



Hướng Dẫn Dành Cho Hội Viên Mới Của Medi-Cal 2025

Mục LỤC

Thông Điệp từ L.A. Care.....	1
Tìm Hiểu về Chương Trình Medi-Cal Plan Của Quý Vị.....	2
Bắt Đầu Tham Gia Với Tư Cách Hội Viên.....	3
Những Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi.....	8
Chăm Sóc Nhân Khoa.....	10
Những Cách Khác để Nhận Chăm Sóc.....	11
Tìm Hiểu Về Các Lựa Chọn Chăm Sóc.....	12
Những Nguồn Trợ Giúp Hỗ Trợ Quý Vị.....	14
Những Nguồn Trợ Giúp Bổ Sung.....	16
Gia Hạn Medi-Cal	18
Hỗ Trợ Gia Hạn CRC.....	19
Cách Tiếp Cận Các Tài Liệu Dành Cho Hội Viên.....	20
Số Điện Thoại Quan Trọng và Cách Duy Trì Kết Nối.....	21
Thông Báo về việc Không Phân Biệt Đối Xử.....	22
Hỗ Trợ Ngôn Ngữ.....	24



Kính gửi Quý Hội Viên,

Chào mừng quý vị đến với chương trình L.A. Care Health Plan (L.A. Care). Sức khỏe của quý vị rất quan trọng đối với chúng tôi và chúng tôi luôn sẵn lòng giúp quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe cần thiết. Đây là Gói Chào Mừng Hội Viên Mới của quý vị, trong đó có thông tin giá trị về các quyền lợi trong chương trình chăm sóc sức khỏe của quý vị, tài liệu dành cho hội viên và các nguồn trợ giúp hữu ích chẳng hạn như:

- Hướng Dẫn Dành Cho Hội Viên Mới
- Cẩm Nang Hội Viên Chương Trình Medi-Cal
- Một bản in Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ
- Thẻ Ngôn Ngữ để trợ giúp yêu cầu dịch vụ thông dịch
- Nam châm với các số điện thoại quan trọng khi quý vị cần trợ giúp

Tại LA Care, chúng tôi cam kết hỗ trợ sức khỏe của quý vị không chỉ trong thời gian bệnh tật. Mục tiêu của chúng tôi là giúp quý vị có sức khỏe tốt và duy trì trạng thái khỏe mạnh.

Chúng tôi luôn sẵn lòng trợ giúp quý vị khi cần, cung cấp một loạt các dịch vụ để hỗ trợ các mục tiêu sức khỏe của quý vị, chẳng hạn như:

- Yêu cầu quý vị cung cấp thông tin về sức khỏe để giúp quý vị luôn khỏe mạnh
- Nhắc nhở quý vị đặt Lịch Hẹn Khám Sức Khỏe Ban Đầu với PCP của mình
- Cung cấp cho quý vị các lời khuyên về sức khỏe và chia sẻ thông tin về các chương trình để giúp quý vị quản lý sức khỏe của mình
- Cập nhật cho quý vị các thay đổi về quyền lợi

Nếu quý vị có điều gì thắc mắc hoặc có nhu cầu chăm sóc sức khỏe đặc biệt hoặc quý vị cần được thu xếp nhận dịch vụ, chúng tôi sẽ giúp quý vị. Vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ. Những số điện thoại này đều miễn phí.

Hãy gọi cho chúng tôi nếu quý vị cần thông tin trong tập tài liệu này bằng một ngôn ngữ hoặc định dạng (bản in cỡ chữ lớn hoặc dạng âm thanh) khác.

Một lần nữa, chào mừng quý vị đến với L.A. Care!

Trân trọng,
L.A. Care Health Plan

Tìm hiểu VỀ CHƯƠNG TRÌNH MEDI-CAL CỦA QUÝ VỊ!

Medi-Cal

- Medi-Cal là phiên bản chương trình chăm sóc sức khỏe Medicaid của California
- Medi-Cal cung cấp bảo hiểm dịch vụ chăm sóc sức khỏe miễn phí hoặc chi phí thấp cho cư dân California bất kể tình trạng nhập cư, có thu nhập hạn chế đáp ứng các tiêu chí về tính hội đủ điều kiện, bao gồm cả nguyên tắc và điều kiện về thu nhập.

Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal và L.A. Care Health Plan

- Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal là một hệ thống có tổ chức để giúp hội viên nhận được dịch vụ chăm sóc chất lượng cao và giữ gìn sức khỏe.

- Các chương trình chăm sóc sức khỏe của Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal giúp hội viên tìm các bác sĩ, nhà thuốc và các chương trình giáo dục sức khỏe.
- Các chương trình chăm sóc sức khỏe của Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal còn cung cấp dịch vụ điều phối chăm sóc, giới thiệu đến các bác sĩ chuyên khoa, dịch vụ y tá tư vấn qua điện thoại 24 giờ và hỗ trợ của Ban Dịch Vụ Hội Viên hoạt động 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần (kể cả ngày lễ).
- L.A. Care Health Plan là chương trình bảo hiểm Medi-Cal lớn nhất ở California chuyên cung cấp bảo hiểm dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho người thụ hưởng Medi-Cal cư trú ở Quận Los Angeles.
- Với L.A. Care Health Plan, quý vị sẽ nhận được trợ giúp cần thiết để tìm bác sĩ, nhà thuốc và các chương trình giáo dục sức khỏe phù hợp, hữu ích cho sức khỏe tổng quát của quý vị.

Bắt Đầu Tham Gia Với TƯ CÁCH HỘI VIÊN L.A. CARE

Đây Là Một Số Lời Khuyên Hữu Ích
Dành Cho Hội Viên Mới



LỜI KHUYẾN 1: Xem Lại Cẩm Nang Hội Viên của Quý Vị

Cẩm Nang Hội Viên là một bản tóm tắt các quy tắc và chính sách của L.A. Care và dựa trên hợp đồng giữa L.A. Care và Ban Dịch Vụ Sức Khỏe (Department of Health Care Services, DHCS). Cẩm Nang Hội Viên của quý vị có thông tin quan trọng về L.A. Care:

- Các quyền và trách nhiệm của quý vị
- Những số điện thoại quan trọng
- Các quyền lợi và dịch vụ được đài thọ
- Cách thay đổi bác sĩ gia đình (PCP)

Cẩm nang còn cho quý vị biết cách tiếp cận:

- Dịch vụ chăm sóc sức khỏe phòng ngừa, khẩn cấp và cấp cứu
- Dịch vụ chăm sóc sức khỏe chuyên khoa để chăm sóc định kỳ và phòng bệnh
- Trợ giúp ngôn ngữ và thông dịch viên
- Quyền lợi nhà thuốc và cách quý vị có thể nhận thuốc mình cần
- Dịch vụ chuyên chở y tế trong trường hợp không cấp cứu và chuyên chở phi y tế
- Chương trình kiểm soát bệnh tật và quản lý chăm sóc
- Đường Dây Y Tá Tư Vấn 24 Giờ

Tập tài liệu này gồm có một Cẩm Nang Hội Viên.

Quý vị cũng có thể tìm thấy Cẩm Nang Hội Viên bằng ngôn ngữ của mình tại lacare.org/members/handbook hoặc quý vị có thể yêu cầu bản in của Cẩm Nang Hội Viên bằng bất kỳ ngôn ngữ nào có sẵn bằng cách gọi đến Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)**.



LỜI KHUYẾN 2: Trang Mạng Tài Liệu Hội Viên

Xem lại các tài liệu quan trọng dành cho hội viên tại lacare.org/members/documents/Medi-Cal.

Tại đây, quý vị có thể tìm thấy những thông tin và nguồn trợ giúp quan trọng sau để giúp quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc cần thiết:

- Cẩm Nang Hội Viên Chương Trình Medi-Cal
- Hướng Dẫn Chào Mừng Hội Viên Mới
- Hướng Dẫn Hội Viên Hằng Năm
- Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ
- Thẻ ID Medi-Cal
- Medi-Cal Rx
- Thư và Sổ Tay của Chương Trình Medi-Cal dành cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên

Tài liệu dành cho hội viên Medi-Cal được cập nhật hàng năm và đăng lên trang mạng. Hằng năm, quý vị sẽ nhận được một bản cứng của Hướng Dẫn Gửi Thư Hằng Năm nhưng quý vị chỉ có thể truy cập cẩm nang hội viên ở dạng bản điện tử trực tuyến. Bản cứng của cẩm nang hội viên sẽ không được gửi qua đường bưu điện trừ khi có yêu cầu.

