



L.A. Care.
Medi-Cal



2025 年会员 Medi-Cal 年度指南

目录

来自 L.A. Care 的信息	1
了解您的 Medi-Cal 计划	2
福利重点	6
视力保健	8
获取护理的其它方式	9
COVID-19、流感及呼吸道合胞病毒 (RSV) 预防与护理	10
了解您的护理选项	12
您可获得的资源	14
Medi-Cal 续保	20
如何获取会员资料	23
重要电话号码及保持联系	24
反歧视声明	25
语言协助	27





L.A. Care
Medi-Cal

尊敬的 L.A. Care 会员：

L.A. Care Health Plan (L.A. Care) 与您分享本 Medi-Cal 年度福利信息和资源指南，以协助您保持健康。

这些信息将可为您提供 Medi-Cal 及其各项福利与服务的概述，以协助您获取护理。您只需支付些许费用或无需支付费用便可获得服务。即使您没有感到身体不适，也请务必每年至少去看一次医生。

此外，Medi-Cal 续保目前仍在进行中。每个人的续保日期都不同。如果您收到洛杉矶县公众与社会服务部 (Department of Public Social Services, DPSS) 寄给您的 Medi-Cal 续保文件包，请务必在表格上印刷的到期日期之前完成续保事宜。

如果您没有完成续保事宜，您可能会丧失您的 Medi-Cal 保险。您可通过 benefitscal.com 网站、致电 **1.866.613.3777**、邮寄或亲自递交的方式向 DPSS 提交信息。

如需更多有关 L.A. Care 和 Medi-Cal 福利与服务的信息，请浏览我们的网站 lacare.org 或致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系会员服务部，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时 (包含假日)。

此致 敬礼

L.A. Care Health Plan

了解 您的 **MEDI-CAL** 计划



Medi-Cal

- ❖ Medi-Cal 是加州版的 Medicaid 医疗保健计划。
- ❖ Medi-Cal 为收入有限且符合资格标准 (包括收入指南) 的加州居民 (不论移民身份) 提供免费或费用低廉的医疗保健承保。

- ❖ L.A. Care Health Plan 是加州规模最大的 Medi-Cal 计划, 为居住在洛杉矶县的 Medi-Cal 受益人提供医疗保健承保。
- ❖ 通过 L.A. Care Health Plan, 您可获得您所需的帮助, 方便您查找对您整体健康有益的适当医生、药房及健康教育计划。

Medi-Cal 管理式护理和 L.A. Care Health Plan

- ❖ Medi-Cal 管理式护理是一个有组织的系统, 可帮助会员获取优质的护理服务并保持健康。
- ❖ Medi-Cal 管理式护理健康计划可帮助会员查找医生、药房及健康教育计划。
- ❖ Medi-Cal 管理式护理健康计划也提供护理协调、专科医生转诊、24 小时护士咨询电话服务以及每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日) 的会员服务协助。

您的基本保健服务提供者 (PCP)

- ❖ 您的 PCP 是您的主要医生或诊所, 且是您有健康问题而想要保持健康时, 最先求诊的人士或场所。
- ❖ 您的 PCP 将会确保您在适当的地点和时间获得适当的护理。

如何更换您的 PCP

您可以通过以下方式更换您的 PCP:

- ❖ 致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)。
- ❖ 通过您的在线会员门户网站 L.A. Care Connect 提交申请, 网址为 members.lacare.org。



专业护理的预先授权

- ❖ 您的 PCP 可能会想将您转诊至“专科医生”处或开立不属于 Medi-Cal 承保范围的药物。
- ❖ 专科医生是专精于某身体部位或某类型疾病或服务的专家。例如：心脏科医师和外科医师。
- ❖ 如果您需要专科护理或服务，您的 PCP 必须先申请核准，您才能接受服务。此申请称为“预先授权”。

请随时随身携带您的会员识别卡。每当您接受医疗保健服务时，均请务必出示您的会员识别卡。

如果您未收到您的会员识别卡或者有任何疑问，请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系会员服务部，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时（包含假日）。

您的 L.A. Care 会员识别卡

1. 您健康计划的名称：**L.A. Care Health Plan。**
2. 您的会员**识别号码**。
3. 您的**基本保健服务提供者** (PCP) 及其编号。
4. 您的**医疗团体** (如有)。
5. **L.A. Care 会员服务部** 电话号码及其它重要信息和电话号码。


lacare.org

1 Name:

2 Member ID:

3 PCP/Clinic:

4 PCP/Clinic Phone:

5 Medical Group:

Effective Date:

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

正面

5 Member Services: **1.888.839.9909** (TTY 711)

Mental Health: **1.877.344.2858** (TTY 711)

Substance Use Disorder Services: **1.844.804.7500** (TTY 711)

24-Hour Nurse Advice Line: **1.800.249.3619** (TTY 711)

Medi-Cal Rx: **1.800.977.2273** (TTY 711)

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

Provider information: Pre-authorization is required for all non-emergency hospital admissions. Call **1.877.431.2273**.

Emergency services rendered by non-contracted providers are reimbursable by L.A. Care Health Plan or its financially delegated entity and do not require prior authorization.

背面

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



如果您收到由您的医生、紧急护理中心、医院或由 L.A. Care 提供之其它服务的帐单：

- ❖ 您必须立即致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时（包含假日）。
- ❖ 我们为会员免费提供完整的 Medi-Cal 福利与服务。
- ❖ 您可能无需付费。
- ❖ 您有权提出投诉或申诉报告。

如果您搬家了或需要更新您的联系信息，您应该采取下列其中一项行动：

- ❖ 请致电 **1.866.613.3777** | TTY **1.800.660.4026** 联系洛杉矶县公众与社会服务部 (DPSS) 的资格审查员，服务时间为周一至周五，早上 7 点 30 分至晚上 6 点 30 分（假日除外）。
- ❖ 请在 benefitscal.com 创建或登录您的 BenefitsCal 帐户以更新您的信息。
- ❖ 请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时（包含假日）。

了解您可获得的行为健康服务

您的心理健康十分重要。您知道吗？

- 每 5 位成年人中,就有 1 位曾在某个特定时间出现焦虑症
- 有 8.8% 的美国成年人患有重度抑郁症
- 有 60% 患有重度抑郁症的青少年没有获得必要的护理¹

