



2025 لعام Medi-Cal دليل الأعضاء الجدد في برنامج



عزيزي العضو،

- ❖ طلب معلومات حول صحتك لمساعدتك على البقاء بصحة جيدة
- ❖ تذكيرك بتحديد موعدك الصحي الأولي مع موفر رعايتك الأولية (Primary Care Provider, PCP)
- ❖ نزودك بنصائح صحية ونشاركك معلومات حول البرامج لمساعدتك على إدارة صحتك
- ❖ إطلاعك على آخر التغييرات على مزاياك
- ❖ إذا كانت لديك أي أسئلة، أو لديك احتياجات رعاية صحية خاصة أو كنت بحاجة إلى مساعدة في ترتيب الخدمات، فسنساعدك في ذلك. يرجى الاتصال بخدمات أعضاء L.A. Care على الرقم **1.888.839.9909 (TTY 711)**، 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات. هذه المكالمات مجانية.
- ❖ اتصل بنا إذا كنت بحاجة إلى المعلومات المضمنة في هذه الحزمة بلغة أخرى أو بتنسيق آخر (طباعة بأحرف كبيرة أو تسجيل صوتي).
- ❖ من جديد، مرحبًا بك في L.A. Care!

مع فائق الاحترام والتقدير،
L.A. Care Health Plan

مرحبًا بك في خطة L.A. Care Health Plan (L.A. Care). صحتك مهمة بالنسبة لنا ونحن هنا لمساعدتك في الحصول على الرعاية الصحية التي تحتاج إليها. هذه هي حزمة الترحيب للأعضاء الجديدة لديك، وهي تتضمن معلومات قيمة حول مزايا خطتك ومواد الأعضاء وموارد مفيدة، مثل:

- ❖ دليل الأعضاء الجدد
- ❖ كتيب أعضاء برنامج Medi-Cal
- ❖ بطاقة اللغة للمساعدة في طلب خدمات المترجم الفوري
- ❖ مغناطيس موجود به أرقام هواتف مهمة عندما تحتاج إلى مساعدة
- ❖ نلتزم في L.A. Care بدعم صحتك على الدوام وليس في وقت المرض فقط. هدفنا هو مساعدتك على تحقيق أفضل صحة لك والحفاظ عليها.
- ❖ نحن موجودون من أجلك عندما تحتاج إلينا، ونقدم مجموعة من الخدمات لدعم أهدافك الصحية، مثل:

جدول المحتويات

- 1..... خطاب من L.A. Care
- 2..... تعرف على خطتك في برنامج Medi-Cal
- 3..... البدء بصفتك عضوًا
- 8..... أبرز المزايا
- 10..... رعاية الإبصار
- 11..... طرق إضافية للحصول على الرعاية
- 12..... تعرف على خيارات رعايتك
- 14..... الموارد المتاحة لك
- 16..... الموارد الإضافية
- 18..... تجديد برنامج Medi-Cal
- 19..... المساعدة في التجديد عبر مراكز الموارد المجتمعية (Community Resource Center, CRC)
- 20..... كيفية الوصول إلى مواد الأعضاء
- 21..... أرقام مهمة والبقاء على تواصل
- 22..... إشعار عدم التمييز
- 24..... المساعدة اللغوية



النصيحة 3: تحقق من بطاقة معرف

العضوية (ID) لديك
تُرسل بطاقة معرف العضوية (ID) بشكل منفصل
إليك عبر البريد.
تتضمن معرف العضوية (ID) الخاصة بك
المعلومات التالية:

lacare.org

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

1 Name: _____

2 Member ID: _____ Effective Date: _____

3 PCP/Clinic: _____

4 PCP/Clinic Phone: _____

5 Medical Group: _____

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

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

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

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

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

وجه البطاقة

ظهر البطاقة

1. اسم خطتك الصحية:
خطة L.A. Care Health Plan
 2. رقم بطاقة معرف العضوية (ID)
 3. **موفر رعايتك الأولية (PCP, Primary Care Provider)**
و رقمه/رقمها
 4. **مجموعتك الطبية** (إذا كان لديك مجموعة)
 5. **رقم هاتف خدمات أعضاء L.A. Care** وغير ذلك
من المعلومات وأرقام الهواتف المهمة
- يرجى الاحتفاظ ببطاقة معرف (ID) العضوية الخاصة بك معك في جميع الأوقات. تذكر دائماً إظهار بطاقة هوية العضو الخاصة بك كلما حصلت على خدمات الرعاية الصحية.
- إذا لم تحصل على رقم بطاقة معرف العضوية (ID) الخاصة بك أو إذا كان لديك أسئلة، فيرجى الاتصال بخدمات الأعضاء على، (1.888.839.9909 TTY 711)، 24 ساعة يومياً، و 7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات.

النصيحة 4: حدد موعدًا مع موفر

رعايتك الأولية (Primary Care Provider, PCP) في أقرب وقت ممكن

موفر رعايتك الأولية (Primary Care Provider, PCP) هو طبيبك الرئيسي وأول شخص تذهب إليه عندما تواجه مشكلة صحية. وبدوره يتأكد من حصولك على الرعاية المناسبة في المكان المناسب وفي الوقت المناسب.

الزيارات الروتينية مع PCP الخاص بك مهمة لمساعدتك على البقاء بصحة جيدة. حتى لو لم تكن مريضاً، نطلب من جميع الأعضاء الجدد زيارة PCP الخاص بهم خلال أول 1-3 أشهر من الانضمام إلى L.A. Care للحصول على موعد صحي أولي (Initial Health Appointment, IHA).

والغرض من IHA هو مساعدة PCP الخاص بك على التعرّف عليك وعلى سجل رعايتك الصحية واحتياجاتك.

أثناء موعد IHA، سيؤدي PCP الخاص بك الآتي:

- يتعرف على صحتك ويتحدث عنها
- يتعرف على تاريخك الطبي
- يخضعك لاختبار بدني
- يقدم لك معلومات صحية وخدمات قد تحتاج إليها
- يساعدك على فهم احتياجاتك الصحية
- يعلمك طرقاً لتحسين صحتك أو يساعدك على البقاء بصحة جيدة
- ستتلقى خطاب IHA عبر البريد. ستتلقى أيضاً عن طريق البريد نموذج المعلومات الصحية (Health Information Form, HIF). وهو استطلاع صحي قصير من عشرة أسئلة نطلب من جميع الأعضاء الجدد إكمالها.
- سنستخدم هذه المعلومات أيضاً لمساعدتك في الحصول على الرعاية التي تحتاج إليها.
- قد تتلقى مكالمة منا لتذكيرك بإكمال هذا النموذج وتحديد موعد موعدهم الصحي الأولي.

النصيحة 5: ابحث عن موفر الرعاية

باستخدام أداة "Find a Doctor or Hospital" (البحث عن طبيب أو مستشفى) عبر الإنترنت

يرجى أن تضع في اعتبارك أن لديك الحق في تغيير PCP الخاص بك في أي وقت. ويجب عليك اختيار PCP تابع لشبكة موفري الرعاية لدى L.A. Care ويستقبل مرضى جدد.

إذا اخترت PCP جديداً، فسيصبح PCP الخاص بك بدءاً من اليوم الأول من الشهر التالي بعد إجراء التغيير.

إذا كنت ترغب في تغيير PCP الخاص بك، فيمكنك الاتصال 1.888.839.9909 (TTY 711)، وإنشاء حساب L.A. Care Connect، أو يمكنك استخدام أداة "Find a Doctor or Hospital" (البحث عن طبيب أو مستشفى) عبر الإنترنت على lacare.org.



