plan 的 Medi-Cal 會員資料

L.A. Care Health Plan (L.A. Care) 的會員資料為您提供有關 Medi-Cal 福利、承保藥物及網絡內醫生的資訊。

您可輕鬆檢視或列印重要的會員資料，例如《Medi-Cal 會員手冊》、《醫療服務提供者名錄》、《藥房保險內藥物處方集》(Medi-Cal Rx) 以及兒童與青少年 Medi-Cal 手冊。

搜尋



Lacare.org 服務時間為每週 7 天，每天 24 小時

如欲檢視和列印電子格式的重要會員資料，請透過下列連結瀏覽 L.A. Care 的網站：

- Medi-Cal 會員手冊：
lacare.org/members/documents/medi-cal
- 醫療服務提供者名錄：
lacare.org/members/documents/medi-cal
- 藥房保險內藥物處方集 (透過 Medi-Cal Rx 提供)：
lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- 兒童與青少年 Medi-Cal 手冊／信函：
lacare.org/members/getting-care/routine-exams

造訪 L.A. CARE



在正常營業時間

造訪 L.A. Care/Blue Shield of California 的社區資源中心，以獲得協助取得會員資料、使用您的新 Medi-Cal 福利或就您可能持有的任何問題獲得解答。

致電



1.888.839.9909 (TTY 711)，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)

L.A. Care 會員服務部的職員可協助您處理您可能有的任何問題，包括如何取得《會員手冊》、《醫療服務提供者名錄》及《藥房保險內藥物處方集》(Medi-Cal Rx)。

如欲取得上述資訊的其他語言版本或其他格式 (如大字版、語音版或盲文版)，請致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 與 L.A. Care 會員服務部聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包括假日)。



重要 電話號碼 及保持 聯繫



- ☛ L.A. Care 會員服務部
1.888.839.9909 (TTY 711)
- ☛ L.A. Care 24 小時護士諮詢專線
1.800.249.3619 (TTY 711)
- ☛ L.A. Care 合規專線
1.800.400.4889
- ☛ L.A. Care/Blue Shield of California 社區
資源中心
1.877.287.6290
- ☛ Medi-Cal Rx
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)
並按 5 或 711
- ☛ 洛杉磯縣心理健康服務部
1.800.854.7771
- ☛ 社會安全局社會安全生活補
助金 (Supplemental Social Income, SSI)
1.800.772.1213

以下是與 L.A. Care 保 持聯繫的一些方式

- ☛ 瀏覽我們的網站

lacare.org

- ☛ 致電會員服務部

1.888.839.9909 (TTY 711)，服務時間為
每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)

- ☛ 登入 L.A. Care Connect

members.lacare.org

- ☛ 追蹤我們的社群媒體

 Facebook
facebook.com/lacarehealth

 Instagram
instagram.com/lacarehealth

 Twitter
twitter.com/lacarehealth

 YouTube
youtube.com/user/lacarehealthplan



反歧視 聲明



歧視是違法行為

L.A. Care Health Plan 遵守州政府和聯邦政府民
權法。L.A. Care Health Plan 不會因為生理性別、
種族、膚色、宗教、祖籍、原國籍、族裔身分、年
齡、心智障礙、肢體殘障、病症、基因資訊、婚姻
狀態、社會性別、性別認同或性傾向而非法歧
視他人、排擠他人或對人有差別待遇。L.A. Care
Health Plan：

為殘障人士提供免費輔助和服務，
以協助他們更有效地與我們溝通，
例如：

- ☛ 合格手語翻譯員
- ☛ 其他格式的書面資訊 (大字版、語音版、無障
礙電子格式、其他格式)

為母語非英語的人士提供免費語
言服務，例如：

- ☛ 合格口譯員
- ☛ 其他語言版本的書面資訊

如果您需要上述服務，請致電 1.888.839.9909
與 L.A. Care Health Plan 聯絡，服務時間為每週
7 天，每天 24 小時 (包含假日)。

