



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



**Руководство для новых участников программы Medi-Cal, 2025 год**

# СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Сообщение от L.A. Care.....                             | 1  |
| Ваш план Medi-Cal.....                                  | 2  |
| Информация для новых участников плана.....              | 3  |
| Основные льготы.....                                    | 8  |
| Офтальмологическое обслуживание.....                    | 10 |
| Дополнительные способы получить медицинскую помощь..... | 11 |
| Доступные варианты помощи.....                          | 12 |
| Доступные вам ресурсы.....                              | 14 |
| Дополнительные ресурсы.....                             | 16 |
| Продление регистрации в программе Medi-Cal.....         | 18 |
| Помощь в продлении обслуживания CRC.....                | 19 |
| Как получить доступ к материалам для участников.....    | 20 |
| Важные номера телефонов и способы связи.....            | 21 |
| Уведомление о недопущении дискриминации.....            | 22 |
| Языковая поддержка.....                                 | 24 |



## Уважаемый участник!

Добро пожаловать в L.A. Care Health Plan (L.A. Care)! Ваше здоровье важно для нас, и наша цель — предоставить вам все необходимые медицинские услуги. Это вступительный пакет документов для нового участника, который включает в себя важную информацию о льготах страхового плана, материалы для участников и полезные ресурсы, такие как:

- руководство для новых участников программы;
- справочник участника Medi-Cal;
- языковая карта для получения услуг переводчика;
- магнит с важными телефонными номерами на случай, если вам понадобится помощь.

В L.A. Care мы стремимся заботиться о вашем здоровье не только во время болезни. Наша цель — помочь вам достичь наилучшего для вас состояния здоровья и поддерживать его.

Мы готовы вам помочь, когда это наиболее важно, и предлагаем поддержать вас в достижении ваших целей в отношении здоровья следующими способами:

- будем запрашивать у вас информацию о состоянии здоровья, чтобы помочь вам его сохранить;
- будем напоминать о необходимости записаться на первичный медицинский осмотр у вашего врача первичного обслуживания (PCP);
- предоставим вам медицинские рекомендации и поделимся информацией, которая поможет вам следить за состоянием здоровья;
- будем информировать вас об изменении ваших льгот.

Если у вас возникли какие-либо вопросы либо вы нуждаетесь в особом медицинском обслуживании и вам нужна помощь в организации такого обслуживания, мы готовы вам помочь. Позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (линия ТТУ 711)**, мы работаем круглосуточно, ежедневно, в том числе в праздничные дни. Все звонки бесплатные.

Звоните нам, если вам нужен данный пакет документов на другом языке или изданный в другом формате (крупным шрифтом или в виде аудиокниги). L.A. Care приветствует вас!

С уважением,

**L.A. Care Health Plan**

## Ваш ПЛАН MEDI-CAL



### Medi-Cal

- Medi-Cal — это калифорнийская версия программы медицинского обслуживания Medicaid.
- Medi-Cal предоставляет бесплатное или недорогое страховое покрытие медицинского обслуживания жителям Калифорнии с ограниченным доходом, независимо от их иммиграционного статуса, если они соответствуют требованиям для участия, включая правила по доходам.

### Программа управляемого медицинского обслуживания Medi-Cal и план L.A. Care Health Plan

- Управляемое обслуживание Medi-Cal — это организованная система, помогающая участникам получать высококачественную помощь и оставаться здоровыми.
- Планы управляемого медицинского

обслуживания Medi-Cal помогают участникам найти врачей, аптеки и программы медико-санитарного просвещения.

- Планы управляемого медицинского обслуживания Medi-Cal также предлагают координирование обслуживания, направления к специалистам, круглосуточные телефонные консультации медицинских сестер и помощь отдела поддержки участников, которая доступна круглосуточно и ежедневно (в том числе в праздничные дни).
- L.A. Care Health Plan — это крупнейшая программа Medi-Cal в Калифорнии, которая обеспечивает страховое покрытие медицинского обслуживания для получателей льгот Medi-Cal, проживающих в округе Лос-Анджелес.
- С планом L.A. Care Health Plan вы получаете помощь в поиске подходящего врача, аптеки и программ медико-санитарного просвещения, чтобы поддерживать общее состояние здоровья.

## Информация для новых



## УЧАСТНИКОВ ПЛАНА L.A. CARE

Вам как новому участнику мы предлагаем несколько полезных рекомендаций



### СОВЕТ 1. Прочтите справочник участника

Справочник участника представляет собой обзор правил и процедур плана L.A. Care и составлен на основании договора между L.A. Care и Департаментом здравоохранения штата Калифорния (California Department of Health Care Services, DHCS). В справочнике участника содержится важная информация о L.A. Care:

- ваши права и обязанности;
- важные номера телефонов;
- льготы и услуги, покрываемые планом;
- смена поставщика первичных медицинских услуг (PCP).

### Кроме того, вы узнаете, как получить доступ:

- к профилактической, неотложной и экстренной медицинской помощи;
- к специализированным услугам здравоохранения для регулярного и профилактического ухода;
- к языковой помощи и услугам переводчика;
- к фармацевтическим льготам и возможностям получить необходимый медикамент;
- к услугам немедицинской транспортировки или транспортировки по медицинским показаниям, не требующим экстренного вмешательства;
- к программам управления медицинским обслуживанием и контроля заболеваний;
- к круглосуточной справочной службе медсестер.

Справочник участника включен в этот пакет.

Вы также можете найти справочник участника на вашем языке по адресу [lacare.org/members/handbook](https://www.lacare.org/members/handbook) или запросить распечатанный экземпляр справочника участника на любом из доступных языков, позвонив в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (линия TTY 711)**.



### СОВЕТ 2. Изучите веб-страницу с материалами для участников

Ознакомьтесь с важными документами для участников по адресу [lacare.org/members/documents/Medi-Cal](https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal).

Здесь вы найдете важные сведения и ресурсы, которые помогут вам получить необходимую помощь:

- справочник участника Medi-Cal;
- приветственное руководство для новых участников программы;
- ежегодный справочник для участников;
- справочник поставщиков услуг;
- идентификационная карта Medi-Cal;
- программа Medi-Cal Rx;
- брошюры/буклеты Medi-Cal для детей и подростков.

Материалы для участников программы Medi-Cal ежегодно обновляются и размещаются на веб-сайте. Каждый год вы будете получать печатную копию ежегодного руководства по почте, но справочник участника будет доступен только в электронном виде в Интернете. Печатная копия справочника участника отправляется по почте только по запросу.

Вы также можете получить доступ к следующим материалам и ресурсам в электронном формате:

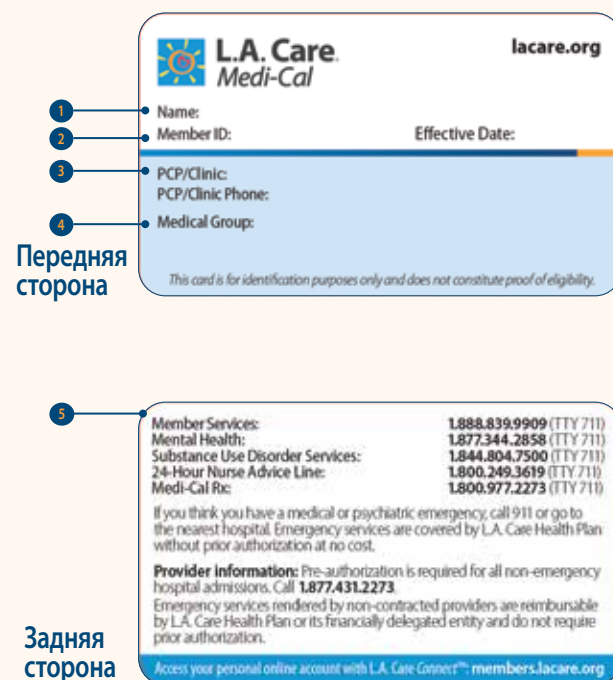
- Поддержка в сообществе: [lacare.org/members/community-supports](https://www.lacare.org/members/community-supports)
- Страница продления регистрации в программе Medi-Cal: [lacare.org/health-plans/Medi-Cal/renewals](https://www.lacare.org/health-plans/Medi-Cal/renewals)
- Справочник поставщиков услуг: <https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>
- Справочник аптечных препаратов (через Medi-Cal Rx): <https://www.lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services>
- Брошюры/буклеты Medi-Cal для детей и подростков: <https://www.lacare.org/members/getting-care/routine-exams>
- Поиск поставщика услуг по охране психического здоровья через Carelon Behavioral Health: [plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider](https://www.plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider)



### СОВЕТ 3. Проверьте идентификационную карточку участника

Идентификационная карточка участника отправляется вам по почте отдельно.

