



2025 年 Medi-Cal 新會員指南

目錄

來自 L.A. Care 的訊息.....	1
了解您的 Medi-Cal 計劃.....	2
會員入門指南.....	3
福利摘要.....	8
視力保健.....	10
獲得護理的其他方式.....	11
了解您的護理選項.....	12
可利用的資源.....	14
其他資源.....	16
Medi-Cal 續保.....	18
CRC 續保援助.....	19
如何取得會員資料.....	20
重要號碼以及保持聯絡.....	21
反歧視聲明.....	22
語言協助.....	24



尊敬的會員：

歡迎加入 to L.A. Care Health Plan（以下簡稱為「L.A. Care」）。您的健康對我們很重要，我們在這裡幫助您獲得所需的醫療保健。這是您的新會員歡迎文件包，其中包括有關您的計劃福利的寶貴資訊、會員材料和以下有用資源：

- 新會員指南
- Medi-Cal 會員手冊
- 提供者目錄紙本副本
- 可用於幫助請求口譯員服務的語言卡
- 一塊帶有重要電話號碼的磁鐵，可供您在需要幫助時使用

在 L.A. Care，我們致力於全方位支援您的健康，而不僅僅是在疾病期間。我們的目標是幫助您實現並保持最佳健康狀態。

我們在最重要的時刻為您提供幫助，提供一系列支援您健康目標的服務，如：

- 詢問您有關您的健康的資訊，以幫助您保持健康
- 提醒您與您的 PCP 安排初始健康預約
- 為您提供健康提示並分享有關計劃的資訊，以協助您管理自己的健康
- 及時通知您福利變更

如果您有任何疑問，或有特殊的醫療保健需求或需要協助您安排服務，我們都會幫助您。致電 L.A. Care 會員服務部電話 **1.888.839.9909 (TTY 711)**，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）。這些電話都是免費的。

如果您希望以其他語言版本或格式（大字版或語音版）獲得本文件包中的資訊，請致電聯絡我們。

再次歡迎來到 L.A. Care！

謹致，

L.A. Care Health Plan

了解您的 MEDI-CAL 計劃



Medi-Cal

- Medi-Cal 是加州的 Medicaid 醫療保健計劃。
- Medi-Cal 為收入有限但符合資格標準（包括收入指南）的加州居民提供免費或低成本的醫療保健保險，無論移民身份如何。

Medi-Cal 管理式護理 和 L.A. Care Health Plan

- Medi-Cal 管理式護理是一個有組織的系統，可幫助會員取得高品質的護理並保持健康。

- Medi-Cal 管理式護理健康計劃幫助會員尋找醫生、藥房和健康教育計劃。
- Medi-Cal 管理式護理健康計劃還提供護理協調、專科醫生轉診、24 小時護士諮詢電話服務和每週 7 天，每天 24 小時皆為您提供服務（包括假日）的會員服務部協助。
- L.A. Care Health Plan 是加州最大的 Medi-Cal 計劃，為居住在洛杉磯縣的 Medi-Cal 受益人提供醫療保健承保。
- 透過 L.A. Care Health Plan，您可獲得所需的幫助，從而找到有益於您的整體健康的合適醫生、藥房和健康教育計劃。

L.A. Care 會員 入門指南



作為新會員，以下是一些有用的提示

提示 1：查看您的會員手冊

《會員手冊》是 L.A. Care 規定和政策的摘要，其內容以 L.A. Care 和醫療保健服務部 (Department of Health Care Services, DHCS) 之間所簽訂的合約為依據。您的《會員手冊》包含關於 L.A. Care 的重要資訊。

- 您的權利和責任
- 重要電話號碼
- 承保的福利與服務
- 如何變更您的基本保健服務提供者 (PCP)

《會員手冊》還將告訴您如何存取：

- 預防性、緊急性和急診醫療保健
- 針對定期和預防性護理所提供的專業醫療保健服務
- 語言協助和口譯員
- 藥房福利以及如何獲取您需要的藥物
- 非醫療以及非緊急醫療交通運輸服務
- 護理管理和疾病管理計劃
- 24 小時護士諮詢專線

《會員手冊》包含在本文件包中。

您還可以找到以您的語言編寫的《會員手冊》，網址為 lacare.org/members/handbook 或者您可以致電 L.A. Care 會員服務部電話 1.888.839.9909 (TTY 711) 索取任何可用語言版本的印刷版《會員手冊》。

提示 2：會員資料網頁

重要會員文件查閱網址
lacare.org/members/documents/medi-cal。

您可以在這裡找到幫助您獲取所需護理的以下重要資訊和資源：

- Medi-Cal 會員手冊
- 新會員歡迎指南
- 年度會員指南
- 醫療服務提供者名錄
- 加州醫療輔助計劃 (Medi-Cal) ID 卡
- Medi-Cal Rx
- 面向兒童和青少年的 Medi-Cal 手冊和函件

Medi-Cal 會員材料每年更新一次並會發佈到網站上。您每年都會收到《年度郵寄指南》的實體副本，但《會員手冊》只能透過電子方式線上存取。除非要求，否則不會郵寄《會員手冊》的實體副本。