دليل موفري الرعاية

عند استخدام الأداة عبر الإنترنت، اتبع هذه الخطوات:

1. حدد Medi-Cal
2. حدد مما يلي:
"الموقع و/أو تفاصيل موفر الرعاية و/أو متطلبات التغطية والرعاية"
3. يمكنك البحث عن **موفري الرعاية** باستخدام العديد من عوامل التصفية، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر:
• الموقع
• إمكانية الوصول إلى المرفق
• تفاصيل موفر الرعاية - النوع
• اسم موفر الرعاية
• اللغة التي يتحدث بها موفر الرعاية
• الشبكة
• التخصص
4. حدد "Find a Provider" (البحث عن موفر رعاية)

النصيحة 6: تعرف على خدمات الصحة السلوكية المتاحة لك

صحتك العقلية مهمة. هل تعلم أن: يعاني واحد من كل 5 بالغين من اضطرابات القلق في أي وقت

- 8.8% من البالغين في الولايات المتحدة يعانون من الاكتئاب الشديد
- لا يحصل 60% من الشباب الذين يعانون من الاكتئاب الشديد على الرعاية اللازمة¹

استفد من خدمات الصحة السلوكية التي تعد جزءًا من مزاياك. وهذا يشمل علاج كل من الصحة العقلية واضطرابات تعاطي المخدرات، مما يضمن أنه يمكنك الحصول على الدعم الذي تحتاج إليه عند الحاجة إليه.

تقدم L.A. Care هذه الخدمات من خلال موفري الرعاية الأولية، وأخصائيي الصحة السلوكية من Carelon Behavioral Health، وإدارة الصحة العقلية (Department of Mental Health, DMH) بمقاطعة لوس أنجلوس، وإدارة الصحة العامة (Department of Public Health, DPH) بمقاطعة لوس أنجلوس.

Carelon Behavioral Health هي إحدى موردي L.A. Care التي لديها شبكة من موفري الرعاية الذين يقدمون خدمات الصحة العقلية غير المتخصصة (Non-Specialty Mental Health Services, NSMHS) إلى أعضاء L.A. Care Medi-Cal. تقدم هذه الخدمات دون أي تكلفة عليك.

بالإضافة إلى ذلك، لا تتطلب الخدمات المدرجة تصريحًا مسبقًا مما يسهل عليك الحصول على الرعاية.

تشمل خدمات NSMHS ما يلي:

- تقييم الصحة العقلية** وعلاجها، بما في ذلك العلاج النفسي الفردي والجماعي والأسري.
- الاختبارات النفسية** والعصبية النفسية، في حالة الإشارة إليه سريريًا لتقييم حالة الصحة العقلية.
- خدمات العيادات الخارجية** لأعراض مراقبة العلاج بعقاقير الأدوية.
- استشارات** العلاج النفسي.
- معمل** العيادات الخارجية والأدوية والمستلزمات والمكملات الغذائية.

للبحث عن موفر رعاية من شركة Carelon، يمكنك الاتصال على الرقم **1.877.344.2858** (TTY **1.800.735.2929**) أو استخدام ميزة البحث عن موفر الرعاية عبر الإنترنت من خلال زيارة plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider.

يمكن لأعضاء L.A. Care الذين يعانون من تحديات خطيرة فيما يتعلق بالصحة العقلية الحصول على المساعدة من خلال DMH لخدمات الصحة العقلية المتخصصة (Specialty Mental Health Services, SMHS).

قد تشمل SMHS -على سبيل المثال لا الحصر- العلاج الفردي والجماعي، ودعم الأدوية، وإدارة الحالة، والتدخل في الأزمات، ودعم الأقران، والعلاج بالمستشفى، وخدمات إعادة التأهيل الأخرى.

للوصول إلى هذه الخدمات، اتصل على الرقم **1.800.854.7771** للمساعدة على بعد مكالمة هاتفية فقط.

¹ Mental Health America. (2024). *بيانات الصحة العقلية العامة*. mhnational.org/mentalhealthfacts. تم الوصول في 9 تشرين الأول/أكتوبر 2024.

النصيحة 7: L.A. Care Connect و My Health in Motion

[بوابات الأعضاء والعافية عبر الإنترنت] L.A. Care Connect

لجعل تجربتك أكثر سهولة، يمكنك إنشاء حساب عضو عبر الإنترنت في L.A. Care Connect للحصول على المعلومات والخدمات. L.A. Care Connect هي بوابة الأعضاء الخاصة بك عبر الإنترنت.

- أنشئ حسابًا عبر الإنترنت من خلال زيارة members.lacare.org أو بالنقر فوق زر تسجيل دخول الأعضاء في الجانب الأيمن العلوي من الصفحة المُنْتَقَل إليها lacare.org.
- ستحتاج إلى رقم بطاقة معرف (ID) عضويتك وعنوان بريد إلكتروني صالح لإنشاء حساب (رقم بطاقة معرف (ID) عضويتك موجود على بطاقة معرف (ID) عضويتك).
- للوصول إلى **دليل التسجيل** خطوة بخطوة، يرجى زيارة members.lacare.org.

باستخدام حساب L.A. Care Connect الخاص بك، يمكنك

- طباعة** بطاقة معرف (ID) عضويتك أو عرضها لاستخدامها في عيادة طبيبك أو في الصيدلية
- عرض** معلومات رعايتك الصحية، بما في ذلك الأهلية
- طلب** تغيير PCP الخاص بك
- التحدث** مباشرة مع ممرض في الوقت الذي يناسبك
- الوصول إلى مزيد من الخدمات المتاحة على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع:** البحث عن طبيب، أو البحث في دليل موفري الرعاية، أو الاتصال بنا -كل ذلك بلمسة زر واحدة

الاتصال ببرنامج My Health in Motion™ للحصول على البرامج المصممة لتلبية احتياجاتك الصحية

تطلق L.A. Care بوابة أعضاء محسنة في عام 2025 لجعل إدارة رعايتك الصحية أسهل من أي وقت مضى.

ترقبوا تحديثات الميزات الجديدة المصممة لتمنحك وصولاً سريعًا ومريحًا مثل:

- تغيير** طبيب رعايتك الأولية أو العيادة أو المجموعة طبية
- الوصول** إلى مزايا خطتك
- إكمال** نموذج تقييم المخاطر الصحية الخاص بك وعرضه وتحديثه
- عرض** حالات التصريح في الوقت الفعلي تقريبًا لتصاريج L.A. Care
- عرض معلوماتك** الديموغرافية وتحديثها

My Health in Motion™

تولى مسؤولية صحتك وأشعر بتحسن مع بوابة العافية الجديدة كليًا لبرنامج My Health in Motion™ (MyHIM) عبر الإنترنت.

اكتشف الميزات التالية في موقع MyHIM الجديد كليًا:

- جديد وسهل:** جرب مظهرًا جديدًا مع ميزات ممتعة وبسيطة.
- تقييم العافية:** يمكنك إجراء اختبار صحي سريع والحصول على تقريرك الخاص.

- ورش عمل تفاعلية:** شارك في ورش العمل الصحية عبر الإنترنت.
- اتصال الأجهزة:** يمكنك توصيل أجهزة تتبع الصحة مثل Fitbit للحصول على تجربة سلسلة.
- التدريب الصحي من الخبراء:** احصل على المساعدة من برنامج التدريب الصحي لدينا.
- المعلومات في متناول يدك:** استكشف مكتبة مليئة بالمعلومات الصحية.