Ваша идентификационная карта включает в себя следующую информацию:



1. Название вашего плана медицинского страхования: **L.A. Care Health Plan.**
2. Ваш **идентификационный номер** участника.
3. Ваш **поставщик первичных медицинских услуг (PCP)** и его номер.
4. Ваша **медицинская группа** (при наличии таковой).
5. Номер телефона **отдела обслуживания участников L.A. Care** и другая важная информация и номера телефонов.

Просим вас всегда держать идентификационную карточку участника при себе. Не забывайте предъявлять идентификационную карточку участника при получении услуг здравоохранения.

Если у вас не оказалось с собой карточки или возникли вопросы, звоните в отдел обслуживания участников по телефону **1-888-839-9909 (линия ТТУ 711)** круглосуточно, ежедневно, в том числе в праздничные дни.

### СОВЕТ 4. Как можно скорее запишитесь на прием к своему поставщику первичных медицинских услуг (PCP)

Поставщик первичных медицинских услуг (PCP) — это ваш лечащий врач, первый человек, к которому вы обращаетесь, когда у вас появляется проблема со здоровьем. PCP обеспечит вам возможность получения необходимой помощи в нужном месте и в нужное время.

Регулярные визиты к PCP важны для поддержания здоровья. Даже если вы не больны, мы просим всех новых участников обратиться к своему PCP для первичной оценки состояния здоровья (ИНА) в течение первых 1–3 месяцев после того, как они станут участниками плана L.A. Care.

Оценка ИНА проводится для того, чтобы ваш PCP познакомился с вашим анамнезом и определил ваши медицинские потребности.

#### Во время проведения ИНА ваш PCP:

- познакомится с вами и обсудит состояние вашего здоровья;
- изучит вашу историю болезни;
- проведет медицинский осмотр;
- предоставит вам необходимую медицинскую информацию и услуги;
- поможет вам понять ваши медицинские потребности;
- научит вас, как улучшить или сохранить свое здоровье.

Вы получите письмо об ИНА по почте. Вы также получите по почте форму медицинской информации (HIF). Это опрос о состоянии здоровья, состоящий из десяти вопросов, который мы просим пройти всех новых участников.

Мы будем использовать эту информацию, чтобы помочь вам получить необходимое обслуживание.

Мы можем позвонить вам и напомнить о необходимости заполнить эту форму и запланировать ваш первый визит для первичной оценки состояния здоровья.



### СОВЕТ 5. Найдите поставщика услуг с помощью нашего онлайн-инструмента Find a Doctor or Hospital (Найти врача или больницу)

Пожалуйста, учтите, что у вас есть право заменить PCP в любое время. Вам нужно выбрать PCP, который входит в сеть поставщиков услуг L.A. Care и принимает новых пациентов.

Если вы выбираете нового PCP, внесенное изменение вступит в силу в первый день следующего месяца после замены.

Если вы хотите сменить PCP, позвоните по телефону **1-888-839-9909 (линия ТТУ 711)**, создайте учетную запись на портале L.A. Care Connect или воспользуйтесь нашим онлайн-инструментом Find a Doctor or Hospital (Найти врача или больницу) на сайте [lacare.org](http://lacare.org).



Справочник поставщиков услуг

При использовании онлайн-инструмента выполните следующие действия:

1. Выберите **Medi-Cal.**
2. Выберите следующее: **Location, Provider Detail and/or Coverage and Care Requirements** (Местоположение, сведения о поставщике и/или покрытия и требования к уходу).
3. **Поставщиков** можно искать с помощью нескольких фильтров, в том числе следующих:
  - **Местоположение.**
  - **Доступность объекта.**
  - **Сведения о поставщике** — пол.
  - **Имя поставщика.**
  - **Язык**, на котором говорит поставщик.
  - **Сеть.**
  - **Специализация.**
4. Выберите **Find a Provider (Найти поставщика).**



### СОВЕТ 6. Узнайте о доступных услугах охраны психического здоровья

Ваше психическое здоровье имеет значение. Знаете ли вы, что:

- ❖ **1 из 5 взрослых** испытывает симптомы тревожных расстройств в любой момент времени.
- ❖ **8,8 % взрослого населения США** живет с большим депрессивным расстройством.
- ❖ **60 % молодых людей** с большим депрессивным расстройством не получают необходимой помощи<sup>1</sup>.

Воспользуйтесь услугами охраны психического здоровья, которые являются частью ваших льгот. Они включают в себя лечение психических расстройств и расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ, и обеспечивают возможность получения поддержки, в которой вы нуждаетесь, в нужное время.

L.A. Care предоставляет эти услуги через первичных поставщиков медицинских услуг, специалистов по охране психического здоровья из Carelon Behavioral Health, департамента психического здоровья (DMH) в округе Лос-Анджелес, и департамента общественного здравоохранения (DPH) округа Лос-Анджелес.

Carelon Behavioral Health является поставщиком L.A. Care со своей сетью поставщиков, предлагающих неспециализированные услуги в области охраны психического здоровья (NSMHS) участникам программы Medi-Cal L.A. Care. Эти услуги предоставляются вам бесплатно.

Кроме того, перечисленные услуги не требуют предварительного разрешения, что делает доступ к медицинской помощи более удобным для вас.

#### Услуги NSMHS включают в себя:

- ❖ **оценку и терапию** в сфере психического здоровья, включая индивидуальную, групповую и семейную психотерапию;
- ❖ **психологическое** и нейропсихологическое тестирование при наличии клинических показаний для оценки состояния психического здоровья;
- ❖ **амбулаторные** услуги для контроля медикаментозного лечения;
- ❖ **психиатрическое** консультирование;
- ❖ **амбулаторная** лаборатория, препараты, материалы и добавки.

Чтобы найти поставщика услуг Carelon, позвоните по телефону **1-877-344-2858** (номер **TTY 1-800-735-2929**) или воспользуйтесь функцией поиска поставщика услуг в Интернете, перейдя на страницу [plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider](https://plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider).

Участники L.A. Care с серьезными нарушениями психического здоровья могут получить специальные услуги по охране психического здоровья (SMHS) через DMH.

SMHS могут включать, помимо прочего, индивидуальную и групповую терапию, медикаментозную поддержку, ведение пациентов, кризисное вмешательство, взаимную поддержку, госпитализацию и другие реабилитационные услуги.

Чтобы получить доступ к этим услугам, позвоните по телефону **1-800-854-7771**. Один телефонный звонок — и вам помогут.

<sup>1</sup> *Mental Health America. (2024). General Mental Health Data (Общие данные о психическом здоровье). [mhnational.org/mentalhealthfacts](https://mhnational.org/mentalhealthfacts). По состоянию на 9 октября 2024 г..*



### СОВЕТ 7. Порталы L.A. Care Connect и My Health in Motion™ (ваши онлайн-порталы сведений для участника и поддержания благополучия)

#### Портал L.A. Care Connect

Чтобы упростить доступ к информации и услугам, вы можете создать учетную запись участника на портале L.A. Care Connect. L.A. Care Connect — это интернет-портал для участников.