如果您有聽力或言語障礙，請致電 TTY 711。我
們可應要求為您提供本文件的盲文版、大字
版、錄音帶或電子格式。

如欲取得一份上述其他任一格式
的文件，請致電或寫信至：

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
1200 West 7th St., Los Angeles, CA 90017
1.888.839.9909 TTY:711

如何提出民權申訴

如果您認為 L.A. Care Health Plan 未能提供上述服務，
或者基於生理性別、種族、膚色、宗教、祖籍、原國籍、
族裔身分、年齡、心智障礙、肢體殘障、病症、基因資
訊、婚姻狀態、社會性別、性別認同或性傾向等理由而
透過其他方式非法歧視他人，您可向 L.A. Care Health
Plan 合規專員提出申訴。

您可透過電話、書面方式、本人親自遞交
或在線上提出民權申訴：



透過電話

請致電 1.888.839.9909 與 L.A. Care Health Plan
合規專員聯絡，服務時間為每週 7 天，每天
24 小時 (包含假日)。或者，如果您有聽力或語
言障礙，請致電 TTY 711。



透過書面方式

請填寫投訴申請表或寫信並寄送至：

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



電子郵件

civilrightscoordinator@lacare.org



親自遞交

請造訪您醫生的診所或 L.A. Care Health Plan
並表示您想提出民權申訴。



線上

請瀏覽 L.A. Care Health Plan 網站：

[lacare.org/members/member-support/file-
grievance/grievance-form](https://lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form) 或寄送電子郵件至
civilrightscoordinator@lacare.org。



民權辦公室

— 加州醫療保健服務部

您也可透過電話、書面方式或在線上向加州醫療保健服務部 (California Department of Health Care Services) 的民權辦公室 (Office for Civil Rights) 提出民權投訴：



透過電話

請致電 **1.916.440.7370**。如果您有言語或聽力障礙，請致電 **711** (電信殘障轉接服務)。



透過書面方式

請填寫投訴申請表或寄信至：

**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**

您可在 dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx 找到投訴申請表。



線上

寄送電子郵件至：
civilrights@dhcs.ca.gov

民權辦公室

— 美國衛生及公共服務部

如果您認為自己基於種族、膚色、原籍、年齡、殘障或生理性別等理由而遭到歧視，您也可透過電話、書面方式或在線上向美國衛生及公共服務部的民權辦公室提出民權投訴：



透過電話

請致電 **1.800.368.1019**。如果您有言語或聽力障礙，請致電 TTY/TDD **1.800.537.7697**。



透過書面方式

請填寫投訴申請表或寄信至：

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

您可在 hhs.gov/ocr/office/file/index.html 找到投訴申請表。



線上

請瀏覽民權辦公室投訴入口網站：
ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf

語言 協助

[Farsi] فارسی زبان به مطلب

اب، دینک تفایرد کمک دوخ نابز هب دیهاوخم رگا: هجوت و امکمک. دیریگب سامت **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.

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

ب لصتاف، كتغلب قدعاسملا بلا تجتعا اذلا: هابتالا بجري نادعاسملا أضيا رفوتت **1.888.839.9909 (TTY 711)**. قوتكملا تادنتسملا لثم، ققاعلا يوذ صاخشائل تامدخلا ب لصتا. رييكل طخلو ليرب فقيرطب فيناجم تامدخلا هذه **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 օմանդակ 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:

ប្រាសាទជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)**។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ធ្វើស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រម កអាចកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **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 प्रति में भी दस्तावेज 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 \(Korean\)](#)

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

[ແທກໄລພາສາລາວ \(Laotian\)](#)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາບໍ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທົດແທນອກສອນນູແລະມິດໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາບໍ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

[Mein \(Mien\)](#)

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.

[ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ \(Panjabi\)](#)

ਧਿਆਨ ਦਫਿ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚਿ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ਅਪਾਰਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿਚਿ 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
Medi-Cal