يمكنك الوصول إلى MyHIM في أي وقت وفي أي مكان - من جهاز كمبيوتر وهاتف ومراكز الموارد المجتمعية التابعة لـ L.A. Care وحتى المكتبة العامة.

جاهز للبدء:

- انتقل إلى lacare.org وانقر فوق "Member Sign-In" (تسجيل الدخول للأعضاء)
 - انقر فوق علامة التبويب "My Health In Motion" وابدأ إنشاء ملفك الشخصي
- إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، فإن مدربينا الصحيين متوفرين على **1.855.856.6943**.

النصيحة 8: اتصل بخط الاستشارات

التمريضية للأسئلة المتعلقة بالصحة يمكنك الاتصال بخط الاستشارات التمريضية للحصول على المساعدة في أي سؤال متعلق بالصحة حتى تتمكن من الاعتناء بنفسك أو بأسرتك.

سيساعدك الممرضون بلغتك بدون تكلفة عليك، ويكونون متاحين لمساعدتك على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع.

يمكنك التواصل مع ممرض افتراضيًا من خلال الدردشة المباشرة أو من حساب أعضاء L.A. Care Connect عبر الإنترنت أو عن طريق الاتصال على الرقم **1.800.249.3619** (TTY **711**).

لمعرفة المزيد حول خط الاستشارات التمريضية والخدمات الإضافية المتاحة من خلال هذا البرنامج، تفضل بزيارة

lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line



يمكن العثور على مزيد من التفاصيل حول مزاياك في كتيب أعضاء برنامج Medi-Cal المتاح عبر الإنترنت على:

lacare.org/members/documents/Medi-Cal

* هذا عبارة عن ملخص فقط.



توفر خطة L.A. Care Health Plan مجموعة شاملة من المزايا الصحية.

ستحصل على المزيد من المزايا بدون تكلفة عليك.



المزايا والخدمات العامة والمتنقلة

- زيارات طبيب الرعاية الأولية و الاختصاصي
- جراحة العيادات الخارجية
- عيادات الرعاية العاجلة والتجزئة
- خدمات المختبر والأشعة السينية
- لقاحات الإنفلونزا وغيرها
- من اللقاحات الموصى بها
- اختباركوفيد-19 واللقاحات
- رعاية الأمهات والأطفال حديثي الولادة
- الرعاية أثناء الولادة وبعدها
- خدمات الممرضات والقابلات

المزايا ذات الصلة بالوقاية والعافية

- برنامج Health in Motion™
- برامج إدارة الأمراض
- خدمات الإقلاع عن التدخين
- خدمات تنظيم الأسرة
- خدمات العاملين الصحيين المجتمعيين

خدمات الصحة السلوكية

- خدمة الصحة العقلية في العيادات الخارجية
- خدمات الصحة العقلية المتخصصة في العيادات الخارجية وداخل المستشفى
- خدمات اضطراب تعاطي المخدرات في العيادات الخارجية / فحص إساءة استخدام الكحول
- علاج الإدمان التطوعي داخل المستشفى



خدمات المستشفى

- خدمات تلقي العلاج داخل المستشفى
- الخدمات الجراحية
- زراعة الأعضاء الرئيسية والأنسجة
- خدمات التخدير



خدمات التأهيل وإعادة التأهيل

- العلاج البدني
- العلاج المهني
- السمعية
- علاج التخاطب
- فحوصات السمع
- المعدات الطبية المُعمّرة
- الوخز بالإبر
- الخدمات الصحية المنزلية
- تقويم العظام/الأطراف الاصناعية
- المستلزمات والمعدات والأجهزة الطبية
- مركز خدمات التمريض المهني (حتى 90 يومًا)
- إعادة التأهيل الرئوي

* المزايا عرضة للتغيير. يرجى الاتصال بخدمات أعضاء L.A. Care على الرقم (TTY 711) 1.888.839.9909 على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات للحصول على مزيد من المعلومات أو انتقل إلى الموقع الإلكتروني lacare.org. قد يحتاج موفر رعايتك الصحية إلى الحصول على الموافقة على بعض المزايا والخدمات.



مزايا الصيدلية

- الأدوية المقررة بوصفة طبية عبر برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal: medi-calrx.dhcs.ca.gov

خدمات أخرى

- الرؤية /البصريات
- العناية بالأسنان (عبر خطة Medi-Cal Dental المعروفة رسميًا باسم خطة Denti-Cal: dhcs.ca.gov/services)
- النقل
- النقل الطبي في غير الطوارئ
- سيارة طبية مجهزة
- سيارة للكراسي المتحركة
- سيارة إسعاف
- النقل غير الطبي
- سيارة خاصة أو عامة للأشخاص الذين ليس لديهم طريقة أخرى للوصول إلى موعدهم
- الخدمات ووسائل الدعم طويلة المدى
- مراكز خدمات التمريض المهنية (أكثر من 91 يومًا)
- الخدمات المنزلية والمجتمعية
- وسائل الدعم المجتمعي
- إدارة الرعاية المُعززة
- العيادات المتنقلة

حافظ على صحة عينيك

من خلال VSP VISION CARE

إن صحة عينيك على رأس أولوياتنا. بصفتك عضوًا في خدمة رعاية الإبصار، ستتمتع بإمكانية الحصول على الرعاية من أطباء عيون ماهرين، ونظارات عالية الجودة بما في ذلك العدسات والإطارات الموصوفة طبيًا، ورعاية عيون بأسعار معقولة، حتى تتمكن من الرؤية بوضوح وتعيش حياة صحية.

استخدام مزايا VSP سهل

عرض تغطيتك

راجع تفاصيل تغطيتك المخصصة وابحث عن طبيب تابع للشبكة عن طريق إنشاء حساب على الموقع الإلكتروني vsp.com باستخدام رقم المعرف (ID) الخاص بك في L.A. Care Health Plan (الموجود على بطاقتك).

مراجعة طبيب تابع للشبكة

سجل الدخول إلى حسابك على الموقع الإلكتروني vsp.com للبحث عن موفر رعاية مشارك في VSP التابع لبرنامج Medi-Cal بالقرب منك أو اتصل بقسم خدمات أعضاء VSP على الرقم (TTY 711) 1.800.877.7195، من الإثنين إلى السبت من الساعة 6:00 صباحًا حتى الساعة 5:00 مساءً، بتوقيت المحيط الهادي (Pacific Standard Time, PST) (غير متاحين يوم الأحد).

في موعدك، أخبر الطبيب أنك مشترك في VSP من خلال خطة L.A. Care Health Plan. وقدم له بطاقة خطة L.A. Care Health Plan الخاصة بك في موعدك.

هذا هو المطلوب منك! وستعامل نحن مع الباقي - لا توجد نماذج مطلوبة يلزم إكمالها عندما تذهب إلى موفر رعاية مشارك في VSP.

تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني vsp.com أو اتصل بـ VSP على الرقم (TTY 711) 1.800.877.7195، من الإثنين إلى السبت، من الساعة 6:00 صباحًا حتى الساعة 5:00 مساءً، بتوقيت PST (غير متاحين يوم الأحد).

هل لديك أي أسئلة؟

الفحوصات المنتظمة للعينين مهمة

بالاشتراك في VSP®، ستحصل على رعاية رائعة من طبيب تابع لشبكة VSP، بما في ذلك WellVision Exam® - وهو فحص مصمم لاكتشاف علامات حالات الرؤية والحالات الصحية، مثل مرض السكري وارتفاع ضغط الدم.