- ❖ Создайте учетную запись онлайн, посетив сайт [members.lacare.org](https://members.lacare.org) или нажав кнопку входа для участников в правом верхнем углу главной страницы [lacare.org](https://members.lacare.org).
- ❖ Для создания учетной записи вам понадобится ваш идентификационный номер участника и действующий адрес электронной почты (идентификационный номер участника указан на вашей идентификационной карточке участника).
- ❖ Чтобы получить доступ к пошаговой **инструкции по регистрации**, перейдите на сайт [members.lacare.org](https://members.lacare.org).

### С помощью учетной записи на портале L.A. Care Connect вы можете:

- ❖ **просмотреть** или **распечатать** вашу идентификационную карточку для использования в кабинете врача или в аптеке;
- ❖ **просмотреть** информацию о медицинском обслуживании, в том числе о наличии прав на участие в программе;
- ❖ **отправить запрос** о смене PCP;
- ❖ **пообщаться в чате** с медсестрой в удобное для вас время;
- ❖ **получить дополнительные круглосуточные услуги**: найти врача, выполнить поиск в справочнике поставщиков услуг или связаться с нами — и все это одним нажатием кнопки;
- ❖ **подключиться к portalу Health in Motion™**, чтобы получить программы, созданные в соответствии с вашими потребностями в медицинском обслуживании.

В 2025 году L.A. Care запускает улучшенный портал для участников, чтобы вам было еще удобнее управлять своим медицинским обслуживанием.

Следите за уведомлениями о новых функциях, разработанных для обеспечения быстрого и удобного доступа, например:

- ❖ **изменение** вашего врача первичного обслуживания, клиники или медицинской группы;
- ❖ **доступ к** льготам в соответствии с планом;
- ❖ **заполнение**, просмотр и обновление формы оценки риска для здоровья;
- ❖ **просмотр** статусов разрешений L.A. Care в режиме, близком к реальному времени;
- ❖ **просмотр и обновление** своих демографических данных.

#### Портал My Health In Motion™

Возьмите здоровье в свои руки и почувствуйте себя как можно лучше с помощью совершенно нового онлайн-портала о здоровье My Health In Motion™ (MyHIM).

#### Откройте для себя следующие функции на новом сайте MyHIM:

- ❖ **Свежесть и легкость**: примерьте новый внешний вид с забавными и простыми функциями.
- ❖ **Оценка состояния здоровья**: пройдите быструю проверку состояние здоровья и получите персональный отчет.

- ❖ **Интерактивные мастер-классы**: погрузитесь в увлекательные онлайн-семинары по здоровью.
- ❖ **Подключение устройства**: подключите трекеры здоровья, такие как Fitbit, и наслаждайтесь удобством взаимодействия.
- ❖ **Советы экспертов по здоровью**: получите информацию в нашей программе коучинга по здоровью.
- ❖ **Информация у вас под рукой**: воспользуйтесь обширной библиотекой медицинской информации.

Получите доступ к MyHIM в любое время и в любом месте — с компьютера, телефона, в общественных ресурсных центрах L.A. Care и даже в публичной библиотеке.

#### Чтобы начать работу с порталом, сделайте следующее.

1. Перейдите на веб-сайт [lacare.org](https://lacare.org) и нажмите **Member Sign In** (Вход для участников).
2. Нажмите вкладку **My Health In Motion™** и начните создавать свой профиль.

Если вам нужна помощь наших консультантов по здоровью, позвоните по телефону **1-55-56-943**.



### СОВЕТ 8. Звоните в справочную службу медсестер по вопросам, связанным со здоровьем

Вы можете позвонить в справочную службу медсестер для получения помощи по любому вопросу, связанному со здоровьем, чтобы вы могли позаботиться о себе или своей семье.

Медсестры говорят на вашем языке и готовы помочь вам круглосуточно и без выходных, бесплатно.

Вы можете связаться с медсестрой виртуально через чат, из своей учетной записи участника L.A. Care Connect или позвонив по телефону **1-800-249-3619** (TTY 711).

Чтобы узнать больше о справочной службе медсестер и дополнительных услугах, доступных в рамках этой программы, посетите сайт

[lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line](https://lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line).



## L.A. CARE MEDI-CAL Основные льготы

Более подробную информацию о льготах можно найти в справочнике участника Medi-Cal, доступном на сайте:

[lacare.org/members/documents/Medi-Cal](http://lacare.org/members/documents/Medi-Cal).

\* Это лишь краткий обзор.

План L.A. Care Health Plan предоставляет полный набор медицинских льгот.

**БОЛЬШЕ ЛЬГОТ БЕЗ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАТРАТ**



### Основные и связанные с амбулаторной помощью льготы и услуги

- Приемы у врача первичного обслуживания и специалистов.
- Амбулаторные хирургические операции.
- Неотложная медицинская помощь и клиники в местах розничной торговли.
- Лабораторные услуги и рентгеновские снимки.
- Прививки от гриппа и прочие рекомендуемые вакцины.
- Тестирование и вакцинация на COVID-19.
- Помощь для беременных, матерей и новорожденных.
- Роды и послеродовой уход.

- Услуги медсестер и акушерок.
- Услуги доулы.
- Педиатрические услуги (ранний и периодический скрининг, диагностика и лечение).
- Подиатрия.
- Мануальная терапия.
- Лечение заболеваний.
- Услуги диализа/гемодиализа.
- Справочная служба медсестер.
- Телемедицина.
- Семейная терапия.

### Льготы в сфере здорового образа жизни и профилактики болезней

- Программа Health in Motion™ («Здоровье в движении»).
- Программы управления заболеваниями.
- Помощь при отказе от курения.
- Услуги по планированию семьи.
- Услуги медицинских работников сообщества.

### Услуги охраны психического здоровья

- Амбулаторные услуги по охране и восстановлению психического здоровья.
- Амбулаторные и стационарные специализированные услуги по охране и восстановлению психического здоровья.
- Амбулаторная помощь при расстройстве, связанном с употреблением психоактивных веществ /Скрининг злоупотреблений алкоголем;
- Добровольная стационарная детоксикация.

### Стационарные услуги

- Лечение в стационаре.
- Хирургические услуги.
- Трансплантация жизненно важных органов и тканей.
- Услуги анестезиолога.

### Услуги экстренной медицинской помощи

- Услуги отделения неотложной помощи.
- Услуги бригады скорой помощи.

### Фармацевтические льготы

- Отпускаемые по рецепту лекарства (через Medi-Cal Rx: [Medi-Calrx.dhcs.ca.gov](http://Medi-Calrx.dhcs.ca.gov)).

### Услуги реабилитации и абилитации

- Физиотерапия.
- Трудовая терапия.
- Аудиология.
- Лечение дефектов речи.
- Проверка слуха.
- Медицинское оборудование длительного пользования.
- Иглоукальвание.
- Услуги ухода на дому.
- Ортезы/протезы.
- Материалы, оборудование и приборы медицинского назначения.
- Учреждение квалифицированного сестринского ухода (до 90 дней).
- Легочная реабилитация.

### Другие услуги

- Зрение/оптометрия.
- Стоматологическая помощь (через программу Medi-Cal Dental, ранее известную как Denti-Cal: [dhcs.ca.gov/services](http://dhcs.ca.gov/services)).
- Транспортировка.
  - Транспортировка по медицинским показаниям, не требующим экстренного вмешательства.
    - Машина для перевозки лежачих пациентов.
    - Машина для перевозки лиц в инвалидных креслах.
    - Машина скорой помощи.
  - Немедицинская транспортировка.
    - Частный или общественный транспорт для лиц, не имеющих других средств транспортировки на назначенный прием.
- Долгосрочное обслуживание и поддержка в рамках программы.
  - Учреждения квалифицированного сестринского ухода (более 91 дня).
  - Услуги на дому и по месту проживания.
- Поддержка сообщества.
- Расширенное управление обслуживанием.
- Уличная медицина.