善用属于您福利一部份的行为健康服务。其中包括心理健康和物质滥用障碍治疗,确保您在需要时能够获得您所需的支持。

L.A. Care 通过 Carelon Behavioral Health、洛杉矶县心理健康部 (Department of Mental Health, DMH) 和洛杉矶县公共卫生部 (Department of Public Health, DPH) 的基本保健服务提供者、行为健康专科医生来提供这些服务。

Carelon Behavioral Health 是 L.A. Care 的供应商,拥有一个医疗服务提供者网络,为 L.A. Care Medi-Cal 会员提供非专科心理健康服务 (Non-Specialty Mental Health Services, NSMHS)。这些服务免费为您提供。此外,此处所列的服务不需要获得预先授权,因此您可以更轻松地获取护理。

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

NSMHS 服务包括：

-  **心理健康**评估和治疗,包括个人、团体及家庭心理治疗。
-  为了评估心理健康病症而在临床上所需的**心理**测验和神经心理测验。
-  用来监督药物治疗的**门诊**服务。
-  **精神科**会诊咨询。
-  **门诊**化验、药物、用品和营养补充剂。

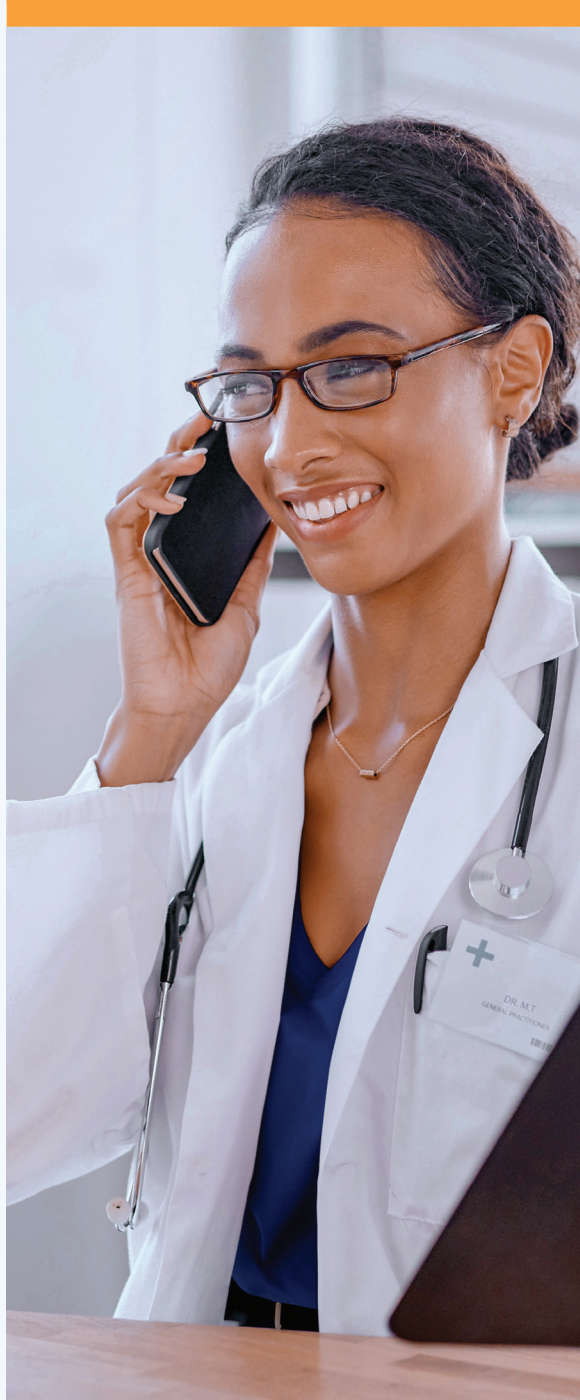
如欲寻找 Carelon 医疗服务提供者,您可致电 **1.877.344.2858** (TTY **1.800.735.2929**) 或浏览 plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider, 使用其在线医疗服务提供者查询功能。

面临严重心理健康困扰的 L.A. Care 会员可通过 DMH 获得心理健康专科服务 (Specialty Mental Health Services, SMHS) 方面的帮助。

SMHS 可能包括但不限于个人和团体治疗、药物支持、个案管理、危机干预、同伴支持、住院及其它康复服务。

如欲获取这些服务,请致电 **1.800.854.7771**。

只要拨打一通电话即可获得帮助



如需物质滥用治疗方面的支持,会员可直接致电 **1.844.804.7500** (TTY 711) 联系洛杉矶县公共卫生部物质滥用预防与控制局 (Department of Public Health Substance Abuse Prevention and Control, DPH SAPC)。

L.A. CARE MEDI-CAL

福利重点

您可在线上版的《Medi-Cal 会员手册》找到更多与您福利有关的详细信息：

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

* 此仅为摘要。

L.A. Care Health
Plan 提供一系列
完整的健康福利。



为您提供更多
免费福利



门诊及一般福利与服务

- 基本保健医生及专科医生看诊
- 门诊手术
- 紧急护理及零售商店附设诊所
- 化验服务和 X 光造影
- 流感预防针及其它建议的疫苗
- COVID-19 检测及疫苗接种
- 产科与新生儿护理
- 生产及产后护理
- 护士与助产士服务
- 陪产士服务
- 小儿科服务 (提早定期筛查、诊断和治疗)
- 足科
- 脊椎矫正
- 治疗服务
- 透析／血液透析
- 护士咨询专线
- 远程医疗
- 家庭治疗



预防和保健福利

- Health in Motion™ 计划
- 疾病管理计划
- 戒烟服务
- 计划生育服务
- 社区健康工作者服务



行为健康服务

- 门诊心理健康服务
- 门诊和住院心理健康专科服务
- 门诊物质滥用障碍服务／酒精滥用筛查
- 自愿住院戒毒



医院服务

- ⌘ 住院服务
- ⌘ 手术服务
- ⌘ 重要器官和组织移植
- ⌘ 麻醉师服务



急诊服务

- ⌘ 急诊室服务
- ⌘ 救护车服务



药房福利

- ⌘ 处方药 (通过 Medi-Cal Rx: medi-calrx.dhcs.ca.gov 提供)