您還可以電子格式存取以下材料和資源：

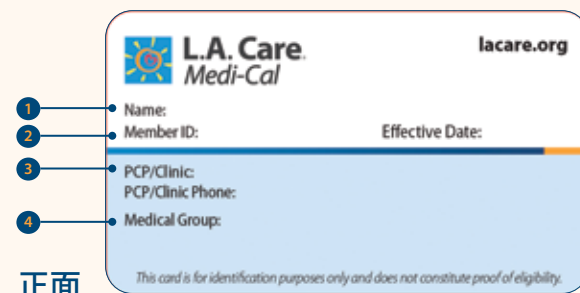
- 社區支援：
lacare.org/members/community-supports
- Medi-Cal 會員續保頁面：
lacare.org/health-plans/medi-cal/renewals
- 醫療服務提供者名錄：
lacare.org/members/documents/medi-cal
- 藥房保險內藥物處方集（透過 Medi-Cal Rx）：
lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- 面向兒童和青少年的 Medi-Cal 手冊/函件：
lacare.org/members/getting-care/routine-exams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



提示 3：檢查您的會員識別卡

您的會員識別卡已另行寄出。

您的識別卡包括以下資訊：



正面



背面

1. 您的健康計劃名稱：
L.A. Care Health Plan
2. 您的會員識別號碼
3. 您的**基本保健服務提供者** (PCP) 和他/她的號碼
4. 您的**醫療團體** (如果有)
5. **L.A. Care 的會員服務部**電話號碼和其他重要資訊和電話號碼

請隨身攜帶您的會員識別卡。每當您獲得醫療保健服務時，請始終記得出示您的會員識別卡。

如果您沒有收到會員識別卡或有任何疑問，請致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 聯絡 L.A. Care 會員服務部，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)。

提示 4：儘快與您的基本保健服務提供者 (PCP) 安排初始健康預約

您的基本保健服務提供者 (PCP) 是您的主要醫生，並且是您有健康問題時應第一個去看的醫生。他們會確保您能在適當的地點和時間獲得適當的護理。

與 PCP 的常規問診對於幫助您保持健康很重要。即使您沒有生病，我們也要求所有新會員在加入 L.A. Care 後的前 1-3 個月內到 PCP 處看診，以安排初始健康預約 (IHA)。

IHA 的目的是要協助您的 PCP 了解您以及您的醫療保健史和需求。

在您的 IHA 期間，您的 PCP 將：

- 了解您並談論您的健康
- 瞭解您的病史
- 給您做一次體檢
- 為您提供您可能需要的健康資訊和服務
- 幫助您了解您的健康需求
- 教您如何改善您的健康或幫助您保持健康

您將透過郵件收到一封 IHA 信件。您還將透過郵件收到一個健康資訊表 (HIF)。這是一個我們要求所有新會員完成的十個問題簡短健康調查。

我們還將利用這些資訊幫助您獲得所需的護理。

您可能會接到我們提醒您填寫此表格並安排初始健康預約的電話。



提示 5：可透過使用我們的線上「Find a Doctor or Hospital」(查找醫生或醫院) 工具查找醫療服務提供者

請記住，您有權隨時更改您的 PCP。您必須選擇一位隸屬於 L.A. Care 醫療網且接收新患者的 PCP。

在您選擇一位新的 PCP 之後，其將會從您作出更改後的下一個月第一天開始成為您的 PCP。

如果您想更改您的 PCP，您可以致電 **1.888.839.9909 (TTY 711)**，建立一個 L.A. Care Connect 帳戶，或者您可以造訪 lacare.org 線上使用我們的「Find a Doctor or Hospital」(查找醫生或醫院) 工具。



醫療服務提供者名錄

使用線上工具時，請按照下列步驟操作：

1. 選擇 **Medi-Cal**
2. 從以下選項中進行選擇：
「位置、醫療服務提供者詳細資訊和/或承保範圍以及護理要求」
3. 您可以使用多個過濾條件搜尋**醫療服務提供者**，包括但不限於：
 - 地點
 - 設施可造訪性
 - 醫療服務提供者詳細資訊 — 性別
 - 醫療服務提供者姓名
 - 醫療服務提供者使用的語言
 - 網絡
 - 專科
4. 選擇「**Find a Provider**」(查找醫療服務提供者)

您也可以在本材料包所附的提供者目錄中查詢 PCP。

提示 6：了解您可以獲得的行為健康服務

您的心理健康很重要。您是否知道：

- 每 5 個成年人中就有 1 個在給定時間經歷焦慮症。
- 8.8% 的美國成年人患有重度抑鬱症
- 60% 患有重度抑鬱症的青少年未能得到所需的治療¹






利用屬於您福利一部分的行為健康服務。這包括心理健康和物質使用障礙治療，可確保您在需要時可以獲得所需的支援。

L.A. Care 透過基本保健服務提供者、Carelon Behavioral Health 的行為健康專科醫生、洛杉磯縣心理健康部 (Department of Mental Health, DMH) 和洛杉磯縣公共健康部 (Department of Public Health, DPH) 提供這些服務。

Carelon Behavioral Health 是 L.A. Care 的供應商，擁有提供者網路，可為 LA Care Medi-Cal 會員提供非精神健康專科服務 (Non-Specialty Mental Health Services, NSMHS)。您無需為所提供的此類服務支付任何費用。

此外，列出的服務不需要預先授權，可讓您更輕鬆獲得護理。

NSMHS 服務包括：

-  心理健康評估和治療，包括個人、團體及家庭心理治療。
-  在臨床有指示下進行心理學和神經心理學測試，以評估心理健康狀況。
-  以監督藥物治療為目的的門診服務。
-  精神科諮詢。
-  門診化驗、藥物、用品和補充劑。