\*Состав льгот может меняться. Для получения дополнительных сведений позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону 1-888-839-9909 (TTY 711), круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни, или перейдите на веб-сайт [lacare.org](http://lacare.org). Вашему поставщику медицинских услуг может потребоваться получить одобрение некоторых льгот и услуг.



## Сохраните здоровье глаз С ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИМ ОБСЛУЖИВАНИЕМ VSP VISION CARE



Мы сделали здоровье ваших глаз своим главным приоритетом. Как участник программы офтальмологического обслуживания Vision Care вы получите доступ к помощи отличных офтальмологов, качественные очки (включая рецептурные линзы и оправы) и доступные средства ухода за глазами, которые позволят вам сохранить ясность зрения и жить здоровой жизнью.

### РЕГУЛЯРНЫЕ ПРОВЕРКИ ЗРЕНИЯ ОЧЕНЬ ВАЖНЫ

С VSP® вы получите превосходную помощь от врачей сети VSP, включая WellVision Exam® — обследование, направленное на выявление признаков нарушения зрения и влияющих на него состояний здоровья, таких как диабет и высокое артериальное давление.



ОСТАЛИСЬ ВОПРОСЫ?

### Воспользоваться льготой VSP очень просто



#### Ознакомьтесь с условиями покрытия

Ознакомьтесь с персонализированной информацией о покрытии и найдите врача в пределах сети, создав учетную запись на веб-сайте [vsp.com](http://vsp.com), используя свой идентификационный номер в плане L.A. Care Health Plan (он указан на вашей карте).



#### Обратитесь к врачу в пределах сети

Войдите в свою учетную запись на веб-сайте [vsp.com](http://vsp.com) и найдите участвующего в плане поставщика услуг VSP для Medi-Cal рядом с вами или позвоните в Отдел обслуживания участников VSP по телефону **1-800-877-7195 (TTY 711)**, который доступен с понедельника по субботу с 6:00 до 17:00 PST (выходной день — воскресенье).



**Во время приема** скажите поставщику, что у вас есть VSP через план L.A. Care Health Plan. Покажите свою карту плана L.A. Care Health Plan на приеме.

**Вот и все! Остальное мы сделаем сами. При обращении к участвующему в плане поставщику услуг VSP заполнять формы страховых требований вам не понадобится.**

Посетите веб-сайт [vsp.com](http://vsp.com) или позвоните в VSP по телефону **1-800-877-7195 (TTY 711)** с понедельника по субботу с 6:00 до 17:00 PST (выходной день — воскресенье).

## Дополнительные способы



## ПОЛУЧИТЬ МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ

Если вы не можете связаться со своим РСР, получите доступ к медицинской помощи благодаря нашим партнерам в Teladoc и Minute Clinic.

### КАК ПОЛУЧИТЬ ДОСТУП:



1

**Создайте** учетную запись на веб-сайте [Teladoc.com](http://Teladoc.com). Вам понадобится идентификационный номер участника.

2

**Запрашивайте виртуальный прием** через колл-центр Teladoc, веб-сайт для участников или мобильное приложение в любое время.

3

Незамедлительный круглосуточный **доступ к медицинской помощи** по телефонной или видеосвязи.



Для получения более подробной информации: [lacare.org/teladoc](http://lacare.org/teladoc)

### КАК ПОЛУЧИТЬ ДОСТУП:



1

**Воспользуйтесь** виртуальным справочником поставщиков услуг плана L.A. Care, чтобы найти Minute Clinic в вашем районе.

2

**Проверьте** время ожидания и запланируйте посещение на веб-сайте Minute Clinic.

3

**Получите** помощь в Minute Clinic в вашем районе. Вам понадобится идентификационная карточка участника и документ, удостоверяющий личность.



Для получения более подробной информации:

[lacare.org/minuteclinic](http://lacare.org/minuteclinic)

**Остались вопросы?** Звоните в L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (TTY 711)**





## Узнайте о доступных вам вариантах помощи

| Типы медицинских услуг   | Примеры симптомов и обслуживания  | Как получить доступ  | Расчетное время ожидания  |
|--|---|--|---|
| <b>Справочная служба медсестер</b><br>Поговорите с дипломированной медсестрой, эта возможность доступна круглосуточно.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Полезные советы по самостоятельному уходу за собой.</li> <li>Ответы на вопросы о здоровье.</li> <li>Выбор места получения медицинской помощи.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>1-800-249-3619 (TTY 711).</b></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Без времени ожидания.</li> </ul>   |
| <b>Первичное обслуживание</b><br>Если вы нуждаетесь в помощи, сначала позвоните своему поставщику первичных медицинских услуг.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Профилактика.</li> <li>Внезапные или краткосрочные проблемы со здоровьем.</li> <li>Долгосрочные состояния или такие заболевания, как диабет.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Позвоните своему PCP по номеру телефона, указанному на вашей идентификационной карте участника.</li> <li>Просмотрите онлайн-справочник поставщиков услуг L.A. Care по адресу <a href="http://lacare.org">lacare.org</a>.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>10 рабочих дней или менее.</li> <li>Некоторые назначения — в тот же день.</li> </ul>   |
| <b>Виртуальное медицинское обслуживание</b><br>Получите доступ к услугам телемедицины и разговаривайте с врачом по телефону или через Интернет.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Простуда/грипп/жар.</li> <li>Сыпь.</li> <li>Инфекции (кожные/глазные/ушные/ИМГ).</li> <li>Заболевания органов дыхания (хрипы/кашель).</li> <li>Заболевания желудочно-кишечного тракта (боль/рвота/диарея).</li> <li>Нетяжелые травмы.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Перейдите в Teladoc™ (требуется вход/регистрация) по адресу <a href="http://member.teladoc.com/lacare">member.teladoc.com/lacare</a>.</li> <li>Teladoc™: <b>1-469-643-2161</b>.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>От нескольких минут до нескольких часов.</li> </ul>  |
| <b>Экстренная медицинская помощь</b><br>Отделение неотложной помощи при угрожающих жизни состояниях. Не обращайтесь в отделение неотложной помощи (ER) для планового медицинского обслуживания или при болезнях невысокой степени тяжести. | <ul style="list-style-type: none"> <li>Боль в груди.</li> <li>Внезапное изменение зрения.</li> <li>Слабость / проблемы с речью.</li> <li>Мысли о причинении себе вреда или любые другие экстренные ситуации в сфере психического здоровья.</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Позвоните в службу 911</b> или доберитесь до ближайшего отделения неотложной помощи.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Время ожидания может варьироваться в зависимости от тяжести вашего состояния, количества пациентов и доступных процедурных кабинетов.</li> </ul> |



Для получения более подробной информации о стоимости услуг и доступе к ним перейдите на веб-страницу [lacare.org/members/getting-care](http://lacare.org/members/getting-care) или позвоните по номеру, указанному на обратной стороне идентификационной карточки участника. Если вам нужна дополнительная помощь, звоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (линия TTY 711)** круглосуточно и ежедневно, в том числе в праздничные дни.