طرق إضافية للحصول على الرعاية

عندما لا يمكنك الوصول إلى PCP الخاص بك، فاحصل على الوصول السهل إلى الرعاية مع شركائنا في Minute Clinic و Teladoc.

كيفية الوصول:



3

الوصول إلى الرعاية المطلوبة على الفور عبر الهاتف أو الفيديو 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع.

2

اطلب الحصول على زيارة افتراضية من خلال مركز اتصال Teladoc، أو موقع العضو، أو تطبيق الهاتف المحمول في أي وقت.

1

يجب إعداد حسابك على Teladoc.com ستحتاج إلى رقم معرف العضوية الخاص بك.

لمزيد من المعلومات
lacare.org/teladoc



كيفية الوصول:



3

احصل على الرعاية في الموقع في Minute Clinic. ستحتاج إلى بطاقة معرف العضوية (ID) الخاصة بك وشكل من أشكال الهوية (ID).

2

اطلع على أوقات الانتظار وخطط لزيارتك على موقع Minute Clinic.

1

استخدم دليل موفري الرعاية التابعين لـ L.A. Care على الإنترنت للعثور على Minute Clinic بالقرب منك.

لمزيد من المعلومات
lacare.org/minuteclinic
هل لديك أي أسئلة؟
اتصل بـ L.A. Care على الرقم:
(711 TTY) 1.888.839.9909





تعرف على خيارات الرعاية

أنواع الرعاية	أمثلة على الأعراض والخدمات	كيفية الوصول	أوقات الانتظار المقدرة
الرعاية العاجلة عيادات البيع بالتجزئة توجد في صيدليات البيع بالتجزئة ويعمل بها ممرض ممارس الرعاية العاجلة احصل على الرعاية في اليوم نفسه من الأطباء، حتى بعد ساعات العمل وفي عطلات نهاية الأسبوع.	البرد/الإنفلونزا/ الحمى الطفح الجلدي الالتهابات (الجلد/العين/الأذن/Urinary Tract) البولية (Infection, UTI) الجهاز التنفسي (الأزيز / السعال) المعدة الألم / القيء / الإسهال الإصابات البسيطة	• تفضل زيارة موقع CVS MinuteClinic • تفضل زيارة دليل موفري الرعاية عبر الإنترنت في L.A. Care للحصول على قائمة عيادات البيع بالتجزئة.	• تتراوح من دقائق إلى ساعات • حدد موعدًا للزيارة وتحقق من أوقات الانتظار التقريبية في حالة الذهاب دون موعد مسبق عبر الإنترنت
خدمات الصحة السلوكية الوصول إلى موفري رعاية الصحة السلوكية من خلال:	مشاعر اليأس أو الإرباك غضب غير معهود وقلق وانزعاج و تغيرات مزاجية أخرى تغييرات في النوم أو الشهية أو في مستوى الطاقة	• تفضل زيارة دليل موفري الرعاية الخاص بـ L.A. Care عبر الإنترنت في lacare.org • اتصل بخدمات الأعضاء على الرقم 1.888.839.9909 (TTY 711).	• تتراوح من دقائق إلى ساعات
Carelon Behavioral Health	التقييم الأولي للصحة العقلية (لا حاجة إلى تصريح مسبق) العلاج الفردي، أو الجماعي، أو الأسري الاختبارات النفسية والعصبية النفسية الفحوصات والتدخلات الموجزة خدمات مراقبة العيادات الخارجية للعلاج بالعقاقير الدوائية	• Carelon Behavioral Health: 1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929	• لا يوجد وقت انتظار
إدارة الصحة العقلية بمقاطعة لوس أنجلوس (DMH)	العلاج الفردي خدمات دعم الأدوية إجراءات حل الأزمات والتحكم فيها إدارة الحالات المستهدفة العلاج النهاري وإعادة التأهيل النهاري العلاج في المنشآت السكنية رعاية الصحة العقلية الحادة داخل المستشفى	• الخط الساخن للوصول إلى DMH وخدمات تعاطي المخدرات: 1.800.854.7771	الرعاية غير العاجلة: موعد الصحة العقلية— 10 أيام عمل طبيب رعاية الحالات الخطرة— 15 يوم عمل
إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس (DPH)، قسم الوقاية من تعاطي المخدرات ومكافحتها. (Substance Abuse Prevention and Control, SAPC)	علاج تعاطي المخدرات مثل العيادات الخارجية والخدمات السكنية	• الخط الساخن لخدمة تعاطي المخدرات: 1.844.804.7500	• قد تختلف أوقات الانتظار، اعتمادًا على شدة حالتك وعدد المرضى وغرف العلاج المتاحة.

أنواع الرعاية	أمثلة على الأعراض والخدمات	كيفية الوصول	أوقات الانتظار المقدرة
خط الاستشارات التمرضية تحدث إلى ممرض مسجل مرخص 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع.	• نصائح الرعاية الذاتية • إجابات على الأسئلة المتعلقة الصحة • اختيار مكان الحصول على الرعاية	• 1.800.249.3619 (TTY 711)	• لا يوجد وقت انتظار
الرعاية الأولية اتصل بموفر رعايتك الأولية أولاً عندما تكون بحاجة إلى رعاية.	• الرعاية الوقائية • المشكلات الصحية المفاجئة أو قصيرة الأجل • الحالات أو الأمراض طويلة الأجل مثل مرض السكري	• اتصل على رقم هاتف PCP الخاص بك الموجود على بطاقة معرف العضوية الخاصة بك. • تفضل زيارة دليل موفري الرعاية الخاص بـ L.A. Care عبر الإنترنت في lacare.org	• 10 أيام عمل أو أقل • بعض المواعيد تكون في نفس اليوم
الرعاية الافتراضية الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية عبر الهاتف والتحدث مع طبيب عبر الهاتف أو عبر الإنترنت.	• البرد/الإنفلونزا/ الحمى • الطفح الجلدي • الالتهابات (الجلد/العين/الأذن/المسالك البولية (Urinary Tract Infection, UTI)) • الجهاز التنفسي (الأزيز/ السعال) • المعدة (الألم/القيء/الإسهال) • الإصابات البسيطة	• تفضل زيارة Teladoc™ (يتطلب تسجيل الدخول/التسجيل) على member.teladoc.com/lacare • Teladoc™: 1.469.643.2161	• تتراوح من دقائق إلى ساعات
رعاية الطوارئ رعاية غرفة الطوارئ للحالات المهددة للحياة. لا تستخدم غرفة الطوارئ (Emergency Room, ER) للرعاية الروتينية أو للأمراض البسيطة.	• ألم في الصدر • تغيرات مفاجئة في الرؤية • الضعف/صعوبة في التحدث • أفكار لإيذاء نفسك أو أي حالة طوارئ أخرى للصحة العقلية	• اتصل على 911 أو انتقل إلى أقرب غرفة طوارئ أو مستشفى.	• قد تختلف أوقات الانتظار، اعتمادًا على شدة حالتك وعدد المرضى وغرف العلاج المتاحة.

للحصول على مزيد من المعلومات بخصوص التكلفة وكيفية الوصول إلى هذه الخدمات،

تفضل زيارة الموقع الإلكتروني:

lacare.org/members/getting-care أو الاتصال بالرقم الموجود على ظهر بطاقة معرف (ID) عضويتك، إذا كنت بحاجة إلى المزيد من المساعدة، فاتصل بخدمات أعضاء L.A. Care على **1.888.839.9909 (TTY 711)**، على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات.