要查找 Carelon 醫療服務提供者，您可以致電 **1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)** 或透過造訪 plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider 使用他們的 Online Provider Lookup (線上醫療服務提供者查找) 功能。

深受嚴重心理健康問題困擾的 LA Care 會員可以透過 DMH 獲得精神健康專科服務 (Specialty Mental Health Services, SMHS) 方面的幫助。

SMHS 可能包括但不限於個人和團體治療、藥物支援、個案管理、危機干預、同伴支援、住院和其他康復服務。

要獲取這些服務，請致電 **1.800.854.7771**。您僅需撥打一通電話即可獲得協助。

¹美國心理健康協會。(2024 年)。一般心理健康資料。mhnational.org/mentalhealthfacts。存取時間：2024 年 10 月 9 日。

提示 7：L.A. Care Connect 和 My Health in Motion™ (您的線上會員與保健入口網站)

L.A. Care Connect

為了讓您的體驗更輕鬆，您可以建立線上 L.A. Care Connect 會員帳戶以獲取資訊和服務。L.A. Care Connect 是您的線上會員入口網站。

- 透過造訪 members.lacare.org 或點按 lacare.org 登入頁右上角的「member sign in」(會員登入) 按鈕建立帳戶。
- 您將需要使用會員識別號碼和有效的電子郵件地址來建立帳戶 (您的會員識別號碼列於您的會員識別卡上)。
- 要獲取分步註冊指南，請造訪 members.lacare.org。

使用您的 L.A. Care Connect 帳戶，您可以：

- 列印或查看會員識別卡，以在醫生診所或藥房使用
- 查看您的醫療保健資訊，包括資格
- 要求變更您的 PCP
- 在您方便的時間和護士即時聊天
- 獲取更多全天候服務：只需要按一下按鈕便可搜尋醫生、醫療服務提供者名錄或聯絡我們
- 接入 My Health in Motion™，了解適合您健康需求的計劃

LA Care 將於 2025 年推出一個改進的會員入口網站，以使您的醫療保健管理比以往更便捷。

敬請關注有關旨在為您提供以下快速便捷使用體驗之新功能之最新資訊：

- 變更您的基本保健醫生、診所或醫療團體
- 獲取您的計劃福利
- 填寫、查看和更新您的健康風險評估表
- 可近乎即時的查看 L.A. Care 授權的狀態
- 查看和更新您的人口統計資訊

My Health in Motion™

透過全新的 My Health In Motion™ (MyHIM) 線上保健入口網站，掌控您的健康，盡享最佳狀態。

在全新的 MyHIM 網站上發現以下功能：

- 全新且簡便：透過有趣和簡單的功能體驗新面貌。
- 健康評估：進行快速健康測試並獲得您自己的報告。

- 互動研討會：參加吸引人的線上健康研討會。
- 設備接入：接入 Fitbit 等健康追蹤器，獲得無縫體驗。
- 專家健康指導：透過我們的健康指導計劃獲得幫助。
- 資訊觸手可及：探索包含健康資訊的資料庫。

可透過計算機、電話、L.A. Care 的社區資源中心乃至公共圖書館隨時隨地使用 MyHIM。

入門準備：

1. 造訪 lacare.org 並點按「Member Sign In」(會員登入)。

2. 點按「My Health In Motion™」標籤並建立您的個人檔案

如果您需要幫助，請致電 **1.855.856.6943** 聯絡我們的健康教練。

提示 8：可撥打護士諮詢專線詢問健康相關問題

您可以撥打護士諮詢專線尋求有關任何健康相關問題的幫助，以便您可以照顧好自己或家人。

護士會用您的語言免費為您提供幫助且全年全天候提供服務。

您可以透過即時聊天、L.A. Care Connect 線上會員帳戶或致電 **1.800.249.3619 (TTY 711)** 以虛擬方式聯絡護士。

要了解有關護士諮詢專線和可透過此計劃獲得的其他服務的更多資訊，請造訪

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



L.A.C是MEDI-CAL 福利摘要

有關您的福利的更多詳細資訊，請參閱線上提供的 Medi-Cal 會員手冊，網址為：
lacare.org/members/documents/medi-cal。
* 這只是一份摘要。

L.A. Care Health Plan 提供一項
綜合的健康福利

免費為您提供
更多福利



門診和一般福利與服務

- ⌘ 基本保健醫生及專科醫生看診
- ⌘ 門診手術
- ⌘ 緊急護理及零售診所
- ⌘ 實驗室服務和 X 光
- ⌘ 流感預防針和其他推薦疫苗
- ⌘ COVID-19 檢測和疫苗接種
- ⌘ 產婦和新生兒護理
- ⌘ 生產及產後護理
- ⌘ 護士和助產士服務
- ⌘ 產婦陪護服務

- ⌘ 兒科服務（早期和定期篩檢、診斷和治療）
- ⌘ 足科
- ⌘ 脊椎矯正
- ⌘ 治療服務
- ⌘ 透析/血液透析
- ⌘ 護士諮詢專線
- ⌘ 遠距醫療
- ⌘ 家庭治療