Quý vị cũng có thể truy cập các tài liệu và nguồn trợ giúp sau ở định dạng điện tử:

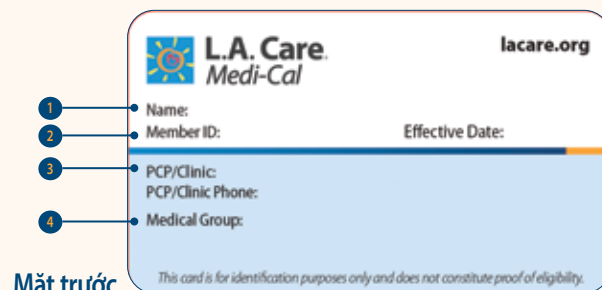
- Hỗ Trợ Cộng Đồng: lacare.org/members/community-supports
- Trang Gia Hạn Gói Hội Viên Medi-Cal: lacare.org/health-plans/Medi-Cal/renewals
- Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ: lacare.org/members/documents/Medi-Cal
- Danh Mục Thuốc Của Nhà Thuốc (thông qua Medi-Cal Rx): lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- Thư/Sổ Tay của Chương Trình Medi-Cal dành cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên: lacare.org/members/getting-care/routine-exams
- Tra Cứu Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi thông qua chương trình Carelon Behavioral Health plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider



LỜI KHUYÊN 3: Kiểm Tra Thẻ ID Hội Viên của Quý Vị

Thẻ ID hội viên của quý vị sẽ được gửi riêng cho quý vị qua đường bưu điện.

Thẻ ID của quý vị bao gồm thông tin sau:



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.

Mặt trước



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

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

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

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

Mặt sau

1. Tên chương trình bảo hiểm sức khỏe của quý vị:
L.A. Care Health Plan
2. Số ID hội viên của quý vị
3. **Bác Sĩ Gia Đình (PCP)** của quý vị
và số điện thoại của họ
4. **Nhóm Y Tế** của quý vị (nếu có)
5. Số điện thoại **Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care**,
các thông tin và số điện thoại quan trọng khác

Vui lòng luôn mang theo thẻ ID hội viên bên mình.
Luôn nhớ xuất trình thẻ ID hội viên của quý vị mỗi
khi quý vị nhận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

Nếu quý vị không có thẻ ID hội viên hoặc có thắc
mắc, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số
1-888-839-9909 (TTY 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày
trong tuần, kể cả ngày lễ.



LỜI KHUYÊN 4: Đặt Lịch Hẹn Khám Sức Khỏe Ban Đầu với Bác Sĩ Gia Đình (PCP) Sớm Nhất Có Thể

Bác Sĩ Gia Đình (PCP) là bác sĩ chính của quý vị và là người
đầu tiên quý vị cần gặp khi có vấn đề về sức khỏe. Bác sĩ
này đảm bảo rằng quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc
phù hợp, đúng nơi và đúng lúc.

Việc thăm khám định kỳ với PCP của quý vị đóng vai
trò quan trọng trong việc giúp quý vị giữ gìn sức khỏe.
Ngay cả khi quý vị không bị bệnh, chúng tôi yêu cầu tất
cả các hội viên mới đến gặp PCP của mình trong vòng
1 - 3 tháng đầu tiên kể từ khi gia nhập L.A. Care để tham
gia cuộc hẹn khám sức khỏe ban đầu (initial health
appointment, IHA).

Mục đích của IHA là giúp PCP làm quen với quý vị và tìm
hiểu về bệnh sử cũng như các nhu cầu chăm sóc sức
khỏe của quý vị.

Trong thời gian IHA, PCP của quý vị sẽ:

- Làm quen với quý vị và trao đổi về
sức khỏe của quý vị
- Tìm hiểu về tiền sử bệnh của quý vị
- Khám sức khỏe cho quý vị
- Cung cấp cho quý vị thông tin sức khỏe và
dịch vụ quý vị có thể cần
- Giúp quý vị hiểu nhu cầu sức khỏe của mình
- Hướng dẫn quý vị cách cải thiện sức khỏe của mình
hoặc giúp quý vị giữ gìn sức khỏe

Quý vị sẽ nhận được thư IHA qua đường bưu điện.
Quý vị cũng sẽ nhận được Mẫu Đơn Cung Cấp Thông
Tin Sức Khỏe (Health Information Form, HIF) qua
đường bưu điện. Đây là một cuộc khảo sát sức khỏe
ngắn với mười câu hỏi mà chúng tôi yêu cầu tất
cả hội viên mới hoàn thành.

Chúng tôi cũng sẽ sử dụng thông tin này để giúp quý
vị nhận được dịch vụ chăm sóc cần thiết.

Quý vị có thể nhận được cuộc gọi từ chúng tôi nhắc
nhở quý vị hoàn thành mẫu đơn này và đặt lịch hẹn
khám sức khỏe ban đầu.



LỜI KHUYÊN 5: Tìm Nhà Cung Cấp Dịch Vụ bằng Công Cụ “Find a Doctor or Hospital” (Tìm Bác Sĩ hoặc Bệnh Viện) Trực Tuyến Của Chúng Tôi

Xin lưu ý, quý vị có quyền thay đổi PCP của mình bất kỳ
lúc nào. Quý vị phải chọn một PCP nằm trong hệ thống
nhà cung cấp dịch vụ của L.A. Care và vẫn đang tiếp nhận
bệnh nhân mới.

Nếu quý vị chọn một PCP mới, thì họ sẽ trở thành PCP của
quý vị vào ngày đầu tiên của tháng tiếp theo sau khi quý
vị thực hiện thay đổi.

Nếu quý vị muốn thay đổi PCP của mình, quý vị có thể gọi
đến số **1-888-839-9909 (TTY 711)**, tạo tài khoản L.A. Care
Connect hoặc quý vị có thể sử dụng công cụ Find a
Doctor or Hospital trực tuyến tại lacare.org.



Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ

Khi sử dụng công cụ trực tuyến
này, hãy làm theo các bước sau:



1. Chọn **Medi-Cal**
2. Chọn trong số các tùy chọn sau:
**“Location, Provider Detail and/or
Coverage and Care Requirements” (Địa Điểm,
Chi Tiết Nhà Cung Cấp Dịch Vụ và/hoặc Các
Yêu Cầu về Chăm Sóc và Bảo Hiểm)**
3. Quý vị có thể tìm kiếm **Nhà Cung Cấp Dịch Vụ** bằng
một số bộ lọc bao gồm, nhưng không giới hạn ở:
 - **Location** (Địa Điểm)
 - **Facility Accessibility**
(Khả Năng Tiếp Cận Cơ Sở Vật Chất)
 - **Provider Detail** – gender
(Chi Tiết Nhà Cung Cấp Dịch Vụ - giới tính)
 - **Provider Name (Tên Nhà Cung Cấp Dịch Vụ)**
 - **Language** spoken by Provider
(Ngôn ngữ mà Nhà Cung Cấp Dịch Vụ dùng)
 - **Network** (Hệ Thống)
 - **Specialty** (Chuyên Khoa)
4. Chọn **“Find a Provider”** (Tìm Nhà Cung Cấp Dịch Vụ)

Quý vị cũng có thể tìm thấy bác sĩ PCP trong danh bạ nhà



LỜI KHUYẾN 6: Tìm Hiểu Về Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi Dành Cho Quý Vị Sức Khỏe Tâm Thần Của Quý Vị Rất Quan Trọng. Quý Vị Có Biết:

- ❖ **Cứ 5 người trưởng thành thì có 1 người** mắc chứng rối loạn lo âu vào thời điểm bất kỳ
- ❖ **8,8% người trưởng thành Hoa Kỳ** sống chung với trầm cảm nặng
- ❖ **60% thanh niên** bị trầm cảm nặng không nhận được sự chăm sóc cần thiết¹

Tận dụng Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi là một phần trong các quyền lợi của quý vị. Quyền lợi này bao gồm điều trị cả sức khỏe tâm thần lẫn rối loạn tâm thần do sử dụng chất gây nghiện, đảm bảo rằng quý vị có thể nhận được hỗ trợ mình cần đúng thời điểm.

L.A. Care cung cấp các dịch vụ này thông qua bác sĩ gia đình, Chuyên Gia Sức Khỏe Hành Vi từ công ty Carelon Behavioral Health, Ban Sức Khỏe Tâm Thần (Department of Mental Health, DMH) Quận Los Angeles và Ban Dịch Vụ Sức Khỏe Công Cộng (Department of Public Health, DPH) Quận Los Angeles.