康复与适应训练服务

- ⌘ 物理治疗
- ⌘ 职业治疗
- ⌘ 听力科
- ⌘ 言语治疗
- ⌘ 听力检查
- ⌘ 耐用医疗设备
- ⌘ 针灸
- ⌘ 家庭健康服务
- ⌘ 矫正装置/义肢
- ⌘ 医疗用品、设备及器具
- ⌘ 专业护理机构 (最多 90 天)
- ⌘ 肺功能康复



其它服务

- ⌘ 视力/验光
- ⌘ 牙科护理 (通过 Medi-Cal Dental, 正式名称为 Denti-Cal: dhcs.ca.gov/services)
- ⌘ 交通运输服务
 - ⌘ 非急诊医疗运输
 - 担架用厢型车
 - 轮椅用厢型车
 - 救护车
 - ⌘ 非医疗运输
 - 针对没有其它交通工具可以前往约诊地点的人士所提供的私人或大众交通运输工具
- ⌘ 长期服务与支持
 - ⌘ 专业护理机构 (91 天以上)
 - ⌘ 居家与社区服务
- ⌘ 社区支持
- ⌘ 强化型护理管理
- ⌘ 街头医疗

* 福利可能会发生改变。如欲了解详情, 请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日), 或浏览 lacare.org。您的医疗保健服务提供者可能需要获得批准才能提供某些福利和服务。



L.A. Care
Medi-Cal

VSP
Vision Care

通过

VSP Vision Care 保持 眼睛健康

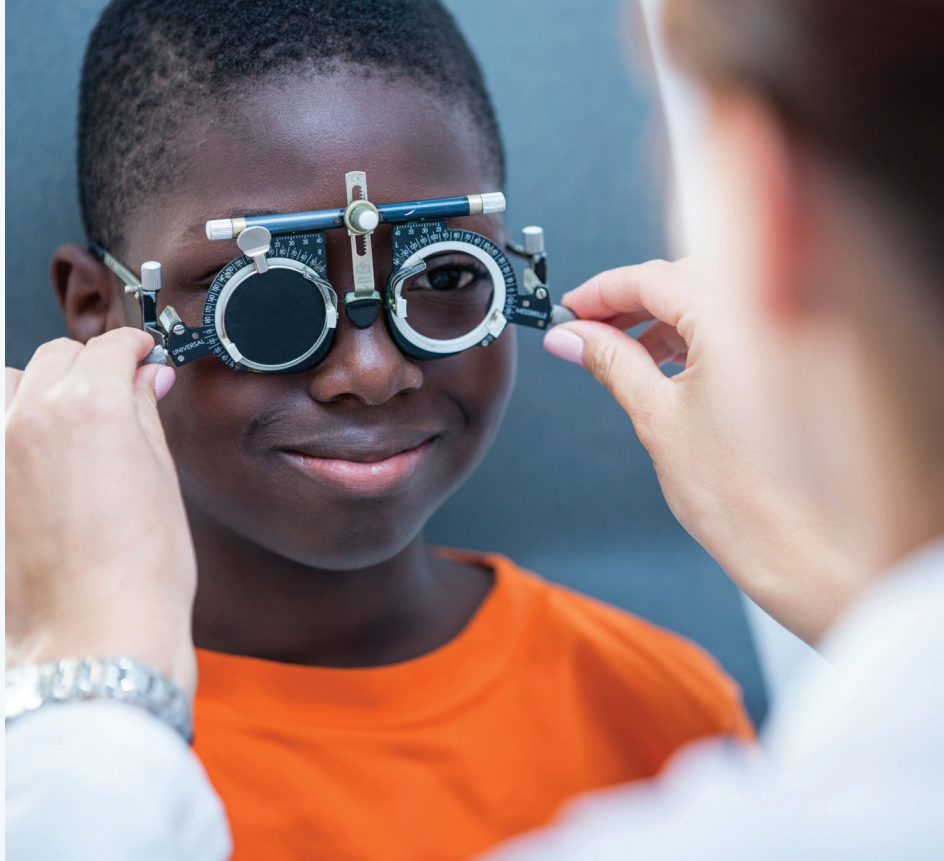
您的眼睛健康是我们的首要任务。身为 Vision Care 的会员, 您将可获得由一流眼睛医生所提供的护理、优质的眼镜用品 (包括处方镜片与镜框) 以及平价的眼睛护理, 让您能够保持视力清晰并拥有健康生活。

定期接受眼睛检查十分重要

藉由 VSP®, 您可通过 VSP 网络医生获得优质的护理, 包括 WellVision Exam® — 这是一项旨在发现视力与健康病症 (如糖尿病和高血压) 征兆的检查。



有疑问?



使用 VSP 福利十分简单



查看承保范围

请查看您的个人承保范围详细信息, 并使用您的 L.A. Care Health Plan 识别号码 (位于您卡片上) 在 vsp.com 创建帐户以查找网络内医生。



网络内医生看诊

请登录您在 vsp.com 的帐户, 以查找您附近接受 Medi-Cal 之 VSP 参与计划的医疗服务提供者, 或致电 **1.800.877.7195 (TTY 711)** 联系 VSP 会员服务部, 服务时间为周一至周六, 太平洋标准时间 (PST) 早上 6 点至下午 5 点 (周日休息)。



在就诊时, 请告诉他们您通过 L.A. Care Health Plan 享有 VSP。在就诊时, 请出示您的 L.A. Care Health Plan 卡。

一切就是这么简单! 我们将会处理剩余事宜 — 当您接受 VSP 参与计划的医疗服务提供者看诊时, 您无需填写索赔申请表。

请浏览 vsp.com 或致电 **1.800.877.7195 (TTY 711)** 联系 VSP, 服务时间为周一至周六, 太平洋标准时间 (PST) 早上 6 点至下午 5 点 (周日休息)。

获取护理的 其它方式

当您无法与 PCP 取得联系时, 您可通过我们在 Teladoc 和 Minute Clinic 的合作伙伴轻松获取护理。

如何获取服务: TELADOC®

- 1 在 [Teladoc.com](https://www.teladoc.com) 设立您的账户。您将需要您的会员识别号码。
- 2 随时通过 Teladoc 电话中心、会员网站或移动设备应用程序**要求进行网络看诊**。

- 3 通过电话或视频立即**获取**所需的**护理**, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时。