預防性和保健福利

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

行為健康服務

- ⌘ 門診心理健康服務
- ⌘ 門診和住院精神健康專科服務
- ⌘ 門診物質使用障礙服務/酒精濫用篩檢
- ⌘ 自願性住院解毒

醫院服務

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

急診服務

- ⌘ 急診室服務
- ⌘ 救護車服務

藥房福利

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

復健與康復服務

- ⌘ 物理治療
- ⌘ 職業治療
- ⌘ 聽力服務
- ⌘ 言語治療
- ⌘ 聽力檢查
- ⌘ 耐用醫療設備
- ⌘ 針灸
- ⌘ 家庭健康服務
- ⌘ 矯形器/義肢
- ⌘ 醫療用品、設備及器具
- ⌘ 專業護理機構（最多 90 天）
- ⌘ 肺病復健

其他服務

- ⌘ 視力/驗光
- ⌘ 牙科護理（透過 Medi-Cal Dental，正式名稱為 Denti-Cal：dhcs.ca.gov/services）
- ⌘ 交通
 - ⌘ 非急診醫療運輸
 - 附吊籃廂型車
 - 輪椅用廂型車
 - 救護車
 - ⌘ 非醫療運輸
 - 為沒有其他方法前往預約地點的人提供的私人或公共車輛
- ⌘ 長期服務與支援
 - ⌘ 專業護理機構（91 天以上）
 - ⌘ 居家與社區服務
 - ⌘ 社區支援
 - ⌘ 強化型護理管理
 - ⌘ 街頭醫療

* 福利可能會有變更。請致電 L.A. Care 會員服務部電話 1.888.839.9909 (TTY 711) (服務時間為每週 7 天，每天 24 小時，包含假日) 獲取更多資訊或造訪 lacare.org。您的醫療保健服務提供者可能需要獲得某些福利和服務的批准。

透過 VSP Vision Care 保持您的眼睛健康

我們將您的眼睛健康放在首位。作為 Vision Care 會員，您將獲得優秀眼科醫生的護理、優質眼鏡（包括處方鏡片和鏡框）和平價眼部護理，因此您可以視力清晰並過上健康的生活。

定期眼科檢查很重要

透過 VSP®，您將得到 VSP 網絡醫生的優質護理，包括 WellVision Exam® – 其為一種旨在發現視力和健康狀況（如糖尿病和高血壓）跡象的檢查。



有疑問？

就是這樣！剩下的交給我們 – 當您到參與計劃的 VSP 醫療服務提供者處看診時，無需填寫索賠表。

造訪 vsp.com 或致電 VSP 電話 1.800.877.7195 (TTY 711)，服務時間為太平洋時間週一至週六上午 6 時至下午 5 時（週日休息）。

VSP 福利的使用方法很簡單



查看您的承保範圍

透過使用您的 L.A. Care Health Plan ID 號碼（位於您的卡上）前往 vsp.com 建立帳戶可查看您的個人化承保範圍詳細資訊並查找網絡內醫生。



查看網路內醫生

前往 vsp.com 登入您的帳戶，找到您附近參與 Medi-Cal 的 VSP 醫療服務提供者或致電 VSP 會員服務部電話 1.800.877.7195 (TTY 711)，服務時間太平洋時間為週一至週六上午 6 時至下午 5 時（週日休息）。



在預約時，告訴他們您透過 L.A. Care Health Plan 擁有 VSP。在預約時出示您的 L.A. Care Health Plan 卡。



獲得護理的其他方式

如果您無法聯絡 PCP，可輕鬆透過我們在 Teladoc 和 Minute Clinic 的合作夥伴獲得護理

獲取方式 TELADOC

- 1 造訪 Teladoc.com 設定您的帳戶。您將需要使用會員識別號碼。
- 2 隨時可透過 Teladoc 呼叫中心、會員網站或行動應用程式請求虛擬看診。
- 3 可全年全天候透過致電或視訊方式獲取護理。



更多資訊：
lacare.org/teladoc

獲取方式 CVS minute clinic

- 1 使用 L.A. Care 線上醫療服務提供者名錄查找您附近的 Minute Clinic。
- 2 在 Minute Clinic 網站上查看等候時間並計劃您的看診。
- 3 在 Minute Clinic 獲得現場護理。您將需要使用會員識別卡和一種身份證件。



更多資訊：
lacare.org/minuteclinic
有疑問？
撥打 L.A. Care 電話：
1.888.839.9909 (TTY 711)





了解您的護理選項

護理類型	症狀與服務範例	獲取方式	預計等候時間
護士諮詢專線 全年全天候可諮詢有執照的註冊護士。	<ul style="list-style-type: none"> 自我護理建議 健康問題解答 選擇透過何處取得護理服務 	<ul style="list-style-type: none"> 1.800.249.3619 (TTY 711) 	<ul style="list-style-type: none"> 無須等候
基本保健 當您需要護理時致電您的基本保健服務提供者。	<ul style="list-style-type: none"> 預防保健 突發或短期健康問題 如糖尿病等長期病症或疾病 	<ul style="list-style-type: none"> 致電識別卡上所列的電話號碼與您的 PCP 聯絡。 造訪 lacare.org 查看 LA Care 的線上醫療服務提供者名錄 	<ul style="list-style-type: none"> 10 個工作日或以下 有些提供當日約診
虛擬護理 透過電話或線上的方式獲取遠距醫療服務並諮詢醫生。	<ul style="list-style-type: none"> 感冒／流感／發燒 皮疹 感染（皮膚／眼睛／耳朵／泌尿道感染） 呼吸系統（喘鳴／咳嗽） 胃部（疼痛／嘔吐／腹瀉） 輕傷 	<ul style="list-style-type: none"> 造訪 Teladoc™（需要登入／註冊），網址：member.teladoc.com/lacare Teladoc™: 1.469.643.2161 	<ul style="list-style-type: none"> 幾分鐘至幾小時
急救護理 適用於危及生命的病症之急診室護理。請勿因例行護理或輕微疾病而使用急診室 (Emergency Room, ER)。	<ul style="list-style-type: none"> 胸痛 突發性視力改變 虛弱無力／無法行走 有傷害自己的念頭或任何其他精神健康緊急事件 	<ul style="list-style-type: none"> 撥打 911 或前往最近的醫院急診室 	<ul style="list-style-type: none"> 等待時間可能會有所不同，具體取決於您病情的嚴重程度、患者數量和治療室可用情況。