Carelon Behavioral Health là nhà cung cấp của L.A. Care có hệ thống các nhà cung cấp dịch vụ chuyên cung cấp Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần Không Chuyên Khoa (Non-Specialty Mental Health Services, NSMHS) cho các hội viên L.A. Care Medi-Cal. Các dịch vụ này miễn phí cho quý vị.

Ngoài ra, các dịch vụ nêu trên không yêu cầu chấp thuận trước, giúp quý vị tiếp cận dịch vụ chăm sóc dễ dàng hơn.

Các Dịch Vụ NSMHS Bao Gồm:

- ❖ **Đánh giá và điều trị sức khỏe tâm thần**, bao gồm tâm lý trị liệu cá nhân, nhóm và gia đình.
- ❖ **Kiểm tra tâm lý** và tâm lý thần kinh, khi được chỉ định về mặt lâm sàng để đánh giá tình trạng sức khỏe tâm thần.
- ❖ **Dịch vụ** ngoại chẩn để theo dõi chương trình trị liệu bằng thuốc.
- ❖ **Tư vấn** về tình trạng tâm thần.
- ❖ **Phòng thí nghiệm ngoại chẩn**, thuốc, vật tư y tế và thuốc bổ.

Để tìm nhà cung cấp Carelon, quý vị có thể gọi số **1-877-344-2858 (TTY 1-800-735-2929)** hoặc sử dụng tính năng Tra Cứu Nhà Cung Cấp Trực Tuyến của họ bằng cách truy cập plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider.

Hội viên L.A. Care đang gặp vấn đề nghiêm trọng về sức khỏe tâm thần có thể được DMH trợ giúp nhận Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần Đặc Biệt (Specialty Mental Health Services, SMHS).

SMHS có thể bao gồm, nhưng không giới hạn ở trị liệu cá nhân và theo nhóm, hỗ trợ dùng thuốc, quản lý hồ sơ, can thiệp khủng hoảng, hỗ trợ lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, nằm viện và các dịch vụ phục hồi chức năng khác.

Để tiếp cận các dịch vụ này, quý vị hãy gọi số **1-800-854-7771**. Chỉ cần gọi điện là quý vị sẽ được trợ giúp.

¹ Mental Health America. (2024). *Dữ Liệu Tổng Quát về Sức Khỏe Tâm Thần*. mhnational.org/mentalhealthfacts. Truy cập ngày 9 tháng Mười, năm 2024.



LỜI KHUYẾN 7: L.A. Care Connect và My Health in Motion™ (cổng thông tin về chăm sóc sức khỏe và hội viên trực tuyến dành cho quý vị)

L.A. Care Connect

Để giúp quý vị dễ trải nghiệm hơn, quý vị có thể tạo một tài khoản hội viên L.A. Care Connect trực tuyến để biết thông tin và dịch vụ. L.A. Care Connect là cổng thông tin hội viên trực tuyến của quý vị.

- ❖ Tạo tài khoản trực tuyến bằng cách truy cập members.lacare.org hoặc bằng cách nhấp vào nút đăng nhập hội viên ở phía trên bên phải của trang đích lacare.org.
- ❖ Quý vị sẽ cần số ID hội viên và địa chỉ e-mail hợp lệ để tạo tài khoản (số ID hội viên của quý vị có trên thẻ ID hội viên của quý vị).
- ❖ Để xem **Hướng Dẫn Đăng Ký** từng bước một, vui lòng truy cập members.lacare.org.

Với tài khoản L.A. Care Connect, quý vị có thể:

- ❖ **In** hoặc **xem** thẻ ID hội viên của quý vị để sử dụng tại văn phòng bác sĩ hoặc nhà thuốc của quý vị
- ❖ **Xem** thông tin chăm sóc sức khỏe của quý vị, bao gồm tính hội đủ điều kiện
- ❖ **Yêu cầu** thay đổi PCP của quý vị
- ❖ **Trò chuyện** trực tiếp với y tá vào thời điểm thuận tiện cho quý vị
- ❖ **Truy Cập Các Dịch Vụ 24/7 Khác**: tìm một bác sĩ, tìm kiếm Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ hoặc liên lạc với chúng tôi - tất cả chỉ bằng một thao tác chạm vào nút
- ❖ **Kết nối với My Health in Motion™** để biết các chương trình đáp ứng với nhu cầu sức khỏe của quý vị

L.A. Care sẽ ra mắt một cổng thông tin hội viên cải tiến vào năm 2025 để giúp việc quản lý dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị dễ hơn bao giờ hết.

Hãy theo dõi thông tin cập nhật về các tính năng mới được thiết kế nhằm giúp quý vị tiếp cận một cách nhanh chóng và thuận tiện, chẳng hạn như:

- ❖ **Thay đổi** bác sĩ gia đình, y viện, hoặc nhóm y tế
- ❖ **Tiếp cận** các quyền lợi của chương trình bảo hiểm
- ❖ **Hoàn thành**, xem và cập nhật biểu mẫu Đánh Giá Rủi Ro Sức Khỏe
- ❖ **Xem** trạng thái chấp thuận gần như theo thời gian thực đối với các chấp thuận L.A. Care
- ❖ **Xem** và **cập nhật** thông tin nhân khẩu học

My Health in Motion™

Chịu trách nhiệm chăm sóc sức khỏe của quý vị và giúp quý vị khỏe mạnh nhất với cổng thông tin chăm sóc sức khỏe trực tuyến My Health In Motion™ (MyHIM) hoàn toàn mới.

Khám phá các tính năng sau tại trang mạng MyHIM hoàn toàn mới:

- ❖ **Mới Mẻ và Dễ Dàng**: Trải nghiệm giao diện mới với các tính năng thú vị và đơn giản.
- ❖ **Đánh Giá Sức Khỏe**: Làm một bài kiểm tra sức khỏe nhanh chóng và nhận báo cáo của riêng quý vị.

- ❖ **Hội Thảo Tương Tác**: Đi sâu vào các hội thảo sức khỏe trực tuyến hấp dẫn.
- ❖ **Kết Nối Thiết Bị**: Kết nối các công cụ theo dõi sức khỏe như Fitbit để có trải nghiệm liền mạch.
- ❖ **Huấn Luyện Viên Sức Khỏe Chuyên Gia**: Nhận trợ giúp từ chương trình huấn luyện sức khỏe của chúng tôi.
- ❖ **Thông Tin Trong Tầm Tay**: Khám phá một thư viện với nhiều thông tin về sức khỏe.

Truy cập MyHIM mọi lúc, mọi nơi - từ máy tính, điện thoại, Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng của L.A. Care và thậm chí cả Thư Viện Công Cộng.

Sẵn sàng bắt đầu:

1. Truy cập lacare.org và nhấp vào **"Member Sign In"** (Đăng Nhập với Tư Cách Hội Viên).
2. Nhấp vào tab **"My Health In Motion™"** và tạo hồ sơ của quý vị

Nếu quý vị cần trợ giúp, hãy gọi số **1-855-856-6943** để gặp huấn luyện viên sức khỏe của chúng tôi.



LỜI KHUYẾN 8: Hãy gọi đến Đường Dây Y Tá Tư Vấn nếu có thắc mắc liên quan đến sức khỏe

Quý vị có thể gọi đến Đường Dây Y Tá Tư Vấn để được hỗ trợ nếu có thắc mắc liên quan đến sức khỏe để quý vị có thể chăm sóc bản thân hoặc gia đình.

Các y tá sẽ sẵn lòng hỗ trợ quý vị miễn phí bằng ngôn ngữ của quý vị 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần.

Quý vị có thể kết nối với y tá trực tuyến thông qua tính năng trò chuyện trực tiếp, từ tài khoản hội viên trực tuyến L.A. Care Connect hoặc bằng cách gọi số **1-800-249-3619 (TTY 711)**.

Để tìm hiểu thêm về Đường Dây Y Tá Tư Vấn và các dịch vụ bổ sung có sẵn thông qua chương trình này, hãy truy cập

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



CHƯƠNG TRÌNH MEDI-CAL CỦA L.A. CARE

Những Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi

Quý vị có thể tìm thấy chi tiết khác về các quyền lợi của mình trong Cẩm Nang Hội Viên Medi-Cal trực tuyến tại: lacare.org/members/documents/Medi-Cal.

**Đây chỉ là bản tóm tắt.*

L.A. Care Health Plan cung cấp những quyền lợi sức khỏe toàn diện.