更多信息:
lacare.org/teladoc

如何获取服务:

- 1 使用 L.A. Care 在线医疗服务提供者名录来查找您附近的 Minute Clinic。
- 2 在 Minute Clinic 网站**查看**等候时间并规划您的就诊。

- 3 在 Minute Clinic **接受**现场护理。您需要会员识别卡以及一种形式的身份证。



更多信息:
lacare.org/minuteclinic
有疑问?请致电下列电话号码联系 L.A. Care:
1.888.839.9909 (TTY 711)



COVID-19、流感及呼吸道合胞病毒 (RSV) 预防与护理



COVID-19、流感及呼吸道合胞病毒 (Respiratory Syncytial Virus, RSV) 均是传染力非常强的病毒。这些病毒会在人与人之间传播,并可能会引发严重疾病,如肺部感染、长新冠症状、住院及死亡。

所有公共卫生机关和 L.A. Care 均建议符合资格的所有人士接种 Covid-19、流感及 RSV 疫苗和/或追加剂。



资格

年满六个月大的所有人士均可接种 COVID-19 和流感疫苗。RSV 疫苗现在可供非常年幼的儿童、怀孕者以及符合资格的老年人接种。

接种疫苗是保护自己和亲朋好友最有效的方法之一。



获取管道

大多数药房和您基本保健服务提供者 (PCP) 的诊所皆提供 COVID-19 和流感预防针,或者请浏览 lacare.org/flu, 查找社区中提供的免费流感预防针。

RSV 疫苗主要适用于新生儿和幼儿,因此您将需向 PCP 确认是否提供 RSV 疫苗以及您是否符合资格。



费用

符合资格的 L.A. Care Medi-Cal 会员可免费获得 COVID-19、流感及 RSV 疫苗或药物。



副作用

疫苗不会使您感染病毒。在临床试验期间,这些疫苗常见的副作用包括注射部位疼痛、疲劳、头痛、肌肉和关节疼痛、发冷及轻度发烧。

副作用通常十分轻微,并且在一两天后便会消失,但疫苗的效益将会持续下去。



持续获得保护

- ⌘ 咳嗽和打喷嚏时, 使用纸巾或手肘遮掩口鼻。
- ⌘ 经常使用肥皂洗手。
- ⌘ 生病期间待在家里, 不要上班或上学, 直到症状改善为止。
- ⌘ 如有需要, 请佩戴口罩。



接受治疗

如果您的 COVID-19 检测结果呈阳性或者您感染流感, 您可要求您的 PCP 开立药物治疗这些感染。这些药物可限制感染的持续时间和严重程度, 并降低发生严重疾病的潜在风险。



对 COVID-19、流感或 RSV 有任何疑问?

如果您对这些疫苗有任何疑问或者您想进一步了解可用的药物, 请咨询您的 PCP 或浏览 lacare.org/vaccine。

如需更多有关 RSV 的信息, 请浏览公共卫生部—急性传染病控制分部 (lacounty.gov)



今天就接受免费的 COVID-19 和流感预防针注射

请联系您的 PCP 预约看诊或前往当地药房。向对方出示您的 L.A. Care 识别卡并接受免费流感预防针注射。如果您需要任何其它协助, 请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系会员服务部。

通过疫苗保护自己
和您身边的所有人



更多信息:
lacare.org/vaccine



了解您的 护理选项



护理类型	症状与服务的例子	如何获取服务	预计等候时间
 护士咨询专线 每周 7 天, 每天 24 小时皆可咨询持照注册护士。	- 自我护理建议 - 回答健康相关问题 - 选择接受护理的地点	1.800.249.3619 (TTY 711)	无需等候
 基本保健护理 当您需要接受护理时, 请先致电您的基本保健服务提供者。	- 预防保健 - 突发或短期健康问题 - 糖尿病等长期病症或慢性疾病	- 致电您识别卡上的 PCP 电话号码。 - 浏览 L.A. Care 的在线《医疗服务提供者名录》, 网址为 lacare.org	10 个工作日内 - 有些提供当日约诊
 远程护理 通过电话或网络获取远程医疗服务并与医生交谈。	- 感冒/流感/发烧 - 皮疹 - 感染 (皮肤/眼睛/耳朵/泌尿道感染 [Urinary Tract Infection, UTI]) - 呼吸系统 (喘息/咳嗽) - 胃部 (疼痛/呕吐/腹泻) - 轻伤	- 浏览 Teladoc™ (需要登录/注册), 网址为 member.teladoc.com/lacare - Teladoc™: 1.469.643.2161	几分钟至几小时
 急救护理 针对会危及生命的病症所提供的急诊室护理。请勿因例行护理或轻微疾病而使用急诊室 (Emergency Room, ER)。	- 胸痛 - 突发性视力变化 - 虚弱无力/无法行走 - 有伤害自己的念头或任何其它心理健康紧急情况	致电 911 或前往最近的医院急诊室	视您病症的严重程度、病人人数及可用的治疗室而定, 等候时间可能有所不同。



如需有关费用以及如何获取这些服务的进一步信息, 请浏览

lacare.org/members/getting-care 或致电您会员识别卡背面所列的电话号码。如果您需要进一步协助, 请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)。

护理类型	症状与服务的例子	如何获取服务	预计等候时间
 紧急护理 位于零售药房内并有执业护士值班的 零售商店附设诊所	- 感冒/流感/发烧 - 皮疹 - 感染 (皮肤/眼睛/耳朵/泌尿道感染 [Urinary Tract Infection, UTI]) - 呼吸系统 (喘息/咳嗽) - 胃部 (疼痛/呕吐/腹泻) - 轻伤	- 前往 CVS MinuteClinic 地点 - 浏览 L.A. Care 的在线《医疗服务提供者名录》，查看零售商店附设诊所列表。	- 几分钟至几小时 - 预约看诊并在线查询免预约看诊的大致等候时间
紧急护理中心 接受由医生提供的当日护理服务，即使是在非营业时间及周末亦有提供服务。		- 浏览 L.A. Care 的在线《医疗服务提供者名录》，网址为 lacare.org - 致电 1.888.839.9909 (TTY 711) 联系会员服务部	几分钟至几小时
 行为健康服务 通过下列组织获取行为健康服务提供者的服务：	- 感到绝望或不堪重负 - 异常愤怒、焦虑、易怒和其它情绪变化 - 睡眠、食欲或精力水平发生变化		
Carelon Behavioral Health	- 初步心理健康评估 (无需预先授权) - 个人、团体或家庭治疗 - 心理测验与神经心理测验 - 筛查及简短干预措施 - 药物治疗的门诊监控	Carelon Behavioral Health: 1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929	
洛杉矶县心理健康部 (DMH)	- 个人治疗 - 药物支持 - 危机干预与稳定 - 目标个案管理 - 日间治疗与日间康复 - 住院治疗 - 急性精神科住院心理健康护理	DMH ACCESS 与物质滥用服务专线: 1.800.854.7771	非紧急护理： - 心理健康约诊 — 10 个工作日 - 专科护理医师 — 15 个工作日
洛杉矶县公共卫生部 (Department of Public Health, DPH) 物质滥用预防与控制局 (SAPC)	物质滥用治疗，例如门诊和机构住院服务	物质滥用服务专线: 1.844.804.7500	