خدمات المترجم الفوري المجانية

- يحق لك الحصول على مترجم فوري عندما تتحدث مع طبيبك
- تقدم خطة L.A. Care خدمات المترجم الفوري المجانية، بما في ذلك لغة الإشارة الأمريكية
- ليس عليك الاستعانة بأحد أفراد أسرتك أو صديقك ليكون مترجمك الفوري، إلا في حالات الطوارئ
- لطلب توفير مترجم فوري لك، اتصل بخدمات أعضاء L.A. Care على مدار 24 ساعة يوميًا، 7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات، على الرقم **1.888.839.9909 (TTY 711)** قبل 10-15 يومًا على الأقل من زيارتك

يرجى تجهيز المعلومات التالية عند الاتصال:

- اسمك
- رقم معرف (ID) عضويتك في L.A. Care
- تاريخ وموعد زيارتك
- اسم الطبيب
- عنوان الطبيب ورقم هاتفه، في حالة تغيير موعدك أو إلغائه، يرجى الاتصال بخدمات أعضاء L.A. Care في أقرب وقت ممكن.

تتوفر جميع خدمات التوعية الصحية لك مجانًا.

خدمات التوعية الصحية

- تقدم L.A. Care خدمات وبرامج وموارد مجانية للعافية والوقاية من الأمراض مثل:
 - الاستشارة الفردية عبر الهاتف مع اختصاصيي التغذية المسجلين/ موظفي التوعية الصحية
 - مواعيد العافية الجماعية في المجتمع ورش عمل عبر الإنترنت ومزايا الدردشة ومقاطع الفيديو من خلال بوابة الصحة والعافية التابعة لنا My Health in Motion™
 - التدريب على الإدارة الذاتية لمرض السكري (Diabetes Self-Management Education, DSME)
 - الوجبات كدواء (Meals As Medicine, MAM)
 - العلاج بالتغذية الطبية (Medical Nutrition Therapy, MNT)
 - الحمل الصحي والأم السليمة وخدمات رقيقة الولادة
 - الإقلاع عن التبغ بدون دخان
 - الوقاية من الإنفلونزا و COVID و الرعاية عند الإصابة بهما
 - برامج دعم الحالة لمرض الربو، ومرض الانسداد الرئوي المزمن (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)، ومرض السكري، ومرض السكري وأمراض الكلى، والحمل عالي الخطورة
 - مواد سهلة القراءة لمجموعة متنوعة من الموضوعات واللغات
 - المكتبة المرجعية الصوتية للتوعية الصحية (Health Education Audio Reference Library, HEAR)
 - خط الاستشارات التمريضية **1.800.249.3619 (TTY 711)**
- لمعرفة المزيد، اتصل على **1.855.856.6943 (TTY 711)**، من الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 8:00 صباحًا إلى الساعة 5:00 مساءً أو تفضل بزيارة lacare.org/healthy-living للحصول على مواد عن التوعية الصحية للأعضاء.

تعال إلى إرشادات الأعضاء الجدد) توجيه بطاقة هدية بقيمة \$10

بعد التوجيه، ستتمكن من:

- فهم مزاياك
- طلب بطاقة هوية (ID)
- اختيار طبيبك أو تغييره
- التعرف على كيفية صرف وصفاتك الطبية
- فهم الرعاية الصحية العاجلة
- فهم حقوقك ومسؤولياتك

يمكنك زيارة communityresourcecenterla.org لمعرفة مواقع/عناوين مراكز الموارد المجتمعية وأرقام هواتفها وساعات عملها ومواعيد فعاليتها.

يمكنك تحديد موعد عن طريق زيارة الموقع الإلكتروني communityresourcecenterla.org واستخدام أداة تحديد المواعيد عبر الإنترنت أو الاتصال على **1.877.287.6290 (TTY 711)**.

جميع خدمات CRC مجانية ومتاحة لك ولأي شخص في المجتمع.



مراكز الموارد المجتمعية

تعمل مراكز الموارد المجتمعية (CRC) التابعة لـ L.A. Care بالاشتراك مع خطة Blue Shield of California Promise Health Plan وتقدم العديد من الخدمات والموارد المجانية المتعلقة بالصحة والعافية المصممة خصيصًا للأعضاء والمجتمع.

تشمل الخدمات المقدمة ما يلي:

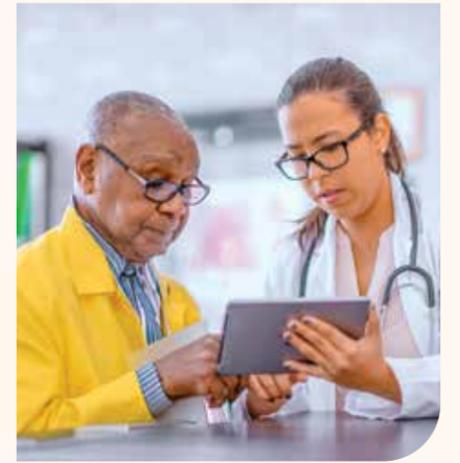
- دروس مجانية عن الصحة والعافية للبالغين والأطفال ودروس للمساعدة في إدارة الحالات المزمنة
- شبكة WiFi مجانية للخدمات الصحية عبر الهاتف
- مساعدة التسجيل في CalFresh
- المساعدة عند التسجيل في برنامج Medi-Cal ودعم تجديد التسجيل فيه
- المساعدة في الخدمات الاجتماعية الربط والإحالة إلى موارد المجتمع المحلي
- الفحوصات الصحية والمساعدات الغذائية والفعاليات المجتمعية على مدار العام
- يمكنك التعرف على مزايا برنامج Medi-Cal الخاصة بك عن طريق التسجيل للحصول على إرشادات الأعضاء الجدد) توجيه الأعضاء الجدد في CRC المحلي.

الموارد المتاحة لك





الموارد الإضافية



برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal

مزايا الصيدلية لبرنامج Medi-Cal تدار من خلال نظام تقديم الخدمات مقابل الرسوم في برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal.

تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لبرنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal على الرابط التالي: medi-calrx.dhcs.ca.gov/home أو اتصل على **1.800.977.2273** (TTY 800.977.2273) و اضغط على **7** أو **(711)** لكي:

• تحصل على نسخة من قائمة العقاقير الدوائية التعاقدية

• تتمكن من العثور على قائمة بالصيدليات التي تعمل مع برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal في دليل صيدليات برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal، مثل CVS، Walgreens، و Rite Aid.



النقل

تشمل مزاياك الحصول على وسائل النقل غير الطبي (Non-Medical transportation, NMT) في غير الطوارئ (Non-Emergency Medical transportation, NEMT) إلى مواعيدك الطبية أو عند استلام الوصفات الطبية والمستلزمات الطبية.

لتحديد موعد لتلقي خدمات NMT أو NEMT، يرجى الاتصال بخدمات أعضاء L.A. Care على الرقم **1.888.839.9909** (TTY 711)، على مدار 24 ساعة يوميًا، و 7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات، و حدد خيار "transportation" (النقل).



منصة التواصل مع مراكز الخدمة المجتمعية

• تساعد منصة L.A. Care للتواصل مع مراكز الخدمة المجتمعية الأعضاء على التواصل مع الوكالات المجتمعية للحصول على المساعدة فيما يتعلق بالسكن والطعام والفواتير وغير ذلك الكثير.

• تفضل بزيارة communitylink.lacare.org للبحث عن **خدمات مجانية أو مخفضة التكلفة** وإجراء استطلاع بخصوص العوامل الاجتماعية للصحة.