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

護理類型	症狀與服務範例	獲取方式	預計等候時間
緊急護理 <ul style="list-style-type: none"> 零售診所 位於零售藥房內並配備執業護士 緊急護理中心 接受由醫生提供的當日護理服務，即使是在非營業時間及週末亦提供服務。 	<ul style="list-style-type: none"> 感冒／流感／發燒 皮疹 感染（皮膚／眼睛／耳朵／泌尿道感染） 呼吸系統（喘鳴／咳嗽） 胃部（疼痛／嘔吐／腹瀉） 輕傷 	<ul style="list-style-type: none"> 造訪 CVS MinuteClinic 地點 造訪 L.A. Care 的線上醫療服務提供者名錄獲取零售診所清單。 造訪 lacare.org 查看 LA Care 的線上醫療服務提供者名錄 致電 1.888.839.9909 (TTY 711) 與會員服務部聯絡 	<ul style="list-style-type: none"> 幾分鐘至幾小時 線上預約看診並查詢估計的無預約等候時間 幾分鐘至幾小時
行為健康服務 透過以下方式獲取行為健康提供者服務：	<ul style="list-style-type: none"> 感到絕望或不堪重負 異常憤怒、焦慮、易怒和其他情緒變化 睡眠、食慾或能量水平變化 		
Carelon Behavioral Health	<ul style="list-style-type: none"> 初步心理健康評估（無需預先授權） 個人、團體或家庭治療 心理和神經心理學測試 篩檢和簡短干預 適用於藥物治療的門診病人監控 	<ul style="list-style-type: none"> Carelon Behavioral Health: 1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929 	
洛杉磯縣心理健康服務部 (DMH)	<ul style="list-style-type: none"> 個人治療 藥物支援 危機介入與穩定 目標個案管理 日間治療和日間康復 住宿治療 急性精神病學住院病人心理健康護理 	<ul style="list-style-type: none"> DMH ACCESS 及物質使用服務專線：1.800.854.7771 	非緊急照護： <ul style="list-style-type: none"> 心理健康預約—10 個工作日 專科護理醫師—15 個工作日
洛杉磯縣公共衛生部 (DPH) 物質濫用預防與控制。 (Substance Abuse Prevention and Control, SAPC)	<ul style="list-style-type: none"> 物質使用治療，如門診和住院服務 	<ul style="list-style-type: none"> 物質濫用服務專線：1.844.804.7500 	



L.A. Care
Community Resource Center

可 utilized 的資源



社區資源中心

L.A. Care 的社區資源中心 (Community Resource Center, CRC) 與 Blue Shield of California Promise Health Plan 聯合營運，為會員和社區提供許多定制的免費健康與保健相關服務和資源。

提供的服務包括：

- 為成人和兒童提供免費的健康和保健課程，以及幫助管理慢性病的課程
- 免費遠距醫療服務 WiFi
- CalFresh 註冊協助
- Medi-Cal 入保和續保支援
- 社會服務援助
- 與當地社區資源的聯繫和轉介
- 全年健康篩檢、食品援助和社區活動

您可以透過在當地 CRC 註冊參加新會員說明會來了解您的 Medi-Cal 福利。



參加 CRC 的新會員說明會並獲得一張價值 \$10 的禮品卡

在會員說明會後，您將能夠：

- 了解您的福利
- 申請識別卡
- 選擇或更換您的醫生
- 了解如何配領處方藥
- 了解緊急醫療保健
- 了解您的權利和責任

造訪 communityresourcecenterla.org

了解 CRC 的位置/地址、電話號碼、上班時間和活動日曆。

您可以透過造訪

communityresourcecenterla.org

以及使用線上排程工具或致電 **1.877.287.6290 (TTY 711)** 來安排預約。

所有 CRC 服務均免費，且對您和社區中的所有人開放。



健康教育服務

L.A. Care 提供免費的保健和疾病預防服務、計劃和資源，例如：

- 與註冊營養師或健康教育者進行個人電話諮詢
- 社區團體健康預約
- 透過我們的健康與保健入口網站 My Health in Motion™ 參與在線研討會、使用聊天功能並觀看影片
- 糖尿病自我管理教育 (Diabetes Self-Management Education, DSME)
- 醫學營養治療 (Meals As Medicine, MAM)
- 醫療營養治療 (Medical Nutrition Therapy, MNT)
- 健康妊娠、健康媽媽和導樂服務
- 無菸戒菸
- 流感和 COVID 預防與護理
- 針對哮喘、慢性阻塞性肺病 (chronic obstructive pulmonary disease, COPD)、糖尿病、腎病、高危妊娠的疾病支援計劃
- 各種主題和語言的易閱讀材料
- 健康教育音訊參考資料庫 (Health Education Audio Reference Library, HEAR)
- 護士諮詢專線 **1.800.249.3619 (TTY 711)**