— 您可获得的 资源



会员资料网页

您可在 lacare.org/members/documents/medi-cal 网站查看重要会员文件。

您可在该网站找到下列重要信息与资源,帮助您获取您需要的护理:

- ❖ Medi-Cal 会员手册
- ❖ 新会员欢迎指南
- ❖ 年度会员指南
- ❖ 医疗服务提供者名录
- ❖ Medi-Cal 识别卡
- ❖ Medi-Cal Rx
- ❖ 儿童与青少年 Medi-Cal 手册和信函

Medi-Cal 会员资料每年更新一次并会在网站发布。

您每年皆会收到一份纸质版的《年度邮件指南》,但会员手册仅可在线获取。

除非提出要求,否则我们不会邮寄会员手册的纸质版。

您也可以获取下列资料和资源的电子格式:

- ❖ 社区支持:
lacare.org/members/community-supports
- ❖ Medi-Cal 会员续保页面:
lacare.org/health-plans/medi-cal/renewals
- ❖ 医疗服务提供者名录:
lacare.org/members/documents/medi-cal
- ❖ 药房保险内药物处方集 (通过 Medi-Cal Rx 提供):
lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- ❖ 儿童与青少年 Medi-Cal 手册/信函:
lacare.org/members/getting-care/routine-exams
- ❖ 通过 Carelon Behavioral Health 查询行为健康服务提供者
plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider



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

L.A. Care Connect

为了让您获得更轻松的体验, 您可创建 L.A. Care Connect 在线会员帐户, 以获取信息与服务。

L.A. Care connect 是您的在线会员门户网站。

- 浏览 members.lacare.org 或点击 lacare.org 登陆页面右上方的会员登录按钮, 从而在线创建帐户。
- 您将需要您的会员识别号码和有效的电子邮件地址才能创建帐户 (您的会员识别号码列于您的会员识别卡上)。
- 如欲获取逐步**注册指南**, 请浏览 members.lacare.org。

通过您的 L.A. Care Connect 帐户, 您可以:

- 打印或查看**在医生诊所或药房使用的会员识别卡
- 查看**您的医疗保健信息 (包括资格)
- 要求**更换您的 PCP
- 在您方便的时间与护士进行即时**通讯**
- 获取更多每周 7 天, 每天 24 小时提供的服务**: 只需点击鼠标, 即可查找医生、搜索《医疗服务提供者名录》或与我们取得联系
- 连线 My Health in Motion™**, 使用专为您健康需求量身打造的计划

L.A. Care 将在 2025 年推出经过改进的会员门户网站, 使管理您的医疗保健服务变得前所未有的轻松。

请随时留意关于新功能的最新信息, 这些功能旨在为您提供快速便捷的服务, 例如:

- 更换**您的基本保健医生、诊所或医疗团体
- 获取**您的计划福利

- 填写**、查看及更新您的健康风险评估表
- 查看** L.A. Care 授权的授权状态, 该状态几乎即时更新
- 查看**和**更新**您的基本信息

My Health in Motion™

通过全新的 My Health In Motion™ (MyHIM) 在线保健门户网站掌控您的健康并达到最佳健康状态。

在全新的 MyHIM 网站探索以下功能:

- 既新鲜又简单**: 体验全新外观以及既有趣又简单的功能。
- 保健评估**: 进行快速健康测试并获取您的个人报告。
- 互动式座谈会**: 参加有趣的在线健康座谈会。
- 设备连线**: 与 Fitbit 等健康追踪工具连线, 享受无缝连接体验。
- 专家健康辅导**: 透过我们的健康辅导计划获得帮助。
- 可轻松获取的信息**: 浏览包含丰富健康信息的信息库。

通过电脑、手机、L.A. Care 的社区资源中心, 甚至公共图书馆随时随地使用 MyHIM。

准备好开始采取行动:

- 请浏览 lacare.org 并点击“**Member Sign-In**” (会员登录)
- 点击“**My Health In Motion™**”标签并创建您的个人资料



如果您需要帮助, 我们的健康辅导员可为您提供帮助, 电话 1.855.856.6943。

其它 资源



社区资源中心

L.A. Care 的社区资源中心 (Community Resource Center, CRC) 与 Blue Shield of California Promise Health Plan 联合经营, 为会员和社区民众提供许多针对其量身打造的免费健康与保健相关服务和资源。

提供的服务包括:

- ❖ 为成年人和儿童提供的免费健康与保健课程以及帮助管控慢性病症的课程
- ❖ 使用远程医疗服务所需的免费 WiFi
- ❖ CalFresh 注册协助
- ❖ Medi-Cal 参保和续保支持
- ❖ 社会服务协助
- ❖ 联系和转介当地社区资源
- ❖ 全年的健康筛查、粮食补助和社区活动

所有 CRC 服务均免费提供, 且开放给您和所有社区民众使用

请浏览 communityresourcecenterla.org, 查看 CRC 的地点/地址、电话号码、营业时间及活动行事历。

您可浏览 communityresourcecenterla.org 并使用在线预约工具或致电 **1.877.287.6290** (TTY 711) 预约时间。



健康教育服务

L.A. Care 提供免费的保健和疾病预防服务、计划及资源, 例如:

- ⌘ 与注册营养师/健康教育者进行个人电话咨询
- ⌘ 社区团体保健约诊
- ⌘ 通过 My Health in Motion™ 的健康与保健门户网站参加在线座谈会、使用聊天功能和观看视频
- ⌘ 糖尿病自我管控教育 (Diabetes Self-Management Education, DSME)
- ⌘ 医疗餐食 (Meals As Medicine, MAM)
- ⌘ 医疗营养治疗 (Medical Nutrition Therapy, MNT)
- ⌘ 健康妊娠、健康产妇和陪产士服务
- ⌘ 无烟戒烟
- ⌘ 流感与 COVID 预防和护理
- ⌘ 哮喘、慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)、糖尿病、糖尿病和肾脏疾病、高风险怀孕等病症支持计划
- ⌘ 易于阅读且包含各种主题和语言版本的资料
- ⌘ 健康教育音频参考信息库 (Health Education Audio Reference Library, HEAR)
- ⌘ 护士咨询专线 **1.800.249.3619 (TTY 711)**

如欲了解详情, 请于周一至周五早上 8 点至下午 5 点致电 **1.855.856.6943 (TTY 711)**, 或浏览 lacare.org/healthy-living 索取会员健康教育资料。

所有健康教育服务均免费为您提供



免费口译员服务

- ⌘ 您有权在与医生交谈时使用口译员
- ⌘ L.A. Care 提供免费口译员服务, 包括美国手语在内
- ⌘ 除非发生紧急情况, 否则您不需要请家人或朋友担任口译员
- ⌘ 如欲申请口译员, 请在您就诊之前至少提前 10-15 天致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)

当您致电时, 请准备好下列信息:

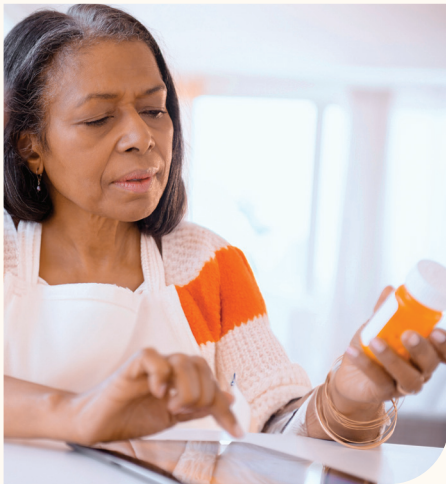
- ⌘ 您的姓名
- ⌘ 您的 L.A. Care 会员识别号码
- ⌘ 您的约诊日期和时间
- ⌘ 医生的姓名
- ⌘ 医生的地址和电话号码

如果您的约诊发生改变或被取消, 请尽快致电联系 L.A. Care 会员服务部。



如欲观看语言协助视频并进一步了解有关免费语言协助服务的信息, 请浏览 lacare.org/members/interpretation-translation。

其它 资源



Medi-Cal Rx

Medi-Cal 药房福利通过按服务收费的服务交付系统 Medi-Cal Rx 管理。

请浏览 Medi-Cal Rx 网站 medi-calrx.dhcs.ca.gov/home 或致电 **1.800.977.2273 (TTY 800.977.2273)** 并按 **7** 或 **711** 以：

- ❖ 获取合同药物清单的副本
- ❖ 您可在 Medi-Cal Rx《药房名录》中找到有与 Medi-Cal Rx 合作的药房清单，如 CVS、Walgreens 和 Rite Aid



交通运输服务

您的福利包括获取前往医疗就诊地点或领取处方药和医疗用品的非医疗运输 (Non-Medical Transportation, NMT) 和非急诊医疗运输 (Non-Emergency Medical Transportation, NEMT)。

如欲预约 NMT 或 NEMT 服务，请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部并选择“transportation” (交通运输) 提示，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时 (包含假日)。



Community Link

- ❖ L.A. Care Community Link 可帮助会员转介社区机构，从而获得住房、粮食、支付帐单以及其它更多方面的协助。
- ❖ 请浏览 communitylink.lacare.org，搜索费用减免的服务并接受“健康的社会决定因素问卷调查”。



了解 CalFresh

CalFresh 是加州的营养补充协助计划。此计划提供每月粮食福利，帮助低收入个人和家庭获取健康食物。

如果符合 CalFresh 的资格，您可以通过电子福利转帐 (Electronic Benefit Transfer, EBT) 卡获得每月福利，该卡可用于在食品杂货店及大多数农夫市场购买食物。

CalFresh 的资格取决于多项因素，例如您的收入、家庭人数、工作要求及移民身份。这些因素也决定了您每个月可获得的金额。

一般而言，如欲符合 CalFresh 的资格，您必须：

- ❖ 具备加州居民身份 **且**
- ❖ 具备美国公民或合格移民身份 **且**
- ❖ 家庭年收入低于表中所示的收入限额



请注意, 实际福利金额将视每个家庭的具体情况而定。

下表仅提供一般指引且仅供参考用。*显示金额的有效期限为 [2024 年 10 月 1 日至 2025 年 9 月 30 日]

家庭人数	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
每月总收入上限	\$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



您可以在线



申请 CalFresh:

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



通过电话 — 请致电 CalFresh 信息专线 1.877.847.3663

亲自前往您当地的 DPSS 办公室



亲自前往您当地的 CRC

⌘ CalFresh 注册协助在我们的 CRC 提供, 并由国家健康基金会 (National Health Foundation, NHF) 提供。

⌘ 请致电您当地的 CRC, 安排与 NHF 健康大使会面。

今天就展开改善营养的旅程!