CÁC QUYỀN LỢI KHÁC MIỄN PHÍ DÀNH CHO QUÝ VỊ

Các Dịch Vụ Và Quyền Lợi Tổng Quát và Ngoại Chẩn

- Thăm Khám Bác Sĩ Gia Đình và Bác Sĩ Chuyên Khoa
- Phẫu Thuật Vết Trong Ngày
- Chăm Sóc Khẩn Cấp và Phòng Khám Nhỏ Lẻ
- Dịch Vụ Phòng Thí Nghiệm và X-Quang
- Tiêm Phòng Cúm và Các Loại Vắc-xin Được Khuyến Nghị Khác
- Xét Nghiệm và Chứng Ngừa COVID-19
- Chăm Sóc Sản Phụ và Trẻ Sơ Sinh
- Chăm Sóc Trong và Sau Khi Sinh
- Dịch Vụ Y Tá và Nữ Hộ Sinh

- Dịch Vụ Hộ Sinh
- Dịch Vụ Nhi Khoa (Khám Sàng Lọc, Chẩn Đoán và Điều Trị Sớm cũng như Định Kỳ)
- Điều Trị Bệnh Về Chân
- Chỉnh Hình
- Liệu Pháp Điều Trị
- Lọc Máu/Chạy Thận Nhân Tạo
- Đường Dây Y Tá Tư Vấn
- Dịch Vụ Y Tế Từ Xa
- Trị Liệu Gia Đình

Quyền Lợi Phòng Ngừa và Sức Khỏe

- Chương Trình *Health in Motion*™
- Chương Trình Kiểm Soát Bệnh Tật
- Dịch Vụ Ngưng Hút Thuốc
- Dịch Vụ Kế Hoạch Hóa Gia Đình
- Dịch Vụ Nhân Viên Y Tế Cộng Đồng

Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi

- Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Tâm Thần Ngoại Trú
- Chuyên Khoa Ngoại Chẩn và Nội Chẩn
- Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần
- Dịch Vụ Rối Loạn Sử Dụng Chất Gây Nghiện
- Ngoại Chẩn/Khám Sàng Lọc Lạm Dụng Rượu
- Thải Độc Nội Chẩn Tự Nguyên



Dịch Vụ Tại Bệnh Viện

- Dịch Vụ Nội Trú
- Dịch Vụ Phẫu Thuật
- Cấy Ghép Bộ Phận Cơ Thể và Mô
- Dịch Vụ Bác Sĩ Gây Mê



Dịch vụ cấp cứu

- Dịch Vụ Phòng Cấp Cứu
- Dịch Vụ Xe CỨU Thương



Quyền Lợi Nhà Thuốc

- Thuốc Theo Toa (thông qua Medi-Cal Rx: Medi-Calrx.dhcs.ca.gov)



Dịch Vụ Phục Hồi và Phát Triển Chức Năng

- Vật Lý Trị Liệu
- Trị Liệu Chức Năng Hoạt Động
- Thính Học
- Trị Liệu Âm Ngữ
- Khám Thính Giác
- Thiết Bị Y Tế Lâu Bền
- Châm Cứu
- Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Tại Nhà
- Chỉnh Hình/Phục Hình
- Vật Tư, Thiết Bị và Nguồn Tiếp Liệu Y Tế
- Cơ Sở Điều Dưỡng Chuyên Môn (Lên Đến 90 Ngày)
- Phục Hồi Chức Năng Phổi

** Các quyền lợi có thể được điều chỉnh. Vui lòng gọi đến Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số 1-888-839-9909 (TTY 711) 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ để biết thêm thông tin hoặc truy cập lacare.org. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể cần phải được phê duyệt đối với một số quyền lợi và dịch vụ.*



Các Dịch Vụ Khác

- Thị Lực/Đo Thị Lực
- Chăm Sóc Nha Khoa (thông qua Medi-Cal Dental, tên gọi cũ là Denti-Cal: dhcs.ca.gov/services)
- Chuyên Chở
 - Chuyên Chở Y Tế Trong Trường Hợp Không Cấp Cứu
 - Xe Chở Rác
 - Xe Chở Xe Lăn
 - Xe Cấp Cứu
 - Dịch Vụ Chuyên Chở Phi Y Tế
 - Phương tiện cá nhân hoặc công cộng cho người không có phương tiện di chuyển khác để đến cuộc hẹn thăm khám
- Dịch Vụ và Hỗ Trợ Dài Hạn
 - Cơ Sở Điều Dưỡng Chuyên Môn (Hơn 91 Ngày)
 - Dịch Vụ Tại Nhà và Cộng Đồng
- Hỗ Trợ Cộng Đồng
- Quản Lý Chăm Sóc Nâng Cao
- Y Học Đường Phố

Giữ Đôi Mắt Khỏe Mạnh VỚI CHĂM SÓC NHÃN KHOA VSP

Sức khỏe đôi mắt của quý vị là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi. Là hội viên Chăm Sóc Nhân Khoa, quý vị sẽ được tiếp cận dịch vụ chăm sóc từ các bác sĩ nhãn khoa tuyệt vời, kính mắt chất lượng, bao gồm mắt kính và gọng kính theo toa và dịch vụ chăm sóc mắt giá cả phải chăng, để quý vị có thể nhìn rõ và sống một cuộc sống lành mạnh.

KHÁM MẮT THƯỜNG XUYÊN LÀ VIỆC RẤT QUAN TRỌNG

Với VSP®, quý vị sẽ nhận được sự chăm sóc tuyệt vời từ bác sĩ trong hệ thống VSP, bao gồm WellVision Exam® - một bài kiểm tra được thiết kế để tìm các dấu hiệu của bệnh lý về mắt và tình trạng sức khỏe như bệnh tiểu đường và huyết áp cao.



**QUÝ VỊ CÓ
THẮC MẮC?**

Hoàn tất! Chúng tôi sẽ xử lý phần còn lại - quý vị không còn biểu mẫu xin bồi hoàn nào cần hoàn thành trước khi đến gặp Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Có Tham Gia VSP.

Vui lòng truy cập vsp.com hoặc gọi cho VSP theo số **1-800-877-7195 (TTY 711)**, Thứ Hai đến Thứ Bảy, 6 giờ sáng đến 5 giờ chiều, theo giờ PST (đóng cửa vào Chủ Nhật).

Dễ Dàng Sử Dụng Quyền Lợi VSP



Xem bảo hiểm của quý vị

Xem lại chi tiết phạm vi bảo hiểm được cá nhân hóa của quý vị và tìm một bác sĩ trong hệ thống bằng cách tạo tài khoản tại vsp.com sử dụng số ID của L.A. Care Health Plan (nằm trên thẻ của quý vị).



Xem bác sĩ trong hệ thống

Đăng nhập vào tài khoản của quý vị trên vsp.com để tìm một Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Có Tham Gia VSP cho Chương Trình Medi-Cal ở gần quý vị hoặc gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên VSP theo số **1-800-877-7195 (TTY 711)**, Thứ Hai đến Thứ Bảy, 6 giờ sáng đến 5 giờ chiều theo giờ PST (đóng cửa vào Chủ Nhật).



Tại cuộc hẹn của quý vị, hãy cho biết quý vị có VSP thông qua chương trình L.A. Care Health Plan. Xuất trình thẻ L.A. Care Health Plan của quý vị tại cuộc hẹn.



Những Cách Khác ĐỂ NHẬN CHĂM SÓC

Khi quý vị không thể liên lạc với PCP, cách dễ dàng để nhận dịch vụ chăm sóc là tiếp cận các đối tác của chúng tôi tại Teladoc and Minute Clinic.

CÁCH TRUY CẬP:



1

Thiết lập tài khoản của quý vị tại Teladoc.com. Quý vị sẽ cần số ID hội viên của mình.

2

Yêu cầu thăm khám trực tuyến thông qua trung tâm cuộc gọi Teladoc, trang hội viên hoặc ứng dụng di động bất cứ lúc nào.

3

Tiếp cận dịch vụ chăm sóc cần thiết ngay lập tức qua điện thoại hoặc video 24/7.



Để Biết Thêm Thông Tin:
lacare.org/teladoc

CÁCH TRUY CẬP:



1

Dùng danh mục nhà cung cấp dịch vụ trực tuyến của L.A. Care để tìm một y viện MinuteClinic gần quý vị.

2

Xem thời gian chờ và lập kế hoạch cho lần thăm khám của quý vị trên trang mạng của MinuteClinic.

3

Nhận dịch vụ chăm sóc tại chỗ tại y viện MinuteClinic. Quý vị sẽ cần thẻ ID Hội Viên và một loại ID.