تعرف على CalFresh

CalFresh هو برنامج المساعدة الغذائية التكميلية في كاليفورنيا الذي يوفر مزايا غذائية شهرية لمساعدة الأفراد والأسر ذوي الدخل المنخفض في الحصول على طعام صحي.

إذا كنت مؤهلاً للحصول على CalFresh، فيمكنك الحصول على مزايا شهرية على بطاقة تحويل المزايا الإلكترونية (Electronic Benefit Transfer, EBT) التي يمكن استخدامها لشراء الطعام في محلات البقالة و معظم أسواق المزارعين.

تعتمد الأهلية للحصول على CalFresh على عدة عوامل مثل دخلك، وحجم الأسرة، ومتطلبات العمل، وحالة الهجرة. تحدد هذه العوامل أيضًا مبلغ المال الذي تتلقاه كل شهر.

بشكل عام ، لتكون مؤهلاً لـ CalFresh ، يجب أن تكون:

- مقيمًا في كاليفورنيا
- ومواطنًا أمريكيًا أو مهاجرًا مؤهلاً
- وأن يكون دخل الأسرة السنوي أقل من حد الدخل الموضح في الجدول



يرجى ملاحظة أن مبالغ المزايا الفعلية تعتمد على الظروف الخاصة بكل أسرة. الجدول أدناه مقدم للتوجيه العام ولأغراض إعلامية فقط. *المبالغ المعروضة سارية المفعول لـ [9/30/25 - 10/1/24]

حجم الأسرة	حجم أسرة (من فرد واحد)	حجم أسرة (من فريدين {2})	حجم أسرة (من 3 أفراد)	حجم أسرة (من 4 أفراد)	حجم أسرة (من 5 أفراد)	حجم أسرة (من 6 أفراد)	حجم أسرة (من 7 أفراد)
حد الدخل الشهري الإجمالي	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890
الحد الأقصى للمزايا الشهرية	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536

يمكنك التقدم بطلب للحصول على CalFresh

عبر الإنترنت على:

GetCalFresh.org :: benefitscal.com

عبر الهاتف — اتصل بخط معلومات CalFresh على الرقم **1.877.847.3663**

شخصيًا في مكتب إدارة الخدمات الاجتماعية العامة المحلي (Department of Public Social Services, DPSS)

شخصيًا في مركز CRC المحلي لديك

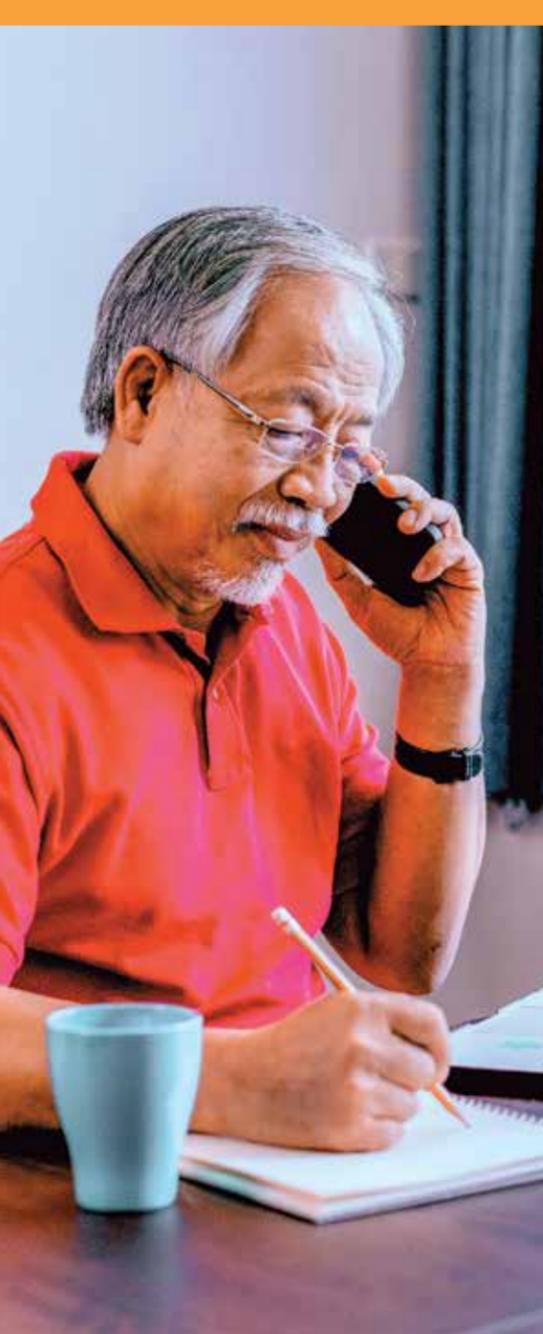
• يتم تقديم المساعدة في التسجيل في CalFresh في مراكز CRC الخاصة بنا وتقديمها مؤسسة الصحة الوطنية (National Health Foundation, NHF).

• اتصل بمركز CRC المحلي لتحديد موعد مع مسؤول الترويج الصحي في NHF.

ابدأ رحلتك نحو تغذية أفضل اليوم!

لمعرفة المزيد من المعلومات حول CalFresh، تفضل بزيارة:

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



الإبلاغ عن المشكلات وحلها

لديك الحق في تقديم شكوى (تظلم) إذا واجهتك مشكلة ما أو كنت غير راضٍ عن الخدمات التي تحصل عليها من L.A. Care أو أحد موفري الرعاية.

لمعرفة المزيد حول هذه العملية،

يرجى الرجوع إلى الفصل 6

من كتيب الأعضاء الخاص بك.



تجديد برنامج MEDI-CAL

ستجري إدارة الخدمات الاجتماعية العامة في مقاطعة لوس أنجلوس (DPSS) مراجعة لمعلوماتك كل 12 شهراً لتحديد ما إذا كنت لا تزال مؤهلاً لتلقي مزايا برنامج Medi-Cal وتجديد تسجيلك في برنامج Medi-Cal للعام التالي.

على الرغم من إمكانية تسجيل بعض الأعضاء تلقائياً، يجب على بعض المستفيدين من برنامج Medi-Cal تجديد الأهلية لبرنامج Medi-Cal من خلال إرسال المعلومات المطلوبة إلى DPSS كل عام، في الوقت المحدد، للحفاظ على تغطية رعايتهم الصحية. لمعرفة المزيد عن عملية تجديد برنامج Medi-Cal السنوية، يُرجى زيارة lacare.org/Medi-Cal **renewals** للاطلاع على معلومات وموارد مفيدة.



أرقام هواتف مركز خدمة العملاء (CSC) التابع لـ DPSS

الرقم المجاني 866.613.3777

626.569.1399

310.258.7400

818.701.8200

CSC متاح لمساعدتك:

من الإثنين إلى الجمعة

من الساعة 7:30 صباحاً إلى

الساعة 6:30 مساءً

باستثناء أيام العطلات

الأرقام
المحلية

ساعات
العمل



موقع BenefitsCal الإلكتروني:
benefitscal.com

BenefitsCal هو موقع إلكتروني لسكان مقاطعة كاليفورنيا للتقدم بطلب للحصول على المزايا وعرضها عبر الإنترنت لتطبيقات CalWORKs و CalFresh و General Relief و برنامج Medi-Cal

إذا كانت لديك أي أسئلة، أو تحتاج إلى مساعدة في الوصول إلى تغطية برنامج Medi-Cal الخاصة بك، فيُرجى الاتصال بـ DPSS على 1.866.613.3777 أو الانتقال إلى benefitscal.com أو زيارة KeepMediCalCoverage.org للحصول على مزيد من المعلومات.