如欲了解关于 CalFresh 的更多信息, 请浏览:

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



通报与解决问题

如果您对您通过 L.A. Care 或医疗服务提供者所获取的服务有问题或感到不满, 您有权提出投诉 (申诉)。

如欲了解关于此程序的更多信息, 请参阅您会员手册的第 6 章。



MEDI-CAL 续保

洛杉矶县公众与社会服务部 (Department of Public Social Services, DPSS) 将会每 12 个月对您的信息进行一次审查, 以确定您是否仍符合获得 Medi-Cal 福利的资格, 并将您的 Medi-Cal 续保至下个年度。

虽然有些会员可能会自动续保, 但有些 Medi-Cal 受益人必须每年按时将向其索要的信息提交回 DPSS 以延续其 Medi-Cal 资格, 这样才能保留其医疗保健承保。

如欲了解关于年度 Medi-Cal 续保程序的更多信息, 请浏览 lacare.org/medi-cal-renewals 获取实用信息和资源。



下方列出一些重要的 DPSS 联系信息



BenefitsCal 网站:
benefitscal.com

BenefitsCal 是供加州居民使用的网站, 加州居民可针对 CalWORKs、CalFresh、General Relief 及 Medi-Cal 在线提出申请并查看各项福利



DPSS 客户服务中心 (CSC) 电话号码



免费电话 866.613.3777



**本地电话 626.569.1399
310.258.7400
818.701.8200**



CSC 可为您提供协助:
**周一至周五, 早上
7 点 30 分至晚上
6 点 30 分**
假日除外



如果您有任何疑问, 或需要帮助获取您的 Medi-Cal 保险, 请致电 1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026 联系 DPSS、浏览 benefitscal.com 或浏览 KeepMediCalCoverage.org 了解详情。

保留您的 MEDI-CAL



Medi-Cal 续保程序目前仍在进行中。每个人的续保日期均不相同。请确保您保留您的 Medi-Cal 保险！

Medi-Cal 承保可帮助您和您的家人保持健康的重要服务。使用 Medi-Cal 不会被视作社会负担，且不会对移民身份造成影响。保留您的 Medi-Cal。



更新您的联系信息

重要 Medi-Cal 续保信息即将寄出。

- 如果您的信息发生改变，请在 10 天内告知您当地的洛杉矶县公众与社会服务部 (DPSS) 办公室，以便他们可以与您取得联系并提供重要更新信息。
- 查看和更新您信息最快速的方式是 [benefitsCal.com](https://benefitscal.com) 登录您的在线帐户。



查看您的邮件

DPSS 将会在您应完成续保程序前的两个月与您取得联系。

- 您将会通过邮件收到一封信函，告诉您续保的月份。您也可在您的 [BenefitsCal.com](https://benefitscal.com) 在线帐户查看您的续保月份。
- 有些人将会自动完成续保程序。
- 有些人则需要提供其它信息。如果您收到用鲜黄色信封装的续保申请表，您必须填写该表格。

如果您没有填写该表格，您将会失去您的 Medi-Cal 保险！



创建或查看您的 BenefitsCal 在线帐户

- 您可进行注册，以便收到与您个案有关的提醒通知。完成续保程序最快速的方式就是通过 [BenefitsCal.com](https://benefitscal.com)。
- 创建或登录您的 BenefitsCal 帐户，以便收到这些提醒通知，并提交续保资料或必要信息。



填写您的续保申请表 (如收到)

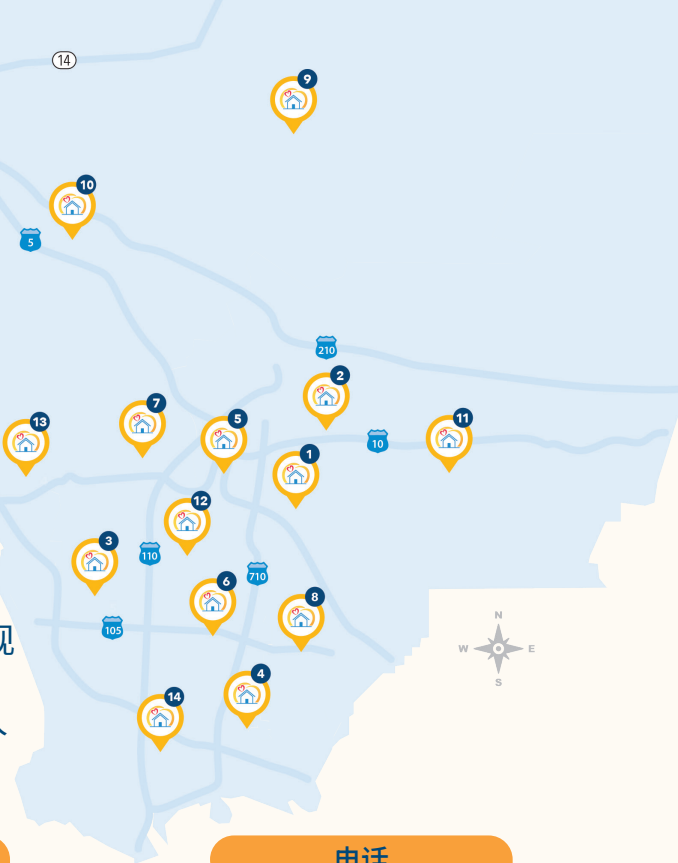
- 如果您收到续保申请表，请在表格上印刷的到期日期之前完成续保程序。如果您没有交还您的续保申请表，或者您缺少县政府要求您寄送的信息证明 (如收入)，您的 Medi-Cal 保险将会终止。
- 填写表格最简单的方式是通过 [BenefitsCal.com](https://benefitscal.com) 在线填写。

如果您没有帐户，您也可以通过邮件、在您当地的洛杉矶县公众与社会服务部 (Department of Public Social Services, DPSS) 办公室或致电 **1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026** 提供续保信息。

获取帮助完成 MEDI-CAL 参保或 续保申请



所有社区资源中心 (CRC) 均提供 Medi-Cal 参保和续保的现场协助。如果您需要帮助填写 Medi-Cal 申请表或续保文件包, 请致电 1.877.287.6290 (TTY 711) 与经认证的申请协助人员预约时间。L.A. Care CRC 开放给会员及一般民众使用。



地点	地址	电话
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 中心将于 2025 年开幕。

Blue Shield of California Promise Health Plan 和 Blue Cross of California 是与 L.A. Care Health Plan 签有合同的独立机构, 在洛杉矶县提供 Medi-Cal 管理式护理服务。

Blue Shield of California Promise Health Plan 是 Blue Shield Association 的独立被授权人。

如需更多信息, 请浏览
CommunityResourceCenterLA.org
 或致电 1.877.287.6290 (TTY 711),
 服务时间为周一至周五, 上午
 9 点至下午 5 点
 请扫描 QR 码以查找您附近的
 中心。