| Типы медицинских услуг  | Примеры симптомов и обслуживания   | Как получить доступ  | Расчетное время ожидания   |
|---|--|--|--|
| <b>Неотложная медицинская помощь</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li><b>Розничная клиника</b><br/>Расположена в розничной аптеке, среди сотрудников — практикующая медсестра.</li> <li><b>Отделение неотложной помощи</b><br/>Получайте медицинскую помощь от врачей в день обращения, даже в нерабочее время и по выходным.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Простуда/грипп/жар.</li> <li>Сыпь.</li> <li>Инфекции (кожные/глазные/ушные/ИМГ).</li> <li>Заболевания органов дыхания (хрипы/кашель).</li> <li>Заболевания желудочно-кишечного тракта (боль/рвота/диарея).</li> <li>Нетяжелые травмы.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Посетите отделение CVS MinuteClinic.</li> <li>Просмотрите список розничных клиник в онлайн-справочнике поставщиков услуг L.A. Care.</li> <li>Просмотрите онлайн-справочник поставщиков услуг L.A. Care по адресу <a href="http://lacare.org">lacare.org</a>.</li> <li>Позвоните в отдел обслуживания участников по телефону <b>1-888-839-9909 (TTY 711)</b>.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>От нескольких минут до нескольких часов.</li> <li>Запишитесь на прием и проверьте онлайн приблизительное время ожидания живой очереди.</li> <li>От нескольких минут до нескольких часов.</li> </ul> |
| <b>Услуги охраны психического здоровья</b><br>Доступ к поставщикам услуг охраны психического здоровья через:  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Чувство безнадежности или неспособность справиться с эмоциями.</li> <li>Нехарактерная злость, тревога, раздражительность и другие изменения настроения.</li> <li>Изменения сна, аппетита или уровня энергии.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Carelon Behavioral Health: <b>1-877-344-2858 TTY/TTD 1-800-735-2929</b>.</li> </ul>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Департамент охраны психического здоровья округа Лос-Анджелес (DMH).</b></li> <li><b>Департамент здравоохранения округа Лос-Анджелес (DPH) отдел профилактики и лечения злоупотребления психоактивными веществами (SAPC).</b></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Первичная оценка психического здоровья (предварительное разрешение не требуется).</li> <li>Индивидуальная, групповая или семейная терапия.</li> <li>Психологическое и нейропсихологическое тестирование.</li> <li>Скрининги и краткие вмешательства.</li> <li>Амбулаторное наблюдение за медикаментозной терапией.</li> <li>Индивидуальная психотерапия.</li> <li>Обеспечение препаратами.</li> <li>Кризисное вмешательство и стабилизация состояния.</li> <li>Целевое ведение пациента.</li> <li>Дневное лечение и дневная реабилитация.</li> <li>Лечение с проживанием.</li> <li>Стационарные услуги по охране и восстановлению психического здоровья в острых состояниях.</li> <li>Лечение злоупотребления психоактивными веществами, в том числе амбулаторное обслуживание и услуги на дому.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Горячая линия департамента DMH по вопросам психического здоровья и злоупотребления психоактивными веществами: <b>1-800-854-7771</b>.</li> <li>Горячая линия службы по борьбе со злоупотреблением психоактивными веществами: <b>1-844-804-7500</b>.</li> </ul>   | Несрочная медицинская помощь: <ul style="list-style-type: none"> <li>Прием специалиста по психическому здоровью — 10 рабочих дней.</li> <li>Прием врача-специалиста — 15 рабочих дней.</li> </ul>  |





## Доступные вам РЕСУРСЫ



### Общественные ресурсные центры

Общественные ресурсные центры (CRC) L.A. Care используются совместно с планом Blue Shield of California Promise Health Plan и предлагают множество бесплатных услуг и ресурсов, связанных со здоровьем и благополучием и подобранных с учетом потребностей участников и местного сообщества.

#### Предлагаемые услуги включают:

- бесплатные занятия по здоровому образу жизни для взрослых и детей, а также занятия по лечению хронических заболеваний;
- бесплатное подключение WiFi для телемедицинских услуг;
- помощь при регистрации в программе CalFresh;
- поддержку при регистрации в программе Medi-Cal и ее продлении;
- социальную помощь;
- связь с местными общественными ресурсами и рекомендации по их посещению;
- медицинские осмотры, продовольственную помощь и общественные мероприятия в течение всего года.

Вы можете узнать о льготах по программе Medi-Cal, записавшись на вводный ознакомительный курс для новых участников в местном CRC.



Приходите на вводно-ознакомительный курс для новых участников в CRC и получите

**ПОДАРОЧНУЮ КАРТУ НА 10 ДОЛЛАРОВ США**

### После вводного курса вы сможете:

- разобраться в своих льготах;
- запросить идентификационную карту;
- выбрать или заменить врача;
- разобраться, как получить рецептурные препараты;
- изучить принципы неотложной медицинской помощи;
- осознать свои права и обязанности.

Перейдите на сайт [www.communityresourcecenterla.org](http://www.communityresourcecenterla.org), чтобы получить информацию о местоположении/адресах, номерах телефонов, часах работы и календарях мероприятий CRC.

Записаться на прием можно на сайте [www.communityresourcecenterla.org](http://www.communityresourcecenterla.org), с помощью инструмента онлайн-записи или позвонив по телефону **1-877-287-6290 (TTY 711)**.

**ВСЕ УСЛУГИ CRC БЕСПЛАТНЫ И ДОСТУПНЫ ДЛЯ ВАС И ЛЮБОГО УЧАСТНИКА СООБЩЕСТВА**



### Услуги по медико-санитарному просвещению

L.A. Care предлагает бесплатные услуги, программы и ресурсы по оздоровлению и профилактике заболеваний, такие как:

- индивидуальные консультации по телефону с дипломированными диетологами или инструкторами по здоровому образу жизни;
- групповые оздоровительные процедуры в сообществе;
- онлайн-семинары, чаты и видео на нашем портале здоровья и санитарного просвещения My Health in Motion™;
- услуги обучения самостоятельному контролю диабета (DSME);
- программа «Еда как лекарство» (Meals As Medicine, MAM);
- медицинская диетическая терапия (Medical Nutrition Therapy, MNT);
- программы здоровой беременности, здоровья матери и услуг доулы;
- программа отказа от табака без табачного дыма;
- профилактика и лечение гриппа и COVID;
- программы поддержки состояния здоровья при астме, ХОБЛ, диабете и заболеваниях почек, беременности с высоким риском;
- понятные материалы на различные темы и на различных языках;
- библиотека аудиокниг для медико-санитарного просвещения (HEAR);
- справочная служба медсестер **1-800-249-3619 (TTY 711)**.

Чтобы получить более подробную информацию о материалах по медико-санитарному просвещению для участников плана, звоните по телефону **1-855-856-6943 (TTY 711)** с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00 или посетите веб-сайт [lacare.org/healthy-living](http://lacare.org/healthy-living).



### Бесплатные услуги устного перевода

- Вы имеете право на услуги устного переводчика при разговоре с врачом.
- L.A. Care предлагает бесплатные услуги устного перевода, в том числе с американского языка жестов.
- Если вам требуются услуги устного перевода, не стоит обращаться к родственникам или знакомым (кроме экстренных случаев).
- Чтобы запросить услугу устного перевода, звоните в отдел обслуживания участников L.A. Care круглосуточно и ежедневно, в том числе в праздничные дни, по телефону **1-888-839-9909 (TTY 711)** не менее чем за 10–15 дней до намеченного визита.