欲了解更多，請致電 **1.855.856.6943 (TTY 711)** (服務時間為週一至週五上午 8 時至下午 5 時) 或造訪 lacare.org/healthy-living 獲取會員健康教育資料。



免費口譯員服務

- 您有權在與醫生交談時使用口譯員
- L.A. Care 提供免費口譯員服務，包括美國手語
- 除非發生緊急狀況，否則您不需要請家人或朋友擔任口譯員
- 要申請口譯員服務，請至少在看診 10-15 天前致電 L.A. Care 會員服務部電話 **1.888.839.9909 (TTY 711)**，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時 (包含假日)

當您致電時，請備妥下列資訊：

- 您的姓名
- 您的 L.A. Care 識別號碼
- 您預約的日期和時間
- 醫生的姓名
- 醫生的地址和電話號碼

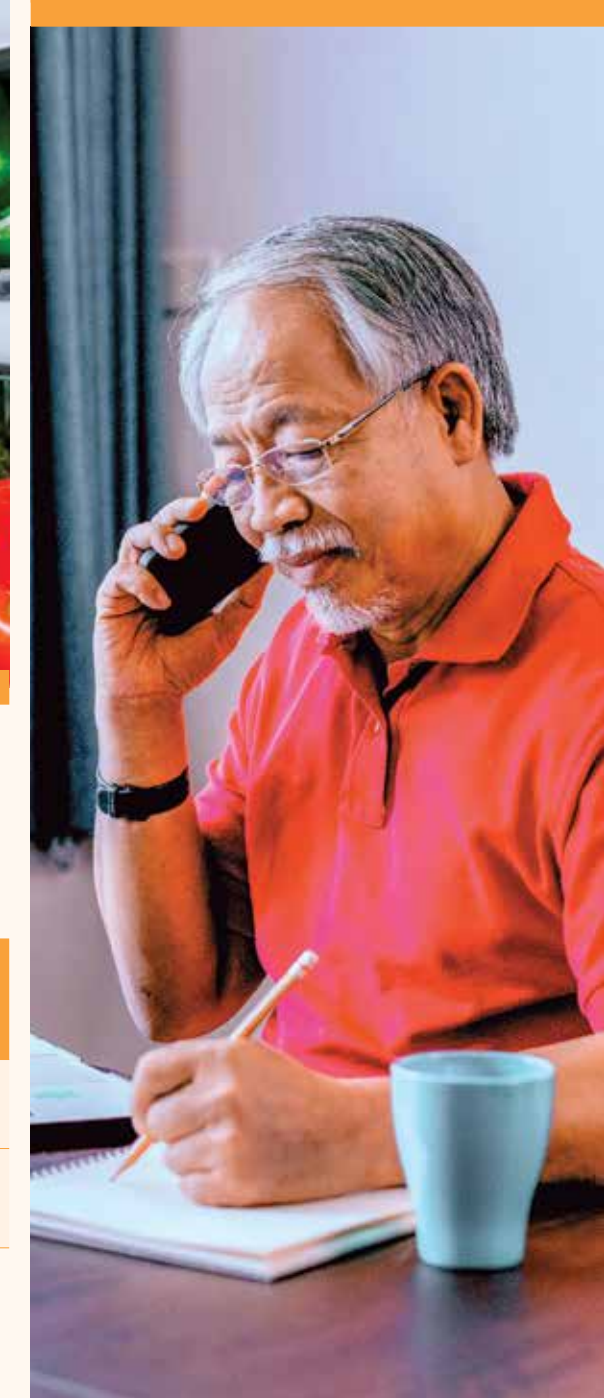
如果您的預約變更或取消，請盡快致電與 L.A. Care 會員服務部聯絡。

所有健康教育服務皆免費為您提供



要觀看語言協助影片並了解有關免費語言協助服務的更多資訊，請造訪 lacare.org/members/interpretation-translation。

其他資源



交通

您的福利包括往返醫療預約地點或領取處方藥和醫療用品所需的非醫療運輸 (Non-Medical transportation, NMT) 和非急診醫療運輸 (Non-Emergency Medical transportation, NEMT)。

要安排 NMT 或 NEMT 服務，請致電 L.A. Care 會員服務部電話 **1.888.839.9909 (TTY 711)** (服務時間為每週 7 天，每天 24 小時，包含假日)，然後選擇「交通」提示。

了解 CalFresh

CalFresh 是加州的補充營養援助計劃，每月提供食品福利，以幫助低收入個人和家庭獲得健康食品。

如果符合 CalFresh 的條件，您可以透過可用於在雜貨店和大多數農貿市場購買食物的電子福利轉賬 (EBT) 卡獲得每月福利。

是否符合 CalFresh 條件取決於幾個因素，如您的收入、家庭人數、工作要求和移民身份。這些因素也決定了您每月收到的金額。

一般來說，要符合 CalFresh 條件，您必須是：

- ⌘ 加利福尼亞州居民 以及
- ⌘ 美國公民或合格移民 以及
- ⌘ 家庭年收入低於表中所示的收入限額

請注意，實際福利金額取決於每個家庭的具體情況。

下表僅供一般指導和參考之用。

*顯示的金額適用於 [10/1/24 - 9/30/25]