احصل على مساعدة في إكمال

طلب التسجيل أو التجديد
في برنامج MEDI-CAL

تقدم جميع مراكز الموارد المجتمعية (CRC) المساعدة الشخصية في إجراءات التسجيل والتجديد في برنامج Medi-Cal. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في إكمال طلب التسجيل في برنامج Medi-Cal أو حزمة تجديد الاشتراك به، فاتصل على الرقم 1.877.287.6290 (TTY 711) لتحديد موعد مع أحد مساعدي تقديم الطلبات المعتمدين. إن مراكز CRC التابعة لخطة L.A. Care مفتوحة لأعضائنا وللعمامة كذلك.

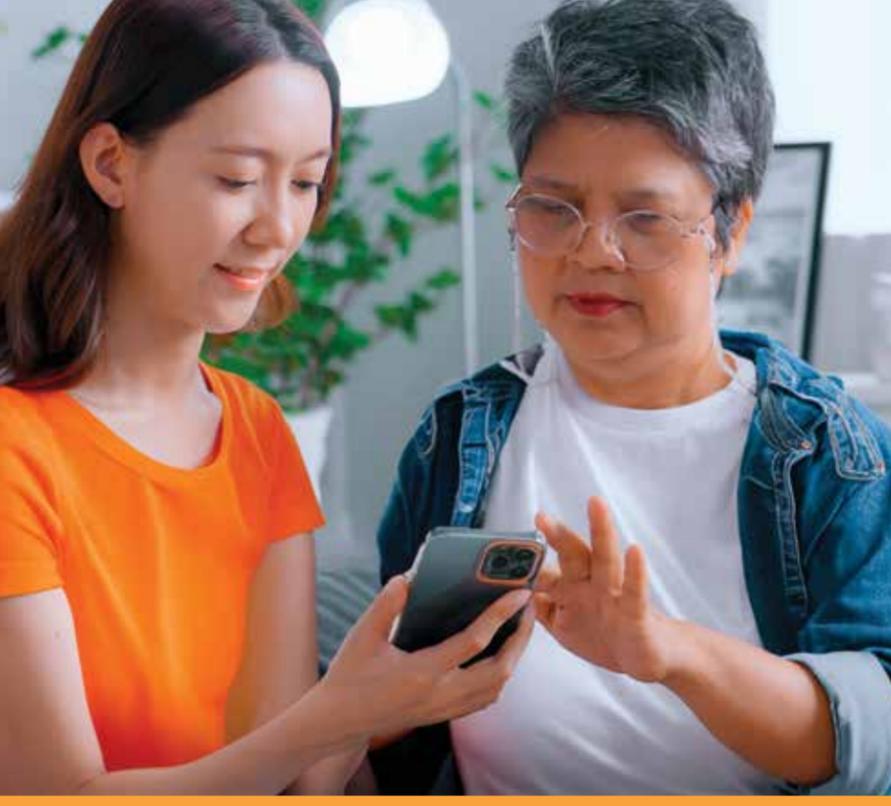
الهاتف	العنوان	الموقع
213.438.5570	90022 Los Angeles, CA	4801 Whittier Blvd. East L.A. 1
213.428.1495	91731 El Monte, CA	3570 Santa Anita Ave. El Monte 2
310.330.3130	90303 Inglewood, CA	2864 W. Imperial Hwy. Inglewood 3
562.256.9810	90805 Long Beach, CA	5599 Atlantic Ave. Long Beach 4
213.294.2840	90031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

* سيُفتح مركز Lincoln Heights في عام 2025.



لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة CommunityResourceCenterLA.org أو اتصل على الرقم 1.877.287.6290 (TTY 711)، من الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً إلى 5 مساءً. امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً للعثور على مركز بالقرب منك.

إن Blue Shield of California Promise Health Plan و Blue Cross of California كيانان مستقلان متعاقدان مع L.A. Care Health Plan لتقديم خدمات الرعاية المُدارة الخاصة ببرنامج Medi-Cal في مقاطعة لوس أنجلوس. تعد خطة Blue Shield of California Promise Health Plan جهة مرخص لها ومستقلة عن جمعية Blue Shield Association.



الأرقام المهمة والبقاء على تواصل



إليك بعض سُبل البقاء على
اتصال بـ L.A. Care

تفضل بزيارة موقعنا الإلكتروني
lacare.org

اتصل بخدمات الأعضاء

1.888.839.9909 (TTY 711)،

على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع،
بما في ذلك أيام العطلات

تفضل بتسجيل الدخول إلى L.A. Care Connect
members.lacare.org

تابعنا على وسائل التواصل الاجتماعي

فيسبوك

facebook.com/lacarehealth

انستغرام

instagram.com/lacarehealth

تويتر

twitter.com/lacarehealth

يوتيوب

youtube.com/user/lacarehealthplan

خدمات أعضاء خطة L.A. Care
1.888.839.9909 (TTY 711)

خط الاستشارات التمريضية
لدى L.A. Care على مدار 24 ساعة
1.800.249.3619 (TTY 711)

خط المساعدة الخاص
بالامتثال لـ L.A. Care
1.800.400.4889

مراكز الموارد المجتمعية التابعة
لـ L.A. Care/Blue Shield of California
1.877.287.6290

برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)
واضغط على 5 أو 711

إدارة الصحة العقلية في مقاطعة
لوس أنجلوس
1.800.854.7771

إدارة الضمان الاجتماعي، الدخل
الاجتماعي التكميلي (SSI)
1.800.772.1213



كيفية الوصول إلى

مواد أعضاء برنامج Medi-Cal
التابع لخطة L.A. Care Health Plan



تفضل بزيارة L.A. Care

في أثناء ساعات العمل العادية

تفضل بزيارة أحد مراكز الموارد المجتمعية التابعة لـ
L.A. Care/Blue Shield of California للحصول على
المساعدة في الحصول على مواد الأعضاء أو الوصول
إلى مزايك الجديدة من برنامج Medi-Cal أو للحصول
على إجابات عن أي أسئلة قد تكون لديك.



اتصل على الرقم

1.888.839.9909 (TTY 711)، على مدار 24 ساعة
يوميًا، و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات

يمكن أن يجيب أحد موظفي خدمات أعضاء L.A. Care
عن أسئلتك بخصوص كيفية الوصول إلى كتيب
الأعضاء ودليل موفري الرعاية وكتيب وصفات الأدوية
الصيدلانية (برنامج الوصفات الطبية من Medi-Cal).

للحصول على هذه المعلومات بلغة أخرى أو بتنسيق
بديل، مثل الطباعة بأحرف كبيرة أو تسجيل صوتي أو
بطريقة برايل للمكفوفين، يرجى الاتصال بخدمات أعضاء
L.A. Care على الرقم على 1.888.839.990 (TTY 711)
المتاح على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع، بما
في ذلك أيام العطلات.

توفر لك مواد الأعضاء الخاصة بخطة L.A. Care Health
Plan (L.A. Care) معلومات عن مزايك في برنامج Medi-Cal
والأدوية المشمولة بالتغطية والأطباء التابعين للشبكة.

من السهل الاطلاع على مواد الأعضاء المهمة أو طباعتها مثل
كتيب أعضاء برنامج Medi-Cal ودليل موفري الرعاية وكتيب
وصفات الأدوية الصيدلانية (برنامج الوصفات الطبية من
Medi-Cal) ومنشورات برنامج Medi-Cal للأطفال والمراهقين.