#### Во время звонка будьте готовы сообщить следующую информацию:

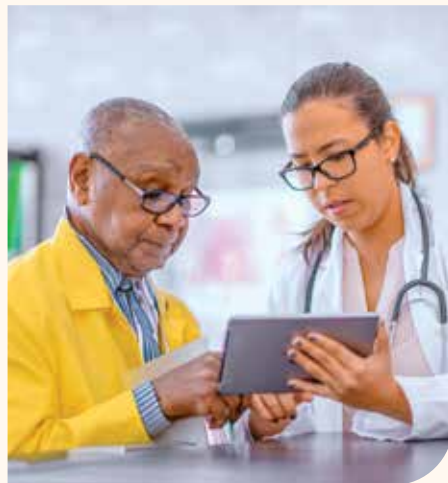
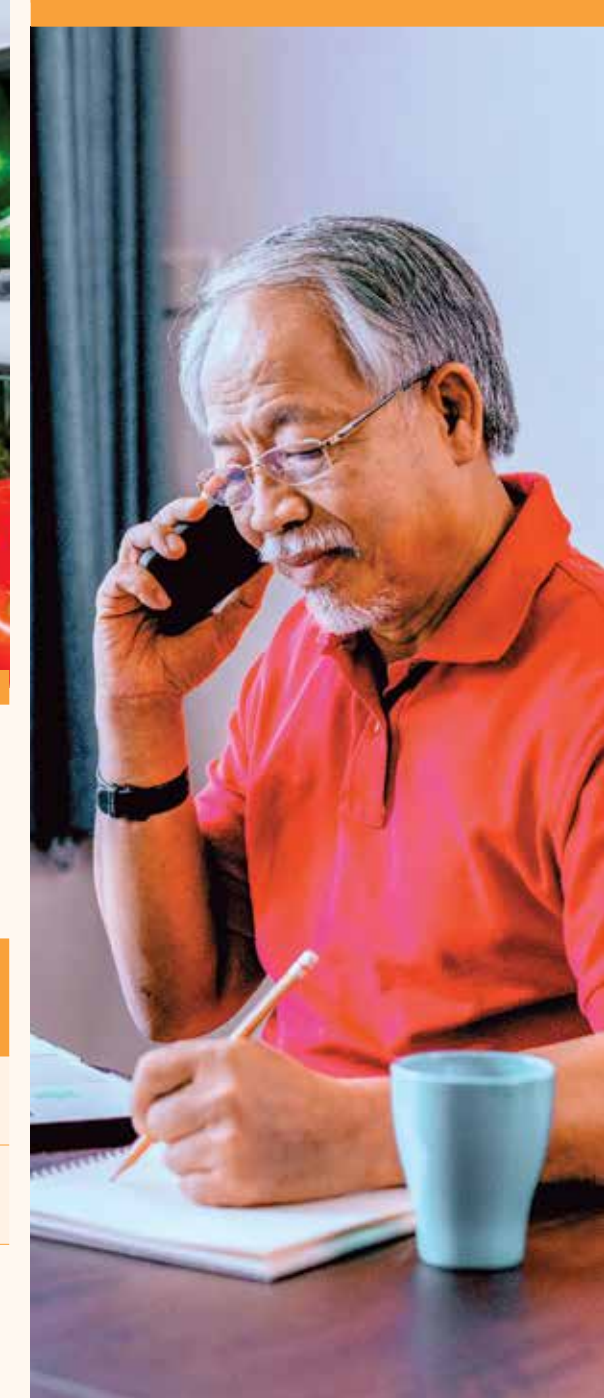
- ваши имя и фамилию;
- номер идентификационной карточки участника плана L.A. Care;
- дату и время приема у врача;
- имя и фамилию врача;
- адрес и номер телефона врача.

В случае переноса или отмены вашего приема просим сообщить об этом в отдел обслуживания участников плана L.A. Care в кратчайший срок.



Чтобы просмотреть видеоролики о языковой поддержке и узнать больше о бесплатных услугах языковой поддержки, посетите веб-сайт [lacare.org/members/interpretation-translation](http://lacare.org/members/interpretation-translation).

# Дополнительные РЕСУРСЫ



## **Транспортировка**

Ваши преимущества включают в себя немедицинскую транспортировку (NMT) и транспортировку по медицинским показаниям, не требующим экстренного вмешательства (NEMT) на прием к врачу или при получении рецептов и медикаментов.

Чтобы зарезервировать услуги NMT или NEMT, позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (TTY 711)** круглосуточно, ежедневно, в том числе в праздничные дни, и выберите вариант «транспортировка».

## **Узнайте больше о CalFresh**

CalFresh — это калифорнийская программа дополнительной продовольственной помощи, которая предоставляет ежемесячные продовольственные льготы, чтобы помочь людям и семьям с низким доходом получить доступ к здоровой пище.

Если вы имеете право на участие в программе CalFresh, вы можете получать ежемесячные пособия на электронную карту перевода пособий (EBT), которую можно использовать для покупки еды в продуктовых магазинах и на большинстве фермерских рынков.

Наличие права на участие в программе CalFresh зависит от нескольких факторов, таких как: ваш доход, размер домохозяйства, требования к работе и иммиграционный статус. Эти факторы также определяют сумму денег, которую вы получаете каждый месяц.

### **Как правило, чтобы иметь право на участие для CalFresh, вы должны быть:**

- жителем Калифорнии; **и**
- гражданином США или отвечающим требованиям иммигрантом; **и**
- иметь годовой доход домохозяйства ниже предельного уровня, указанного в таблице.

Обратите внимание, что фактические суммы пособий зависят от конкретных обстоятельств каждой семьи.

Приведенная ниже таблица дает только общие рекомендации и информацию.


*\* Отображаемые суммы действительны для периода [01.10.2024 – 30.09.2025]*

| Размер домохозяйства             | Размер семьи: 1 человек | Размер семьи: 2 человека | Размер семьи: 3 человека | Размер семьи: 4 человека | Размер семьи: 5 человек | Размер семьи: 6 человек | Размер семьи: 7 человек |
|----------------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Лимит валового месячного дохода  | \$2,510                 | \$3,408                  | \$4,304                  | \$5,200                  | \$6,098                 | \$6,994                 | \$7,890                 |
| Максимальная ежемесячная выплата | \$292                   | \$536                    | \$768                    | \$975                    | \$1,158                 | \$1,390                 | \$1,536                 |


## **Вы можете подать заявку на CalFresh**

Онлайн на сайтах:

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

 **По телефону** — позвоните на информационную линию CalFresh по телефону **1-877-847-3663**.

 **Лично** в местном офисе DPSS.

 **Лично** в местном CRC.

- Помощь в регистрации в CalFresh предлагается в наших CRC и предоставляется Национальным фондом здравоохранения (NHF).
- Позвоните в местный CRC, чтобы записаться на встречу со специалистом по укреплению здоровья NHF.

### **Начните свой путь к здоровому питанию уже сегодня!**

Чтобы узнать больше о CalFresh, посетите сайт [dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html](https://dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html)

## **Medi-Cal Rx**

Фармацевтические льготы Medi-Cal вводятся через систему Medi-Cal Rx с оплатой услуг по факту.

Посетите веб-сайт Medi-Cal Rx по адресу [Medi-Calrx.dhcs.ca.gov/home](https://www.Medi-Calrx.dhcs.ca.gov/home) или позвоните по телефону **1-800-977-2273 (TTY 800-977-2273)** и нажмите **7** или **711**), чтобы:

- получить копию списка договорных препаратов;
- получить список аптек, входящих в сеть программы Medi-Cal Rx, в справочнике аптек Medi-Cal Rx, таких как CVS, Walgreens и Rite Aid.

## **Портал социальных услуг**

• Портал социальных услуг L.A. Care помогает участникам связаться с общественными учреждениями для получения помощи в жилищных вопросах, вопросах питания, оплаты счетов и многих других вопросах.

• Посетите страницу [communitylink.lacare.org](https://communitylink.lacare.org), чтобы найти бесплатные услуги или услуги по сниженной стоимости и пройти опрос для оценки социальных факторов здоровья.

## **Сообщение о проблемах и решение проблем**

У вас есть право подать жалобу (претензию) в случае возникновения проблемы или недовольства обслуживанием, получаемым в плане L.A. Care или предоставляемым поставщиком услуг.

**Чтобы узнать больше** об этом процессе, см. главу 6 вашего справочника участника.



## ПРОДЛЕНИЕ РЕГИСТРАЦИИ В ПРОГРАММЕ MEDI-CAL

Каждые 12 месяцев Департамент общественного и социального обеспечения (Department of Managed Health Care, DPSS) округа Лос-Анджелес проводит проверку ваших данных, чтобы определить, сохраняете ли вы право на получение льгот Medi-Cal, и продлить вашу регистрацию в программе Medi-Cal на следующий год.

Хотя регистрация части участников может продлеваться автоматически, некоторые получатели льгот Medi-Cal должны подтверждать свое право на участие в программе Medi-Cal ежегодно и своевременно, путем подачи в DPSS запрошенных сведений, чтобы сохранить свое страховое покрытие медицинского обслуживания.