Để Biết Thêm Thông Tin:
lacare.org/minuteclinic

Quý vị có thắc mắc?
Xin gọi cho L.A. Care theo số:
1-888-839-9909 (TTY 711)



Hiểu Các Lựa Chọn
Dịch Vụ Chăm Sóc

CỦA QUÝ VỊ

Loại Hình Chăm Sóc	Ví Dụ về Các Triệu Chứng và Dịch Vụ	Cách Truy Cập	Thời Gian Chờ Ước Tính
 Đường Dây Y Tá Tư Vấn Trao đổi với y tá chuyên nghiệp có giấy phép hành nghề 24/7.	- Lời khuyên để tự chăm sóc - Trả lời các thắc mắc về sức khỏe - Chọn nơi nhận dịch vụ chăm sóc	1-800-249-3619 (TTY 711)	Không mất thời gian chờ
 Chăm Sóc Chính Gọi cho Bác Sĩ Gia Đình của quý vị trước tiên khi quý vị cần được chăm sóc.	- Chăm sóc phòng ngừa - Các vấn đề sức khỏe đột ngột hoặc ngắn hạn - Bệnh trạng hoặc chứng bệnh dài hạn như tiểu đường	- Gọi PCP theo số điện thoại có trên thẻ ID của quý vị. - Truy cập Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Trực Tuyến của L.A. Care tại lacare.org	10 ngày làm việc trở xuống - Một số cuộc hẹn trong cùng ngày
 Chăm Sóc Trực Tuyến Tiếp cận các dịch vụ y tế từ xa và trao đổi với bác sĩ qua điện thoại hoặc trực tuyến.	- Cảm lạnh/cúm/sốt - Phát ban - Nhiễm trùng (da/mắt/tai/nhiễm trùng đường tiểu (Urinary Tract Infection, UTI) - Hô hấp (thở khó khè/ho) - Dạ dày (đau/nôn mửa/tiêu chảy) - Thương tích nhẹ	- Truy cập Teladoc™ (Yêu cầu Đăng Nhập/Đăng Ký) tại member.teladoc.com/lacare - Teladoc™: 1-469-643-2161	Vài phút đến vài giờ
 Chăm Sóc Cấp Cứu Chăm sóc trong phòng cấp cứu dành cho các bệnh trạng đe dọa đến tính mạng. Không sử dụng ER để chăm sóc thông thường hoặc bệnh nhẹ.	- Đau ngực - Thay đổi thị lực đột ngột - Yếu/khó nói - Suy nghĩ làm tổn thương bản thân hoặc bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào khác về sức khỏe tâm thần	Gọi 911 hoặc đến phòng cấp cứu tại bệnh viện gần nhất.	Thời gian chờ có thể khác nhau, tùy thuộc vào mức độ nghiêm trọng của bệnh trạng, số lượng bệnh nhân và phòng điều trị có sẵn.



Để biết thêm thông tin về chi phí và cách tiếp cận các dịch vụ này, vui lòng truy cập: lacare.org/members/getting-care hoặc gọi đến số trên mặt sau thẻ ID Hội Viên của quý vị. Nếu quý vị cần thêm sự trợ giúp, vui lòng liên lạc với Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

Loại Hình Chăm Sóc	Ví Dụ về Các Triệu Chứng và Dịch Vụ	Cách Truy Cập	Thời Gian Chờ Ước Tính
 Chăm Sóc Khẩn Cấp  Y Viện Nhỏ Lẻ Nằm trong một nhà thuốc bán lẻ và có nhân viên là chuyên viên điều dưỡng	- Cảm lạnh/cúm/sốt - Phát ban - Nhiễm trùng (da/mắt/tai/nhiễm trùng đường tiểu (Urinary Tract Infection, UTI) - Hô hấp (thở khó khè/ho) - Dạ dày (đau/nôn mửa/tiêu chảy) - Thương tích nhẹ	- Ghé thăm địa điểm CVS MinuteClinic - Truy cập Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Trực Tuyến Của L.A. Care để xem danh sách các y viện nhỏ lẻ.	- Vài phút đến vài giờ - Lên lịch thăm khám và kiểm tra trực tuyến thời gian chờ không có hẹn trước gần đúng
 Trung Tâm Chăm Sóc Khẩn Cấp Nhận dịch vụ chăm sóc trong cùng ngày từ bác sĩ, kể cả ngoài giờ và cuối tuần.		- Truy cập Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Trực Tuyến của L.A. Care tại lacare.org - Gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số 1-888-839-9909 (TTY 711).	Vài phút đến vài giờ
 Dịch Vụ Sức Khỏe Hành Vi Tiếp cận các nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe hành vi thông qua:	- Cảm giác tuyệt vọng hoặc choáng ngợp - Sự tức giận, lo âu, cấu kình bất thường cùng những thay đổi tâm trạng khác - Ngủ, thèm ăn, hoặc thay đổi mức năng lượng		
 Carelon Behavioral Health	- Đánh giá sức khỏe tâm thần ban đầu (không cần chấp thuận trước) - Liệu pháp cá nhân, nhóm hoặc gia đình - Kiểm tra tâm lý và tâm lý thần kinh - Sàng lọc và can thiệp ngắn - Các dịch vụ ngoại chẩn để theo dõi chương trình trị liệu bằng thuốc	Carelon Behavioral Health: 1-877-344-2858 TTY/TTD 1-800-735-929	
 Ban Sức Khỏe Tâm Thần Quận Los Angeles (DMH)	- Trị liệu cá nhân - Hỗ trợ dùng thuốc - Can thiệp và ổn định cơn khủng hoảng - Quản lý bệnh trạng theo mục tiêu - Điều trị ban ngày và phục hồi chức năng ban ngày - Điều trị nội trú - Chăm sóc sức khỏe tâm thần nội chẩn dành cho bệnh tâm thần cấp tính	Đường Dây Nóng Dịch Vụ Hỗ Trợ Người Sử Dụng Chất Gây Nghiện và DMH ACCESS: 1-800-854-7771	Chăm Sóc Không Khẩn Cấp: - Cuộc hẹn sức khỏe tâm thần - 10 ngày làm việc - Bác sĩ chăm sóc đặc biệt - 15 ngày làm việc
 Sở Y Tế Công Cộng (Department of Public Health, DPH) Quận L.A. Phòng Ngừa và Kiểm Soát Việc Lạm Dụng Chất Gây Nghiện. (Substance Abuse Prevention and Control, SAPC)	Điều trị tình trạng sử dụng chất gây nghiện chẳng hạn như dịch vụ nội chẩn và ngoại chẩn	Đường Dây Nóng Dịch Vụ Điều Trị Lạm Dụng Chất Gây Nghiện: 1-844-804-7500	



Bổ Sung HỖ TRỢ QUÝ VỊ



Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng

Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng (Community Resource Centers, CRC) của L.A. Care được vận hành trong khuôn khổ hợp tác với Blue Shield of California Promise Health Plan và cung cấp nhiều dịch vụ cũng như nguồn trợ giúp miễn phí liên quan đến sức khỏe thể chất và tinh thần phù hợp với các hội viên và cộng đồng.

Các dịch vụ được cung cấp bao gồm:

- ❖ Các lớp học về sức khỏe thể chất và tinh thần miễn phí cho người lớn và trẻ em và các lớp học hỗ trợ quản lý các tình trạng mạn tính
- ❖ WiFi miễn phí để sử dụng dịch vụ y tế từ xa
- ❖ Hỗ trợ ghi danh CalFresh
- ❖ Hỗ trợ ghi danh và gia hạn Medi-Cal
- ❖ Hỗ trợ dịch vụ xã hội
- ❖ Liên kết và giới thiệu đến các nguồn trợ giúp cộng đồng địa phương
- ❖ Kiểm tra sức khỏe, hỗ trợ thực phẩm và các sự kiện cộng đồng trong suốt cả năm

Quý vị có thể tìm hiểu về các quyền lợi Medi-Cal của mình bằng cách đăng ký tham gia buổi hướng dẫn hội viên mới tại CRC địa phương.



Hãy đến buổi
hướng dẫn hội viên
mới tại CRC và nhận
THẺ QUÀ TẶNG
TRỊ GIÁ \$10

Sau buổi hướng dẫn, quý vị sẽ có thể:

- ❖ Hiểu về quyền lợi của mình
- ❖ Yêu cầu thẻ ID
- ❖ Chọn hoặc thay đổi bác sĩ
- ❖ Tìm hiểu cách lấy thuốc theo toa của quý vị
- ❖ Hiểu về chăm sóc sức khỏe khẩn cấp
- ❖ Hiểu về quyền và trách nhiệm của quý vị

Hãy truy cập

communityresourcecenterla.org

để xem địa điểm/địa chỉ CRC, số điện thoại, giờ làm việc và lịch của các sự kiện.