البحث

Lacare.org، على مدار 24 ساعة يوميًا، و7 أيام في الأسبوع

لمراجعة وطباعة مواد الأعضاء المهمة المتوفرة في شكل
إلكتروني، يرجى زيارة موقع L.A. Care الإلكتروني عبر
الروابط التالية:

كتيب أعضاء برنامج Medi-Cal:

lacare.org/members/documents/Medi-Cal

دليل موفري الرعاية:

lacare.org/members/documents/Medi-Cal

وصفات الأدوية الصيدلانية (من خلال برنامج الوصفات
الطبية من Medi-Cal):

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

منشورات/خطابات برنامج Medi-Cal للأطفال
والمراهقين:

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

إشعار عدم التمييز

التمييز مخالف للقانون

تلتزم L.A. Care Health Plan بقوانين الولاية والقوانين الفيدرالية للحقوق المدنية. لا تمارس L.A. Care Health Plan التمييز غير المشروع ولا تستبعد أشخاصًا أو تفرق بينهم في المعاملة على أساس الجنس أو العرق أو اللون أو الدين أو النسب أو الأصل القومي أو المجموعة العرقية أو السن أو الإعاقة العقلية أو الإعاقة الجسدية أو الحالة الطبية أو المعلومات الجينية أو الحالة الاجتماعية أو النوع أو الهوية الجنسية أو التوجه الجنسي. تقدم L.A. Care Health Plan ما يأتي:

المساعدات والخدمات المجانية للأشخاص ذوي الإعاقة لمساعدتهم في التواصل بشكل أفضل، مثل:

- مترجمو لغة إشارة مؤهلون
- معلومات مكتوبة بتنسيقات أخرى (الطباعة بأحرف كبيرة، وتسجيل صوتي، وتنسيقات إلكترونية يمكن الوصول إليها وتنسيقات أخرى)

خدمات لغوية مجانية للأشخاص الذين لا تكون الإنجليزية هي لغتهم الأساسية، مثل:

- مترجمون فوريون مؤهلون
 - معلومات مكتوبة بلغات أخرى
- إذا كنت تحتاج إلى هذه الخدمات، فتواصل مع L.A. Care Health Plan على مدار 24 ساعة يوميًا و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات، عن طريق الاتصال على الرقم **1.888.839.9909**.

إذا كنت تعاني من صعوبات في السمع أو التحدث، فيرجى الاتصال على **TTY 711**. عند الطلب، يمكن أن يتوفر هذا المستند من أجلك بطريقة برايل للمكفوفين أو الطباعة بأحرف كبيرة أو التسجيل الصوتي أو النموذج الإلكتروني.

للحصول على نسخة بأحد هذه التنسيقات البديلة، يرجى الاتصال أو الكتابة إلى:

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

كيفية تقديم تظلم بخصوص الحقوق المدنية

إذا كنت تعتقد أن L.A. Care Health Plan أخفقت في تقديم هذه الخدمات أو مارست التمييز غير المشروع بطريقة أخرى على أساس الجنس أو العرق أو اللون أو الدين أو النسب أو الأصل القومي أو تحديد المجموعة العرقية أو السن أو الإعاقة العقلية أو الإعاقة الجسدية أو الحالة الطبية أو المعلومات الجينية أو الحالة الاجتماعية أو النوع أو الهوية الجنسية أو التوجه الجنسي، فيمكنك تقديم تظلم إلى كبير مسؤولي الالتزام لدى L.A. Care Health Plan.

يمكنك تقديم تظلم بشأن الحقوق المدنية عبر الهاتف أو كتابيًا أو بصفة شخصية أو إلكترونيًا:

عبر الهاتف

تواصل مع كبير مسؤولي الالتزام لدى خطة L.A. Care Health Plan على مدار 24 ساعة يوميًا و7 أيام في الأسبوع، بما في ذلك أيام العطلات، من خلال الاتصال على الرقم **1.888.839.9909**. أو، إذا كنت تعاني من ضعف السمع أو عدم القدرة على النطق بشكل صحيح، فيرجى الاتصال على **TTY 711**.

كتابيًا

املأ نموذج الشكاوى أو اكتب خطابًا وأرسله إلى:

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

البريد الإلكتروني

civilrightscoordinator@lacare.org

شخصيًا

تفضل بزيارة عيادة طبيبك أو L.A. Care Health Plan وقل إنك تريد تقديم تظلم خاص بالحقوق المدنية.

إلكترونيًا

تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لـ L.A. Care Health Plan على:

lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form أو أرسل رسالة بريد إلكتروني إلى civilrightscoordinator@lacare.org.

مكتب الحقوق المدنية — إدارة خدمات الرعاية

الصحية بولاية كاليفورنيا

يمكنك أيضًا تقديم شكوى متعلقة بالحقوق المدنية لدى مكتب الحقوق المدنية في إدارة خدمات الرعاية الصحية بولاية كاليفورنيا عبر الهاتف أو كتابة أو إلكترونيًا:

عبر الهاتف

اتصل على الرقم **1.916.440.7370**. إذا كنت تعاني صعوبات في التحدث أو السمع، فيرجى الاتصال على الرقم **711** (خدمة ترحيل الاتصالات).

كتابيًا

يمكنك ملء نموذج الشكاوى أو إرسال خطاب إلى العنوان التالي:

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

تتوفر نماذج الشكاوى على الرابط التالي:
dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx

إلكترونيًا

أرسل رسالة بريد إلكتروني إلى:
civilrights@dhcs.ca.gov

مكتب الحقوق المدنية

— وزارة الصحة والخدمات البشرية الأمريكية

إذا كنت تعتقد أنك تعرضت للتمييز على أساس العرق أو اللون أو الأصل القومي أو السن أو الإعاقة أو الجنس، فيمكنك أيضًا التقدم بشكوى بشأن الحقوق المدنية إلى مكتب الحقوق المدنية التابع لوزارة الصحة والخدمات البشرية الأمريكية (U.S. Department of Health and Human Services) هاتفياً أو خطياً أو إلكترونيًا:

عبر الهاتف

اتصل على الرقم **1.800.368.1019**. إذا كنت تعاني صعوبات في التحدث أو السمع، فيرجى الاتصال على **TTY/TDD 1.800.537.7697**.

كتابيًا

يمكنك ملء نموذج الشكاوى أو إرسال خطاب إلى العنوان التالي:

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

نماذج الشكاوى متاحة على الموقع الإلكتروني:
hhs.gov/ocr/office/file/index.html

إلكترونيًا

تفضل بزيارة البوابة الإلكترونية للشكاوى التابعة لمكتب الحقوق المدنية على الرابط الإلكتروني:
ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf



المساعدة اللغوية

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.

ภาษาไทย (Thai)

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

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.

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: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

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 nzoh 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, ਦੀ 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.

فارسی زبان به مطلب (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت تماس بگیرید. **1.888.839.9909 (TTY 711)** کنید، با 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.

ह दिँ 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 फ़ॉन्ट 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 ntauv su thiab luam tawm ua tus ntauv 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。

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)

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، تتوفر أيضًا **1.888.839.9909 (TTY 711)** فاتصل بـ 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)

Ուշադրութեամբ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկադրաբար Ձեր լեզվով, գանգադարձք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ փոքր տպագրություններ և ծառայություններ հարկադրաբար և նեղոր անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրաստիպով և խոշորատառ տպագրված նյութեր: Ձանգադարձք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

បុលសម្ពតាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នកត្រូវការជំនួយជាភាសាខ្មែរ សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្មសម្រាប់ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ព ធំ ក៏អាចបានផងដែរ។ 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。