Чтобы больше узнать о ежегодном процессе продления регистрации в программе Medi-Cal, посетите веб-сайт [www.lacare.org/Medi-Cal-renewals](http://www.lacare.org/Medi-Cal-renewals) для доступа к полезной информации и ресурсам.

Ниже представлена важная контактная информация DPSS.

Веб-сайт **BenefitsCal:**  
[benefitscal.com](http://benefitscal.com)

**BenefitsCal** — это веб-сайт для жителей округа Лос-Анджелес, через который они могут подавать заявки и просматривать свои льготы по программам CalWORKs, CalFresh, General Relief и Medi-Cal.

Если у вас возникли вопросы или вам нужна помощь с доступом к вашему покрытию Medi-Cal, обращайтесь в DPSS по телефону **1-866-613-3777 (TTY) 1-800-660-4026**, через веб-сайт [benefitscal.com](http://benefitscal.com) или [KeepMediCalCoverage.org](http://KeepMediCalCoverage.org) для получения дополнительной информации.

Номера телефонов центра обслуживания клиентов (CSC) DPSS:

**Бесплатный номер** **866-613-3777**

**Местные номера**  
**626-569-1399**  
**310-258-7400**  
**818-701-8200**

CSC работает:  
**с понедельника по пятницу с 7:30 до 18:30**  
Праздничные дни являются нерабочими

Получите помощь в заполнении

## ЗАЯВЛЕНИЯ НА РЕГИСТРАЦИЮ ИЛИ ПРОДЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ MEDI-CAL

Все ресурсные центры сообщества (Community Resource Centers, CRC), перечисленные ниже, предлагают помощь в регистрации и продлении программы Medi-Cal. Если вам нужна помощь в заполнении заявления на участие в программе Medi-Cal или пакета документов для продления, позвоните по телефону **1-877-287-6290 (TTY 711)**, чтобы записаться на прием к лицензированному специалисту по подаче заявления. Ресурсные центры сообщества L.A. Care открыты для участников и широкой общественности.

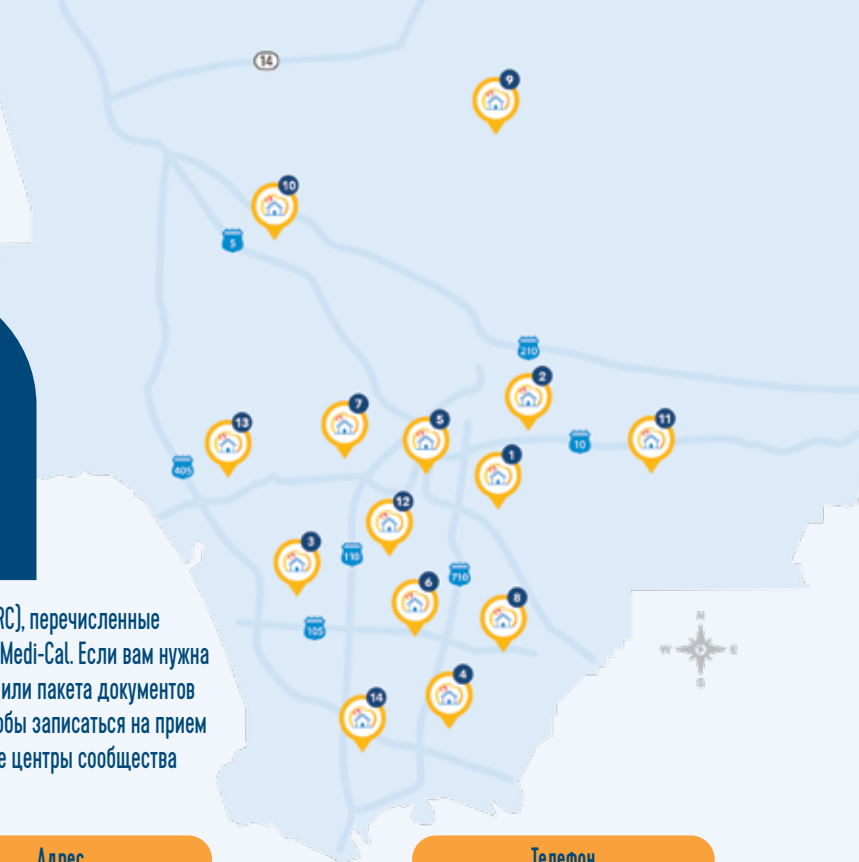
| Местоположение     | Адрес                   |                   |       | Телефон      |
|--------------------|-------------------------|-------------------|-------|--------------|
| 1 East L.A.        | 4801 Whittier Blvd.     | Los Angeles, CA   | 90022 | 213-438-5570 |
| 2 El Monte         | 3570 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 |

\* Центр Lincoln Heights откроется в 2025 году.

План медицинского страхования Blue Shield of California Promise и Blue Cross of California заключили договор с планом L.A. Care Health Plan на предоставление услуг управляемого обслуживания по программе Medi-Cal в округе Лос-Анджелес. План Blue Shield of California Promise Health Plan является независимым лицензиатом Blue Shield Association.

Для получения дополнительной информации посетите страницу [CommunityResourceCenterLA.org](http://CommunityResourceCenterLA.org) или позвоните по телефону **1-877-287-6290 (TTY 711)**, который доступен с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 часов.

Отсканируйте QR-код, чтобы найти ближайший к вам центр.



## КАК ПОЛУЧИТЬ ДОСТУП



Материалы для участников плана L.A. Care Health Plan Medi-Cal



Материалы для участника плана **L.A. Care Health Plan** (L.A. Care) предоставляют вам информацию о льготах по программе Medi-Cal, а также о покрываемых препаратах и врачах в пределах сети.

Вы можете просмотреть или распечатать важные материалы для участников, например справочник участника программы Medi-Cal, справочник поставщиков услуг, справочник препаратов и аптек (Medi-Cal Rx) и брошюры Medi-Cal для детей и подростков.

### ПОСЕТИТЕ САЙТ



[lacare.org](https://www.lacare.org), работает круглосуточно и без выходных  
Чтобы просмотреть и распечатать важные материалы для участников, которые доступны в электронном формате, посетите веб-сайт L.A. Care по следующим ссылкам:

- Справочник участника Medi-Cal: [lacare.org/members/documents/Medi-Cal](https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal)
- Справочник поставщиков услуг: [lacare.org/members/documents/Medi-Cal](https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal)
- Справочник аптечных препаратов (через Medi-Cal Rx): [lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services](https://www.lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services)
- Брошюры/буклеты Medi-Cal для детей и подростков: [lacare.org/members/getting-care/routine-exams](https://www.lacare.org/members/getting-care/routine-exams)

### ПОСЕТИТЕ L.A. CARE



#### В обычное рабочее время

Посетите один из общественных ресурсных центров L.A. Care/Blue Shield of California, чтобы получить помощь и печатные материалы участника, доступ к новым льготам по программе Medi-Cal или ответы на вопросы.

### ПОЗВОНТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ



**1-888-839-9909 (TTY: 711) круглосуточно, без выходных, включая праздничные дни**

Персонал отдела обслуживания участников L.A. Care может ответить на любые вопросы о том, как найти справочник участника, справочник поставщиков услуг и справочник препаратов аптеки (Medi-Cal Rx).

Чтобы получить эту информацию на другом языке или в альтернативном формате, например напечатанную крупным шрифтом или шрифтом Брайля, или в форме аудиозаписи, позвоните в отдел обслуживания участников L.A. Care по телефону **1-888-839-9909 (TTY 711)**, который работает круглосуточно и ежедневно, включая праздничные дни.