家庭規模	家庭人數為 1	家庭人數為 2	家庭人數為 3	家庭人數為 4	家庭人數為 5	家庭人數為 6	家庭人數為 7
每月總收入限額	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890
每月最高福利金額	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536

您可以申請 CalFresh

線上方式：

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

電話方式 — 撥打 CalFresh 信息熱線 **1.877.847.3663**

前往您當地的 DPSS 辦公室現場申請
前往您當地的 CRC 現場申請

⌘ 我們的 CRC 提供 CalFresh 註冊協助，該福利由國家健康基金會 (NHF) 提供。

⌘ 致電您當地的 CRC 安排與 NHF 健康大使的預約。

今天就開始您的更好營養之旅吧！

如需獲取有關 CalFresh 的更多資訊，請造訪：
dps.lacounty.gov/en/food/calfresh.html

Medi-Cal Rx

Medi-Cal 藥房福利透過按收費服務交付系統 Medi-Cal Rx 進行管理。

造訪 Medi-Cal Rx 網站：
[medi-calrx.dhcs.ca.gov/home](https://www.medi-calrx.dhcs.ca.gov/home)
或致電 **1.800.977.2273**
(TTY **800.977.2273** 並按 **7**
或 **711**) 以獲取以下服務：

- ⌘ 獲取合約藥物清單的副本
- ⌘ 在 Medi-Cal Rx 藥房名錄中找到與 Medi-Cal Rx 合作的藥房清單，如 CVS、Walgreens 和 Rite Aid

社區資源連結

- ⌘ L.A. Care 社區資源連結可幫助會員與社區機構聯繫，取得住房、食品、帳單等方面的援助。
- ⌘ 造訪 [communitylink.lacare.org](https://www.communitylink.lacare.org) 以搜尋免費或減費服務並參加「健康的社會因素 (Social Factors of Health)」調查

報告與解決問題

如果您對 L.A. Care 或醫療服務提供者提供的服務有疑問或感到不滿，您有權提出投訴 (申訴)。

要了解更多關於該程序的資訊，請參閱您《會員手冊》的第 6 章。



MEDI-CAL 續保

每 12 個月，洛杉磯縣公眾與社會服務部 (Department of Public Social Services, DPSS) 都會對您的資訊進行審查，以確定您是否仍然有資格獲得 Medi-Cal 福利，並將您的 Medi-Cal 續保到下一年。

儘管一些會員會自動續保，但一些 Medi-Cal 受益人還必須每年透過向 DPSS 提交所需的資料更新其 Medi-Cal 資格才能保有其醫療保健承保。

要了解有關年度 Medi-Cal 續保流程的更多資訊，請造訪 lacare.org/medi-cal-renewals 獲取有用的資訊和資源。

以下是一些重要的 DPSS 聯絡資訊

BenefitsCal 網站：
benefitscal.com

BenefitsCal 是供加州居民針對 CalWORKs、CalFresh、General Relief 及 Medi-Cal 線上提出申請並檢視自己福利的網站

DPSS 客戶服務中心 (Customer Service Center, CSC) 電話號碼

免費電話 **866.613.3777**

本地電話 **626.569.1399**
310.258.7400
818.701.8200

CSC 可為您提供協助：

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

如果您有任何問題，或者需要幫助獲取您的 Medi-Cal 保險，請致電 **1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026** 與 DPSS 聯絡，造訪 benefitscal.com 或造訪 KeepMediCalCoverage.org 可獲取更多資訊。

獲得幫助完成 MEDI-CAL 入保 或續保申請

所有社區資源中心 (CRC) 都可在 Medi-Cal 入保和續保方面提供現場援助。如果您需要幫助完成您的 Medi-Cal 申請或續保文件包，請致電 **1.877.287.6290 (TTY 711)** 安排認證申請助手預約。L.A. Care CRC 向我們的會員和公眾開放。



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

* Lincoln Heights Center 於 2025 年開業。

Blue Shield of California Promise Health Plan 與 Blue Cross of California 屬獨立實體，與 L.A. Care Health Plan 簽有合約，在洛杉磯縣提供 Medi-Cal 管理式護理服務。

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

想要了解更多資訊，請造訪 CommunityResourceCenterLA.org 或致電 **1.877.287.6290 (TTY 711)**，服務時間為週一至週五上午 9 時至下午 5 時

掃描二維碼可查找您附近的中心。



一 獲取方式

L.A. Care Health Plan 的
Medi-Cal 會員資料



L.A. Care Health Plan's (L.A. Care) 會員資料可為您提供有關 Medi-Cal 福利、承保藥物以及網路內醫生的資訊。

您可輕鬆檢視或列印 Medi-Cal 《會員手冊》、《醫療服務提供者名錄》及《保險內藥物處方集》(Medi-Cal Rx) 和面向兒童和青少年的 Medi-Cal 手冊等重要會員資料。

一 搜尋

[Lacare.org](https://www.lacare.org)，每週 7 天、每天 24 小時提供服務
要查看和列印可以電子方式提供的重要會員資料，請透過以下連結造訪 L.A. Care 的網站：

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

一 造訪 L.A. CARE

在正常營業時間

造訪 L.A. Care/Blue Shield of California 的社區資源中心，可獲得有關獲取會員資料、使用您的新 Medi-Cal 福利或解答您任何問題的協助。