Quý vị có thể lên lịch hẹn bằng cách truy cập communityresourcecenterla.org và sử dụng công cụ lên lịch trực tuyến hoặc bằng cách gọi đến số **1-877-287-6290 (TTY 711)**.

**TẤT CẢ CÁC DỊCH VỤ
CRC ĐỀU MIỄN PHÍ VÀ
CHÀO ĐÓN QUÝ VỊ
VÀ BẤT KỲ AI TRONG
CỘNG ĐỒNG.**



Dịch Vụ Giáo Dục Về Sức Khỏe

L.A. Care cung cấp các dịch vụ, chương trình và nguồn trợ giúp phòng ngừa bệnh tật và chăm sóc sức khỏe miễn phí như:

- ❖ Tư vấn qua điện thoại cá nhân với các chuyên gia dinh dưỡng/nhà giáo dục sức khỏe đã đăng ký
- ❖ Các cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe theo nhóm trong cộng đồng
- ❖ Hội thảo trực tuyến, chức năng trò chuyện và video thông qua My Health in Motion™ cổng thông tin sức khỏe và an vui của chúng tôi
- ❖ Giáo Dục Tự Quản Lý Bệnh Tiểu Đường (Diabetes Self-Management Education, DSME)
- ❖ Thực Phẩm Cũng Là Dược Phẩm (Meals As Medicine, MAM)
- ❖ Trị Liệu Dinh Dưỡng Y Khoa (Medical Nutrition Therapy, MNT)
- ❖ Dịch Vụ Hộ Sản và Chăm Sóc Sức Khỏe Mẹ Bầu và Thai Kỳ Khỏe Mạnh
- ❖ Ngưng Hút Thuốc Lá Không Khói
- ❖ Chăm Sóc và Phòng Ngừa Cúm và COVID
- ❖ Các chương trình hỗ trợ bệnh trạng đối với bệnh hen suyễn, COPD, tiểu đường và bệnh thận, thai kỳ có nguy cơ cao
- ❖ Tài liệu dễ đọc với nhiều chủ đề và ngôn ngữ khác nhau
- ❖ Thư Viện Tài Liệu Tham Khảo Dạng Âm Thanh về Giáo Dục Sức Khỏe (Health Education Audio Reference Library, HEAR)
- ❖ Đường Dây Y Tá Tư Vấn **1-800-249-3619 (TTY 711)**

Để tìm hiểu thêm, hãy gọi số **1-855-856-6943 (TTY 711)**, Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8:00 sáng đến 5:00 chiều hoặc truy cập lacare.org/healthy-living để xem tài liệu giáo dục sức khỏe dành cho hội viên.



Dịch Vụ Thông Dịch Viên Miễn Phí

- ❖ Quý vị có quyền được sử dụng thông dịch viên khi trao đổi với bác sĩ của mình
- ❖ L.A. Care cung cấp dịch vụ thông dịch viên miễn phí, bao gồm cả Ngôn Ngữ Ký Hiệu Hoa Kỳ
- ❖ Quý vị không cần nhờ thành viên gia đình hoặc bạn bè làm thông dịch viên, ngoại trừ trường hợp cấp cứu
- ❖ Để yêu cầu thông dịch viên, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)** muộn nhất là 10-15 ngày trước ngày thăm khám của quý vị

Vui lòng chuẩn bị sẵn những thông tin sau khi quý vị gọi điện:

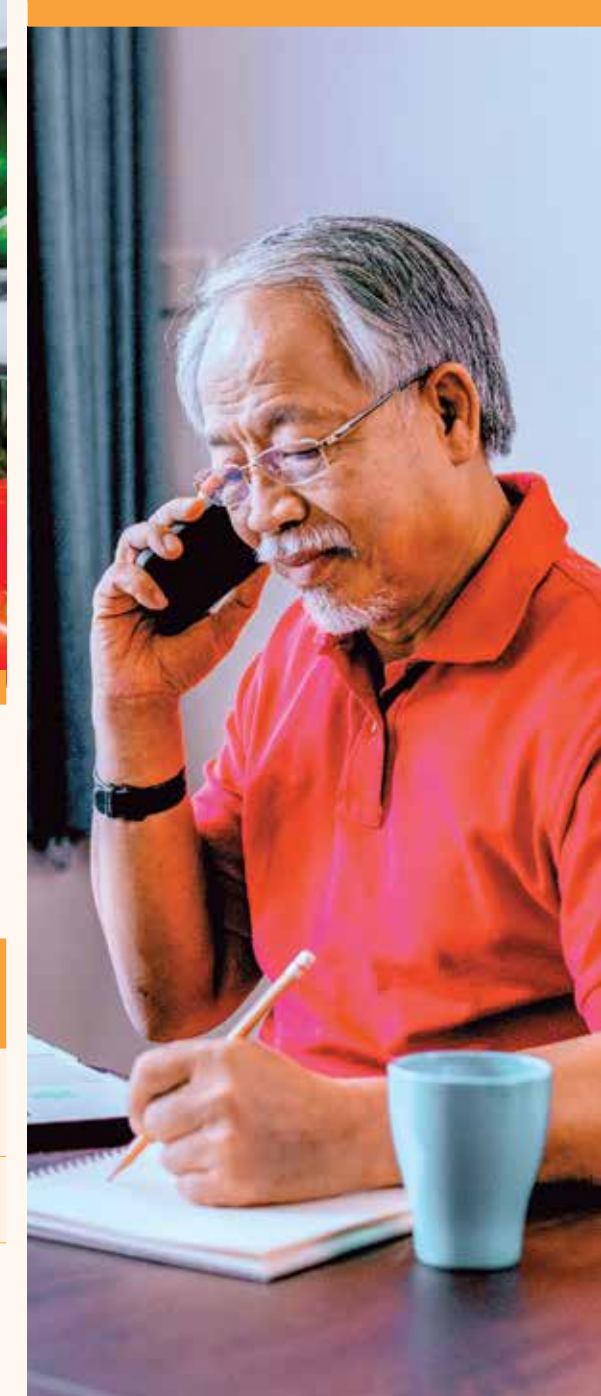
- ❖ Tên quý vị
 - ❖ Mã số thẻ ID hội viên L.A. Care
 - ❖ Ngày và giờ hẹn
 - ❖ Tên bác sĩ
 - ❖ Địa chỉ và số điện thoại của bác sĩ
- Nếu lịch hẹn của quý vị thay đổi hoặc bị hủy, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care sớm nhất có thể.



Để xem video hỗ trợ ngôn ngữ và tìm hiểu thêm về các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí, vui lòng truy cập lacare.org/members/interpretation-translation.



Những Nguồn Trợ Giúp BỔ SUNG



Medi-Cal Rx

Các Quyền Lợi Nhà Thuốc Medi-Cal được quản lý thông qua hệ thống cung cấp dịch vụ tính phí theo dịch vụ Medi-Cal Rx.

Truy cập trang mạng Medi-Cal Rx tại [Medi-Calrx.dhcs.ca.gov/home](https://www.Medi-Calrx.dhcs.ca.gov/home) hoặc gọi số **1-800-977-2273** (TTY 800-977-2273 và nhấn phím 7 hoặc 711) để:

- Nhận một bản sao của Danh Sách Thuốc Theo Hợp Đồng
- Tìm danh sách các nhà thuốc làm việc với Medi-Cal Rx trong Danh Mục Nhà Thuốc Medi-Cal Rx như CVS, Walgreens và Rite Aid



Chuyên Chở

Các quyền lợi của quý vị bao gồm chuyên chở Phi Y Tế (Walgreens và Rite Aid, NMT) và chuyên chở Trong Trường Hợp Không Cấp Cứu (Non-Emergency Medical transportation, NEMT) đến các cuộc hẹn y tế của quý vị hoặc khi nhận thuốc theo toa và vật tư y tế.

Để lên lịch sử dụng dịch vụ NMT hoặc NEMT, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ và chọn từ khóa 'transportation' (chuyên chở).



Liên Kết Cộng Đồng

- Liên Kết Cộng Đồng L.A. Care giúp các hội viên kết nối với các cơ quan cộng đồng để được hỗ trợ về nhà ở, thực phẩm, hóa đơn và hơn thế nữa.
- Truy cập communitylink.lacare.org để tìm kiếm các dịch vụ miễn phí hoặc giảm chi phí và thực hiện Khảo Sát Các Yếu Tố Xã Hội Ảnh Hưởng Đến Sức Khỏe.