## ВАЖНЫЕ НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ И СПОСОБЫ СВЯЗИ



- Отдел обслуживания участников L.A. Care  
**1-888-839-9909 (линия TTY: 711)**
- Круглосуточный номер справочной службы медсестер L.A. Care  
**1-800-249-3619 (TTY 711)**
- Телефонная служба помощи L.A. Care по вопросам нормативно-правового соответствия  
**1-800-400-4889**
- Общественные ресурсные центры L.A. Care/Blue Shield of California  
**1-877-287-6290**
- Medi-Cal Rx  
**1-800-977-2273 (TTY 1-800-977-2273)**  
и нажмите **5** или **711**
- Департамент охраны психического здоровья округа Лос-Анджелес  
**1-800-854-7771**
- Программа дополнительного социального дохода Управления социального страхования (SSI)  
**1-800-772-1213**



Вот несколько способов оставаться на связи с L.A. Care:



- Посетите наш веб-сайт [lacare.org](https://www.lacare.org)
- Позвоните в отдел обслуживания участников **1-888-839-9909 (TTY: 711)** круглосуточно, без выходных, включая праздничные дни
- Войдите в систему L.A. Care Connect [members.lacare.org](https://www.members.lacare.org)
- Следите за нами в социальных сетях
  - Facebook [facebook.com/lacarehealth](https://www.facebook.com/lacarehealth)
  - Instagram [instagram.com/lacarehealth](https://www.instagram.com/lacarehealth)
  - Twitter [twitter.com/lacarehealth](https://www.twitter.com/lacarehealth)
  - YouTube [youtube.com/user/lacarehealthplan](https://www.youtube.com/user/lacarehealthplan)

## Уведомление о недопущении дискриминации



### Дискриминация запрещена законом

План L.A. Care Health Plan соблюдает федеральное законодательство и законодательство штата о гражданских правах. План L.A. Care Health Plan не допускает противозаконной дискриминации, не отказывает в предоставлении услуг и не относится к людям предвзято на основании их пола, расы, цвета кожи, вероисповедания, происхождения, национальной или этнической принадлежности, возраста, психической либо физической инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендерной принадлежности, возраста, психической либо физической инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендерной принадлежности, гендерной идентичности или сексуальной ориентации. План L.A. Care Health Plan предоставляет:

### Бесплатную помощь и услуги людям с инвалидностью для обеспечения эффективного общения с другими лицами:

- услуги квалифицированных сурдопереводчиков;
- письменную информацию в других форматах (крупным шрифтом, в аудиоформате, доступных электронных форматах и других форматах).

### Бесплатные языковые услуги людям, для которых английский не является родным языком, например:

- услуги квалифицированных устных переводчиков;
- информация в письменном виде на других языках.

Если вам необходимо воспользоваться такими услугами, звоните в план L.A. Care Health Plan по телефону **1-888-839-9909**. Звонки принимаются круглосуточно, ежедневно, включая праздничные дни.

Если у Вас имеются нарушения слуха или речи, звоните на линию **TTY 711**. По запросу этот документ может быть предоставлен вам напечатанным шрифтом Брайля, крупным шрифтом, на аудиокассете или в электронной форме.

Чтобы получить копию в одном из этих альтернативных форматов, позвоните по указанному номеру или напишите по адресу:

**L.A. Care Health Plan  
Member Services Department  
1200 West 7th St., Los Angeles, CA 90017  
1-888-839-9909 TTY: 711**

### Как подать претензию о нарушении гражданских прав

Если вы считаете, что план L.A. Care Health Plan не выполняет обязательства по предоставлению данных услуг или в нарушение закона допускает дискриминацию каким-либо другим образом по признаку пола, расы, цвета кожи, вероисповедания, происхождения, национальной или этнической принадлежности, возраста, психической либо физической инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендерной принадлежности, гендерной идентичности или сексуальной ориентации, вы можете подать претензию на имя старшего ответственного сотрудника по вопросам нормативно-правового соответствия плана L.A. Care Health Plan.

### Претензию о нарушении гражданских прав можно подать по телефону, в письменном виде, лично или онлайн.



#### ПО ТЕЛЕФОНУ

Звоните старшему ответственному сотруднику по вопросам нормативно-правового соответствия плана L.A. Care Health Plan круглосуточно, ежедневно, включая праздничные дни, по номеру **1-888-839-9909**. Если у вас имеются нарушения слуха или речи, позвоните на линию **TTY 711**.



#### В ПИСЬМЕННОЙ ФОРМЕ

Заполните форму для подачи жалобы или напишите письмо и отправьте их по адресу:

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



#### ЭЛ. ПОЧТА

[civilrightscoordinator@lacare.org](mailto:civilrightscoordinator@lacare.org)



#### ЛИЧНО

Посетите офис своего врача или офис плана L.A. Care Health Plan и сообщите, что хотите подать претензию о нарушении гражданских прав.



#### В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ

Посетите веб-сайт плана L.A. Care Health Plan по адресу [www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form](http://www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form) или отправьте электронное письмо на адрес [civilrightscoordinator@lacare.org](mailto:civilrightscoordinator@lacare.org).



### Управление по защите гражданских прав

#### Отдел здравоохранения штата Калифорния (DHCS)

Вы также можете подать жалобу в связи с нарушением гражданских прав в Управление по гражданским правам (Office for Civil Rights) Департамента здравоохранения штата Калифорния (California Department of Health Care Services) по телефону, в письменной или электронной форме.



#### ПО ТЕЛЕФОНУ

Звоните по номеру **1-916-440-7370**. Если вы плохо слышите или не можете говорить, позвоните на линию **711** (через диспетчерскую службу для людей с нарушениями слуха и речи).



#### В ПИСЬМЕННОЙ ФОРМЕ

Заполните форму для подачи жалобы или отправьте письмо по адресу:

**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**

Формы для подачи жалоб представлены на сайте [dhcs.ca.gov/pages/language\\_access.aspx](http://dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx).



#### В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ

Направьте письмо на адрес эл. почты: [civilrights@dhcs.ca.gov](mailto:civilrights@dhcs.ca.gov).

### Управление по защите гражданских прав

#### Министерство здравоохранения и социального обеспечения США

Если вы считаете, что подверглись дискриминации по признаку расы, цвета кожи, национальной принадлежности, возраста, инвалидности или пола, вы также можете подать жалобу о нарушении гражданских прав в управление по гражданским правам Министерства здравоохранения и социального обеспечения США — по телефону, в письменной или электронной форме.



#### ПО ТЕЛЕФОНУ

Звоните по номеру **1-800-368-1019**. Если у Вас имеются нарушения слуха или речи, позвоните на линию **TTY/TDD 1-800-537-7697**.



#### В ПИСЬМЕННОЙ ФОРМЕ

Заполните форму для подачи жалобы или отправьте письмо по адресу:

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

Формы для подачи жалобы можно найти на веб-странице [hhs.gov/ocr/office/file/index.html](http://hhs.gov/ocr/office/file/index.html).



#### В ЭЛЕКТРОННОЙ ФОРМЕ

Посетите портал жалоб Управления по гражданским правам по адресу <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.



**Языковая  
ПОДДЕРЖКА**



**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)** وتتوفر 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 հարկապարտ Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ փոփոխություններ ծառայություններ հաշվանդամություններում և նեղրդ անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրաստիպակ և խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

**ប្លាស្ត្រូលជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)**

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

**فارسی زبان به مطلب (Farsi)**

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با تماس بگیرید. کمک‌ها و **1.888.839.9909 (TTY 711)** 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 ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। ये सेवाएं नि: शुल्क हैं।

**Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong)**

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

**日本語表記 (Japanese)**

注意日本語での対応が必要な場合は **1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。 **1.888.839.9909 (TTY 711)** へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

**한국어 태그라인 (Korean)**

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.

**ແທກໂລພາສາລາວ (Laotian)**

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາຕີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕເພີມໃຫຍ່ໃຫ້ໂທຫາຕີ **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 javlouc 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 javu-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 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.



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