如何获取



L.A. Care Health Plan 的 Medi-Cal 会员资料



L.A. Care Health Plan (L.A. Care) 的会员资料为您提供关于 Medi-Cal 福利、承保药物及网络内医生的信息。

您可轻松查看或打印重要的会员资料, 例如《Medi-Cal 会员手册》、《医疗服务提供者名录》、《药房保险内药物处方集》(Medi-Cal Rx) 以及儿童与青少年 Medi-Cal 手册。

搜索



Lacare.org, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时

如欲查看或打印电子格式的重要会员资料, 请通过下列链接浏览 L.A. Care 的网站:

❖ Medi-Cal 会员手册:

lacare.org/members/documents/medi-cal

❖ 医疗服务提供者名录:

lacare.org/members/documents/medi-cal

❖ 药房保险内药物处方集 (通过 Medi-Cal Rx 提供):

lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services

❖ 儿童与青少年 Medi-Cal 手册/信函:

lacare.org/members/getting-care/routine-exams

前往 L.A. CARE



在正常营业时间

造访 L.A. Care/Blue Shield of California 的社区资源中心, 获得协助获取会员资料、使用您的新 Medi-Cal 福利或就您可能有的任何问题获得解答。

致电



1.888.839.9909 (TTY 711), 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)

L.A. Care 会员服务部的职员可帮助您处理您可能有的任何问题, 包括如何获取《会员手册》、《医疗服务提供者名录》及《药房保险内药物处方集》(Medi-Cal Rx)。

如欲获取上述信息的其它语言版本或其它格式 (如大字版、语音版或盲文版), 请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 联系 L.A. Care 会员服务部, 服务时间为每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)。

重要 电话号码 及保持 联系



- ❖ L.A. Care 会员服务部
1.888.839.9909 (TTY 711)
- ❖ L.A. Care 24 小时护士咨询专线
1.800.249.3619 (TTY 711)
- ❖ L.A. Care 合规专线
1.800.400.4889
- ❖ L.A. Care/Blue Shield of California
社区资源中心
1.877.287.6290
- ❖ Medi-Cal Rx
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)
並按 5 或 711
- ❖ 洛杉矶县心理健康部
1.800.854.7771
- ❖ 社会安全局社会安全生活补助金 (Supplemental Social Income, SSI)
1.800.772.1213

以下是与 L.A. Care
保持联系的一些方式



- ❖ 浏览我们的网站

lacare.org

- ❖ 致电会员服务部

1.888.839.9909 (TTY 711), 服务时间为
每周 7 天, 每天 24 小时 (包含假日)

- ❖ 登录 L.A. Care Connect

members.lacare.org

- ❖ 在社交媒体上关注我们



Facebook

facebook.com/lacarehealth



Instagram

instagram.com/lacarehealth



Twitter

twitter.com/lacarehealth



YouTube

youtube.com/user/lacarehealthplan

反歧视 声明



歧视是违法行为

L.A. Care Health Plan 遵守州和联邦民权法律。L.A. Care Health Plan 不会因生理性别、种族、肤色、宗教、血统、原国籍、民族认同、年龄、心理残障、身体残障、病症、基因信息、婚姻状况、社会性别、性别认同或性取向而非法歧视、排除任何人或进行区别对待。L.A. Care Health Plan 提供以下服务：

为残障人士提供免费辅助和服务，从而帮助他们更有效地沟通，例如：

- 合格手语译员
- 其它格式的书面信息（大字版、音频、无障碍电子格式、其它格式）

为主要语言不是英语的人士提供免费语言服务，例如：

- 合格口译员
- 其它语言版本的书面信息

如果您需要上述服务，请致电 **1.888.839.9909** 联系 L.A. Care Health Plan，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时（包含假日）。

如果您有听力或语言障碍，请致电 **TTY 711**。可根据要求向您提供本文件的盲文版、大字版、录音带或电子形式。

如欲获取以上其中一种替代格式，请致电或写信至：

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

如何提出民权申诉

如果您认为 L.A. Care Health Plan 未能提供这些服务或以其它方式基于生理性别、种族、肤色、宗教、血统、原国籍、民族认同、年龄、心理残障、身体残障、病症、基因信息、婚姻状况、社会性别、性别认同或性取向而进行非法歧视，您可以向 L.A. Care Health Plan 首席合规官提出申诉。

您可以通过致电、书面方式、亲自递交的方式或电子方式提出民权申诉：



通过电话

请致电 **1.888.839.9909** 联系 L.A. Care Health Plan 首席合规官，服务时间为每周 7 天，每天 24 小时（包含假日）。或者，如果您有听力或语言障碍，请致电 **TTY 711**。



通过书面方式

填写投诉表或写信，并发送至：

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



电子邮件

civilrightscoordinator@lacare.org



亲自递交

请前往您医生的诊所或 L.A. Care Health Plan，并表示您希望提出民权申诉。



电子方式

请浏览 L.A. Care Health Plan 网站：

lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form 或发送电子邮件至 civilrightscoordinator@lacare.org。



民权办公室

— 加州医疗保健服务部

您也可通过电话、书面方式或在线向加州医疗保健服务部 (California Department of Health Care Services) 的民权办公室 (Office for Civil Rights) 提出民权投诉：



通过电话

请致电 **1.916.440.7370**。如果您有语言或听力障碍，请致电 **711** (电信残障转接服务)。



通过书面方式

请填写投诉表或写信至：

**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
找到投诉申请表。



电子方式

请发送电子邮件至：

civilrights@dhcs.ca.gov。

Office of Civil Rights

— 美国卫生及公共服务部

如果您认为自己因种族、肤色、原国籍、年龄、残障或性别而受到歧视，您也可以通过致电、书面或电子方式向美国卫生及公共服务部民权办公室提出民权投诉：



通过电话

请致电 **1.800.368.1019**。如果您有语言或听力障碍，请致电 TTY/TDD **1.800.537.7697**。



通过书面方式

请填写投诉表或写信至：

**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
找到投诉申请表。



电子方式

请浏览民权办公室投诉门户网站：

ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf。

语言 协助



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.

الشعار بالعربية (Arabic)

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 بريل والخط الكبير. اتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** هذه الخدمات مجانية.

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՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

ប្លសម្ពាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)**។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ជួស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ព កអាចរកបានផងដែរ។ 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。

(Farsi) فارسی زبان به مطلب

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.

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 बरेल 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)

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

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 serbisyo ng 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