Tìm Hiểu về CalFresh

CalFresh là chương trình hỗ trợ dinh dưỡng bổ sung của California cung cấp các quyền lợi thực phẩm hằng tháng để giúp cá nhân và gia đình có thu nhập thấp được sử dụng thực phẩm lành mạnh.

Nếu hội đủ điều kiện nhận CalFresh, quý vị có thể nhận các quyền lợi hằng tháng trên thẻ Chuyển Khoản Quyền Lợi Điện Tử (Electronic Benefit Transfer, EBT). Quý vị có thể dùng thẻ này để mua thực phẩm tại cửa hàng tạp hóa và hầu hết các chợ nông sản.

Tính hội đủ điều kiện nhận CalFresh được thiết lập dựa trên trên một số yếu tố như thu nhập, quy mô hộ gia đình, các yêu cầu công việc và tình trạng nhập cư. Những yếu tố này cũng quyết định số tiền quý vị nhận được mỗi tháng.

Nói chung, để hội đủ điều kiện nhận CalFresh, quý vị phải:

- là cư dân California và
- công dân Hoa Kỳ hoặc người nhập cư đủ điều kiện và
- có thu nhập hộ gia đình hằng năm dưới giới hạn thu nhập được trình bày trong bảng

Xin lưu ý rằng số tiền quyền lợi thực tế phụ thuộc vào hoàn cảnh cụ thể của từng hộ gia đình.

Bảng dưới đây chỉ được cung cấp nhằm mục đích hướng dẫn chung và cung cấp thông tin. *Số tiền trình bày trong bảng có hiệu lực từ [10/1/24 – 9/30/25]

Quy Mô Gia Đình	Quy Mô Gia Đình 1 Người	Quy Mô Gia Đình 2 Người	Quy Mô Gia Đình 3 Người	Quy Mô Gia Đình 4 Người	Quy Mô Gia Đình 5 Người	Quy Mô Gia Đình 6 Người	Quy Mô Gia Đình 7 Người
Giới Hạn Thu Nhập Gộp Hằng Tháng	\$2.510	\$3.408	\$4.304	\$5.200	\$6.098	\$6.994	\$7.890
Quyền Lợi Tối Đa Hằng Tháng	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1.158	\$1.390	\$1.536



Quý Vị Có Thể Đăng Ký CalFresh

Trực tuyến tại:

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



Qua điện thoại - gọi cho Đường Dây Cung Cấp Thông Tin CalFresh theo số **1-877-847-3663**



Trực tiếp tại Văn Phòng DPSS địa phương của quý vị

Trực tiếp tại CRC địa phương của quý vị

- Hỗ trợ ghi danh CalFresh từ Quỹ Sức Khỏe Quốc Gia (National Health Foundation, NHF) sẽ được cung cấp tại CRC của chúng tôi.
- Gọi cho CRC địa phương của quý vị để đặt lịch hẹn với Nhà Tài Trợ Sức Khỏe NHF.

Bắt đầu hành trình cải thiện dinh dưỡng ngay hôm nay!

Để tìm hiểu thêm thông tin về CalFresh, hãy truy cập: dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html

Báo Cáo và Giải Quyết Vấn Đề

Quý vị có quyền đệ đơn khiếu nại (than phiền) nếu gặp vấn đề hoặc không hài lòng với các dịch vụ quý vị nhận được từ L.A. Care hoặc nhà cung cấp dịch vụ.

Để tìm hiểu thêm về quy trình này, vui lòng tham khảo Chương 6 của cẩm nang hội viên.

GIA HẠN MEDI-CAL

Cứ 12 hàng tháng một lần, Sở Dịch Vụ Xã Hội Công Cộng Quận Los Angeles (DPSS) sẽ tiến hành xem xét thông tin của quý vị để xác định xem quý vị có còn hội đủ điều kiện nhận quyền lợi Medi-Cal hay không và được gia hạn ghi danh Medi-Cal sang năm sau.

Mặc dù một số hội viên có thể được gia hạn tự động, một vài người thụ hưởng Medi-Cal phải gia hạn tính hội đủ điều kiện hưởng Medi-Cal của họ bằng cách gửi lại thông tin được yêu cầu cho DPSS, đúng thời hạn hằng năm để duy trì bảo hiểm dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình.

Để tìm hiểu thêm về quy trình gia hạn Medi-Cal hằng năm, vui lòng truy cập lacare.org/Medi-Cal-renewals để biết thông tin và nguồn trợ giúp hữu ích.



Dưới Đây Là Một Số Thông Tin Liên Lạc Quan Trọng Của DPSS:

Trang mạng BenefitsCal: benefitscal.com Các Số Điện Thoại Trung Tâm Dịch Vụ Khách Hàng (CSC) DPSS

BenefitsCal là một trang mạng hỗ trợ cư dân California đăng ký và xem các quyền lợi trực tuyến của mình trên các ứng dụng CalWORKs, CalFresh, General Relief và Medi-Cal

Số điện thoại miễn phí: 866-613-3777

Số điện thoại tại địa phương
626-569-1399
310-258-7400
818-701-8200

CSC sẵn sàng hỗ trợ quý vị vào:

Thứ Hai - Thứ Sáu từ
7 giờ 30 sáng - 6 giờ 30 tối
Trừ các ngày lễ

Nếu quý vị có thắc mắc hoặc cần trợ giúp trong việc tiếp cận bảo hiểm Medi-Cal của mình, vui lòng liên lạc với DPSS theo số **1-866-613-3777** (TTY) **1-800-660-4026**, truy cập trang mạng benefitscal.com hoặc KeepMediCalCoverage.org để biết thêm thông tin.

Nhận Trợ Giúp Hoàn Thành

ĐƠN GHI DANH HOẶC GIA HẠN MEDI-CAL CỦA QUÝ VỊ

Tất cả các Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng (Community Resource Centers, CRC) đều cung cấp hỗ trợ trực tiếp về việc ghi danh và gia hạn Medi-Cal. Nếu quý vị cần trợ giúp hoàn thành đơn đăng ký hoặc gói gia hạn Medi-Cal, hãy gọi số 1-877-287-6290 (TTY 711) để sắp xếp cuộc hẹn với người hỗ trợ đăng ký có chứng nhận. Các CRC của L.A. Care luôn chào đón các hội viên của chúng tôi và công chúng nói chung.



Địa điểm	Địa chỉ	Số điện thoại
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

* Trung Tâm Lincoln Heights khai trương vào năm 2025.

Blue Shield of California Promise Health Plan và Blue Cross of California là các tổ chức độc lập, có hợp đồng với chương trình L.A. Care Health Plan để cung cấp dịch vụ Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal trong Quận Los Angeles.

Blue Shield of California Promise Health Plan là một tổ chức hoạt động độc lập được Blue Shield Association cấp phép.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập CommunityResourceCenterLA.org hoặc gọi số **1-877-287-6290 (TTY 711)**, Thứ Hai đến Thứ Sáu, 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

Quét mã QR để tìm trung tâm ở gần quý vị.



CÁCH TRUY CẬP

Tài Liệu dành cho Hội Viên
Medi-Cal của L.A. Care Health Plan

Tài liệu dành cho hội viên của L.A. Care Health Plan

(L.A. Care) cung cấp cho quý vị thông tin về các quyền lợi Medi-Cal của quý vị, các loại thuốc được đài thọ và các bác sĩ trong hệ thống.

Rất dễ dàng để xem hoặc in các tài liệu quan trọng dành cho hội viên như là Cẩm Nang Hội Viên Medi-Cal, Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ, Danh Mục Thuốc của Nhà Thuốc (Medi-Cal Rx) và sổ tay Chương Trình Medi-Cal dành cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên.

TÌM KIẾM

Lacare.org, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần

Để xem xét và in các tài liệu quan trọng của hội viên có sẵn ở định dạng điện tử, vui lòng truy cập trang mạng của L.A. Care qua các liên kết sau:

- ❖ Cẩm Nang Hội Viên Chương Trình Medi-Cal:

lacare.org/members/documents/Medi-Cal

- ❖ Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ:

lacare.org/members/documents/Medi-Cal

- ❖ Danh Mục Thuốc Của Nhà Thuốc (thông qua Medi-Cal Rx):

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

- ❖ Thu/Sổ Tay của Chương Trình Medi-Cal dành cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên

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

GHÉ THĂM L.A. Care

Trong giờ làm việc thông thường

Hãy đến một trong các Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng của L.A. Care/Blue Shield of California để được hỗ trợ lấy tài liệu dành cho hội viên, tiếp cận các quyền lợi Medi-Cal mới của quý vị hoặc giải đáp mọi thắc mắc của quý vị.