一 致電

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

L.A. Care 會員服務部工作人員可協助您處理您有的任何疑問，包括如何取得《會員手冊》、《醫療服務提供者名錄》及《藥房保險內藥物處方集》(Medi-Cal Rx)。

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

一 重要號碼並保持聯絡

- ❖ L.A. Care 會員服務部
1.888.839.9909 (TTY 711)
- ❖ L.A. Care 24 小時護士諮詢專線
1.800.249.3619 (TTY 711)
- ❖ L.A. Care 合規專線
1.800.400.4889
- ❖ L.A. Care/Blue Shield of California 社區資源中心
1.877.287.6290
- ❖ Medi-Cal Rx
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)
然後按 5 或 711
- ❖ 洛杉磯縣心理健康服務部
1.800.854.7771
- ❖ 社會安全局 補充保障收入
1.800.772.1213



以下是一些與 L.A. Care 保持聯絡的方法

- ❖ 造訪我們的網站
lacare.org
- ❖ 致電會員服務部
1.888.839.9909 (TTY 711)，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）
- ❖ 登入 L.A. Care Connect
members.lacare.org
- ❖ 在社交媒體上關注我們
 - Facebook
facebook.com/lacarehealth
 - Instagram
instagram.com/lacarehealth
 - Twitter
twitter.com/lacarehealth
 - YouTube
youtube.com/user/lacarehealthplan

反歧視 聲明



歧視屬違法行爲

L.A. Care Health Plan 遵守州和聯邦民權法律。L.A. Care Health Plan 不會因生理性別、種族、膚色、宗教、祖籍、出生地國籍、族裔認同、年紀、心智障礙、肢體殘障、疾病、遺傳資訊、婚姻狀態、社會性別、性別認同或性傾向而非法歧視、排斥或區別對待他人。L.A. Care Health Plan 提供：

為殘障人士提供免費輔助和服務，以協助他們更好地溝通，例如：

- 合格手語翻譯員
- 其他格式的書面資訊（大字版、語音版、可存取的電子格式、其他格式）

為母語非英語人士提供免費語言服務，例如：

- 合格口譯員
- 其他語言版本的書面資訊

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

如果您有聽力或言語障礙，請致電 **TTY 711**。可應您的需要提供這份文件的盲文版、大字版、錄音帶或電子形式。

如果想要獲取這些替代格式的任一副本，請致電或寫信至：

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

如何提出民權申訴

如果您認為 L.A. Care Health Plan 未能提供上述服務，或者基於生理性別、種族、膚色、宗教、祖籍、出生地國籍、族群認同、年齡、心智障礙、肢體殘障、醫療疾病、遺傳資訊、婚姻狀態、社會性別、性別認同或性傾向等因素進行了非法歧視，您可向 L.A. Care Health Plan 的合規主管提出申訴。

您可透過電話、書面、親自或電子方式提出民權申訴：



電話方式

致電 **1.888.839.9909** 與 L.A. Care Health Plan 合規主管聯絡，服務時間為每週 7 天，每天 24 小時（包含假日）。或者，如果您有聽力或言語障礙，請致電 **TTY 711**。



書面方式

填寫投訴申請表或寫信並寄送至：

L.A. Care Health Plan
合規主管
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017



電子郵件

civilrightscoordinator@lacare.org



親自方式

前往您的醫生診室或 L.A. Care Health Plan，並表示您想要提出民權申訴。



電子方式

造訪 L.A. Care Health Plan 網站：
lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form 或傳送電子郵件至 civilrightscoordinator@lacare.org。



民權辦公室

— 加州醫療保健服務部 (California Department of Health Care Services)

您也可透過電話、書面方式或電子方式向加州醫療保健服務部的民權辦公室提出民權投訴：



電話方式

致電 **1.916.440.7370**。如果您有語言或聽力障礙，請致電 **711**（電信轉接服務）。



書面方式

填寫投訴申請表或寄信至：

Deputy Director,
民權辦公室
Department of Health Care Services
民權辦公室
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413

投訴申請表可在
dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx
取得。



電子方式

寄送電子郵件至：
civilrights@dhcs.ca.gov。

民權辦公室

— 美國衛生及公共服務部

如果您認為自己基於種族、膚色、出生地國籍、年齡、殘障或性別的理由遭到歧視，您也可透過電話、書面方式或電子方式向美國衛生及公共服務部的民權辦公室提出民權投訴：



電話方式

致電 **1.800.368.1019**。如果您有語言或聽力障礙，請致電 TTY/TDD **1.800.537.7697**。



書面方式

填寫投訴申請表或寄信至：

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

您可在 hhs.gov/ocr/office/file/index.html
找到投訴表。



電子方式

造訪民權辦公室投訴入口網站：
ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf。



語言 協助



English

ATTENTION: If you need help in your language call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1.888.839.9909 (TTY 711)**. These services are free of charge.

الشعار بالعربية (Arabic)

يرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريل والخط الكبير. اتصل بـ هذه الخدمات مجانية. **1.888.839.9909 (TTY 711)**

Հայերեն պիտակ (Armenian)

Ուշադրություն: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկապարտ Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ փոքրատպույտ ու ծառայություններ հաշվանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրաստիպակ ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

ប្លាស្ត្រូលជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នកត្រូវការជំនួយជាភាសាខ្មែរ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និងសេវាកម្មសម្រាប់ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រុំជុំ 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.

ह दि 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 javloux 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 ਫਾਓਂਟ 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.