GỌI

1-888-839-9909 (TTY: 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ

Nhân viên của Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care có thể giúp giải đáp mọi thắc mắc của quý vị về cách truy cập Cẩm Nang Hội Viên, Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ và Danh Mục Thuốc của Nhà Thuốc (Medi-Cal Rx).

Để nhận thông tin này bằng ngôn ngữ khác hoặc định dạng khác, chẳng hạn như bản in cỡ chữ lớn, dạng âm thanh hoặc chữ nổi Braille, quý vị vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care theo số **1-888-839-9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

SỐ ĐIỆN THOẠI QUAN TRỌNG và DUY TRÌ CÁCH KẾT NỐI

- ❖ Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care
1-888-839-9909 (TTY 711)

- ❖ Đường Dây Y Tá Tư Vấn 24 giờ của
L.A. Care
1-800-249-3619 (TTY 711)

- ❖ Đường Dây Trợ Giúp Tuân Thủ Của
L.A. Care
1-800-400-4889

- ❖ Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng
L.A. Care/Blue Shield of California
1-877-287-6290

- ❖ Medi-Cal Rx
1-800-977-2273 (TTY 1-800-977-2273)
và nhấn phím **5** hoặc **711**

- ❖ Ban Sức Khỏe Tâm Thần Quận
Los Angeles
1-800-854-7771

- ❖ Phụ Cấp An Sinh Xã Hội (Supplemental
Social Income, SSI) của Sở An Sinh Xã Hội
1-800-772-1213

Dưới Đây Là Một Số Cách Để Duy Trì Kết Nối với L.A. Care

- ❖ Truy Cập Trang Mạng
Của Chúng Tôi
lacare.org

- ❖ Gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên
1-888-839-9909 (TTY: 711), 24 giờ một ngày, 7
ngày trong tuần, kể cả ngày lễ

- ❖ Đăng nhập vào L.A. Care Connect
members.lacare.org

- ❖ Theo Dõi Chúng Tôi trên Mạng Xã Hội

 Facebook
facebook.com/lacarehealth

 Instagram
instagram.com/lacarehealth

 Twitter
twitter.com/lacarehealth

 YouTube
youtube.com/user/lacarehealthplan

Thông Báo về KHÔNG PHÂN BIỆT ĐỐI XỬ

Phân Biệt Đối Xử là Trái Pháp Luật.

L.A. Care Health Plan tuân thủ các luật dân quyền của Tiểu Bang và Liên Bang. L.A. Care Health Plan không phân biệt đối xử trái pháp luật, loại trừ hay đối xử với mọi người khác biệt vì lý do giới tính, chủng tộc, màu da, tôn giáo, tổ tiên, quốc gia xuất xứ, nhận diện nhóm dân tộc, tuổi tác, tình trạng khuyết tật tâm thần, khuyết tật thể chất, tình trạng y tế, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân, giới tính, nhân dạng giới tính hay xu hướng giới tính. L.A. Care Health Plan cung cấp:

Phương tiện trợ giúp và dịch vụ miễn phí cho người khuyết tật để giúp họ giao tiếp hiệu quả hơn, chẳng hạn như:

- Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ trình độ chuyên môn
- Văn bản thông tin theo các hình thức khác (bản in cỡ chữ lớn, dạng âm thanh, định dạng điện tử để truy cập, định dạng khác)

Các dịch vụ ngôn ngữ miễn phí cho người có ngôn ngữ chính không phải là Tiếng Anh, như:

- Thông dịch viên đủ trình độ chuyên môn
- Thông tin được viết bằng các ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần những dịch vụ này, vui lòng liên lạc với L.A.Care Health Plan, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, bằng cách gọi đến số **1-888-839-9909**.

Nếu quý vị không thể nghe hoặc nói rõ, vui lòng gọi **TTY 711**. Theo yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp cho quý vị dưới dạng chữ nổi Braille, bản in cỡ chữ lớn, băng cát-sét âm thanh hoặc dạng điện tử.

Để nhận được một bản sao ở một trong các định dạng thay thế này, vui lòng gọi hoặc viết thư tới:

**L.A. Care Health Plan
Ban Dịch Vụ Hội Viên
1200 West 7th St., Los Angeles, CA 90017
1-888-839-9909 TTY: 711**

Cách Nộp Đơn Khiếu Nại Về Vấn Đề Dân Quyền

Nếu quý vị cho rằng L.A. Care Health Plan đã không cung cấp các dịch vụ này hoặc đã phân biệt đối xử trái pháp luật theo cách khác trên cơ sở giới tính, chủng tộc, màu da, tôn giáo, tổ tiên, quốc gia xuất xứ, nhận diện nhóm dân tộc, tuổi tác, tình trạng khuyết tật tâm thần, khuyết tật thể chất, tình trạng y tế, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân, giới tính, nhân dạng giới tính hay xu hướng giới tính, quý vị có thể đệ đơn khiếu nại lên Trưởng Ban Nhân Viên Tuân Hành của L.A. Care Health Plan.

Quý vị có thể nộp đơn khiếu nại về vấn đề dân quyền qua điện thoại, bằng văn bản, nộp trực tiếp hoặc qua phương tiện điện tử:

QUA ĐIỆN THOẠI

Liên lạc với Trưởng Ban Nhân Viên Tuân Hành L.A. Care Health Plan 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, bằng cách gọi đến số **1-888-839-9909**. Hoặc nếu quý vị không thể nghe hoặc nói rõ, vui lòng gọi **TTY 711**.

BẰNG THƯ:

Điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư và gửi về:

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

EMAIL

civilrightscoordinator@lacare.org

TRỰC TIẾP

Đến văn phòng của bác sĩ quý vị hoặc L.A. Care Health Plan và nói rằng quý vị muốn nộp đơn khiếu nại về vấn đề dân quyền.

BẰNG PHƯƠNG TIỆN ĐIỆN TỬ

Truy cập trang mạng của L.A.Care Health Plan tại www.lacare.org
lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form hoặc gửi email tới **civilrightscoordinator@lacare.org**.



Office of Civil Rights

— Ban Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe California

Quý vị cũng có thể nộp đơn khiếu nại về vấn đề dân quyền với Văn Phòng Dân Quyền thuộc Ban Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe California qua điện thoại, bằng thư hoặc bằng phương tiện điện tử:



QUA ĐIỆN THOẠI

Hãy gọi số **1-916-440-7370**. Nếu quý vị không thể nói hoặc nghe rõ, vui lòng gọi **711** (Dịch Vụ Tiếp Âm Viễn Thông).



BẰNG THƯ:

Quý vị hãy điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư gửi về:

**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**

Các mẫu đơn khiếu nại có sẵn tại:
dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx.



BẰNG PHƯƠNG TIỆN ĐIỆN TỬ

Gửi email đến địa chỉ:
civilrights@dhcs.ca.gov.

Office of Civil Rights

— U.S. Department of Health and Human Services

Nếu quý vị cho rằng mình đã bị phân biệt đối xử trên cơ sở chủng tộc, màu da, quốc gia xuất xứ, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc giới tính, quý vị cũng có thể gửi đơn khiếu nại về vấn đề dân quyền tới Văn Phòng Dân Quyền thuộc Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ (U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights) qua điện thoại, bằng thư hoặc bằng phương tiện điện tử:



QUA ĐIỆN THOẠI

Gọi số **1-800-368-1019**. Nếu quý vị không thể nói hoặc nghe rõ, vui lòng gọi TTY/TDD **1-800-537-7697**.



BẰNG THƯ:

Quý vị hãy điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư gửi về:

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

Mẫu đơn khiếu nại hiện có tại:
hhs.gov/ocr/office/file/index.html.



BẰNG PHƯƠNG TIỆN ĐIỆN TỬ

Truy cập Cổng Tiếp Nhận Khiếu Nại thuộc Văn Phòng Dân Quyền tại:
ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf

Hỗ Trợ NGÔN NGỮ



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، فاتصل بـ **1.888.839.9909 (TTY 711)** تتوفر أيضًا المساعدات (TTY 711) 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 հարկապարհ Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ փնտցներ ու ծառայություններ հաշվանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրաստիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

ស្ថាប័នជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នកត្រូវការជំនួយជាភាសាសម្តែង សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និងសេវាកម្មសម្រាប់ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ជួស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពធំ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ 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。

فارسی زبان به مطلب (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با **1.888.839.9909 (TTY 711)** تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

हिंदी टैगलाइन (Hindi)

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो **1.888.839.9909 (TTY 711)** पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे 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。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: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາບີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ໃຫ້ໂທຫາບີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mein (Mien)

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hlou mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Panjabi)

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਣੀ 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.

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

