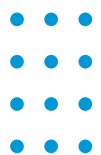




**L.A. Care.**  
*Medi-Cal*



**Hướng Dẫn Thường Niên về Medical dành cho Hội Viên**  
**2024**

# Mục Lục

Thông Điệp từ L.A. Care.....	<b>1</b>
Tìm Hiểu về Chương trình Medi-Cal của Quý Vị.....	<b>2</b>
Gia Hạn Medi-Cal.....	<b>6</b>
Giữ được bảo hiểm.....	<b>8</b>
Hỗ Trợ Gia Hạn CRC.....	<b>9</b>
Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi.....	<b>10</b>
Chăm Sóc Nhân Khoa.....	<b>12</b>
Biết Các Lựa Chọn Chăm Sóc Của Quý Vị.....	<b>13</b>
Phòng Ngừa + Chăm Sóc COVID-19, Cúm và Vi-rút Hợp Bào Hồ Hấp.....	<b>14</b>
Cách Truy Cập Tài Liệu Hội Viên.....	<b>16</b>
Thông Báo Không Phân Biệt Đối Xử.....	<b>17</b>
Hỗ Trợ Ngôn Ngữ.....	<b>20</b>







Kính gửi Quý Hội Viên L.A. Care,

L.A. Care Health Plan (**L.A. Care**) sẽ chia sẻ gói giới thiệu thông tin về quyền lợi Medi-Cal hàng năm này để giúp quý vị giữ gìn sức khỏe.

Thông tin này sẽ cung cấp cho quý vị cái nhìn tổng quan về Medi-Cal cũng như là các quyền lợi và dịch vụ của chương trình nhằm giúp quý vị tiếp cận các dịch vụ chăm sóc. Các dịch vụ này được cung cấp cho quý vị với chi phí thấp hoặc hoàn toàn miễn phí.

Xin nhắc lại, việc gia hạn Medi-Cal đã bắt đầu. Tất cả hội viên Medi-Cal đều được xem xét Medi-Cal một lần mỗi năm. Mỗi người có một ngày gia hạn khác nhau. Nếu quý vị nhận được gói gia hạn Medi-Cal từ Sở Dịch vụ Xã hội Công (DPSS) Quận Los Angeles, điều quan trọng là hoàn tất việc gia hạn của quý vị trước ngày đến hạn được in trên đơn. Nếu quý vị không làm điều này, quý vị có thể bị mất bảo hiểm Medi-Cal. Quý vị có thể gửi thông tin cho DPSS trực tuyến tại **benefitscal.com**, qua điện thoại theo số **1.866.613.3777**, qua đường bưu điện hoặc trực tiếp.

Để biết thêm thông tin về các quyền lợi và dịch vụ của L.A. Care và quyền lợi cũng như dịch vụ của Medi-Cal, vui lòng truy cập trang web của chúng tôi tại **lacare.org** hoặc gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần bao gồm các ngày lễ.

Trân trọng,  
L.A. Care Health Plan

## Tìm hiểu về Chương Trình Medi-Cal của quý vị



### Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal

#### Medi-Cal là gì?

- Medi-Cal (chương trình Medicaid của California) là một chương trình sức khỏe công cộng cung cấp bảo hiểm chăm sóc sức khỏe cho các cá nhân và gia đình có thu nhập thấp đáp ứng các yêu cầu về điều kiện hội đủ được xác định
- Medi-Cal cung cấp bảo hiểm y tế miễn phí và chi phí thấp cho những người đủ điều kiện sống ở California

#### Chương Trình Medi-Cal L.A. Care là gì?

- L.A. Care Medi-Cal cung cấp bảo hiểm chăm sóc sức khỏe cho người lớn, gia đình, người lớn tuổi và người khuyết tật đáp ứng các yêu cầu về thu nhập
- Những người được chăm sóc quản lý phải gặp các bác sĩ hợp tác trong chương trình bảo hiểm y tế của họ và nhóm y tế của họ (nếu có)

### Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal là gì?

- 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 gói chăm sóc sức khỏe của Chương Trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal giúp hội viên tìm kiếm bác sĩ, nhà thuốc và các chương trình giáo dục sức khỏe
- Các chương trình Quản Lý Chăm Sóc Medi-Cal cũng cung cấp dịch vụ điều phối chăm sóc, giới thiệu đến các bác sĩ chuyên khoa, dịch vụ điện thoại tư vấn y tá 24 giờ và hỗ trợ Dịch Vụ Hội Viên hoạt động 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần (kể cả ngày lễ)

### Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (PCP) của Quý Vị Là Ai?

- PCP là bác sĩ chính hoặc phòng khám chính của quý vị và là người hoặc nơi đầu tiên quý vị cần đến khi có vấn đề về sức khỏe
- PCP của quý vị đảm bảo rằng quý vị nhận được sự chăm sóc phù hợp tại đúng nơi đúng lúc
- Tất cả các hội viên mới nên gặp PCP của họ lần đầu trong vòng ba tháng kể từ khi tham gia L.A. Care để thực hiện cuộc hẹn khám sức khỏe ban đầu (IHA)

## Làm Thế Nào Để Thay Đổi PCP Của Quý Vị?

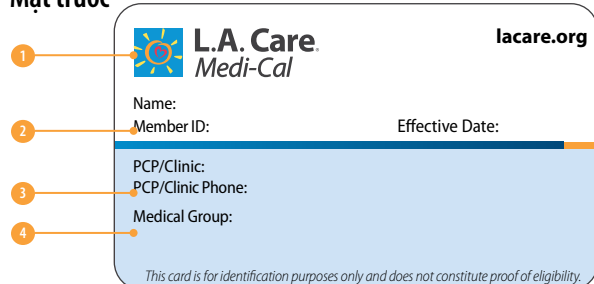
Quý vị có thể đổi PCP của mình bằng cách

- ☘ Gọi đến Ban Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ

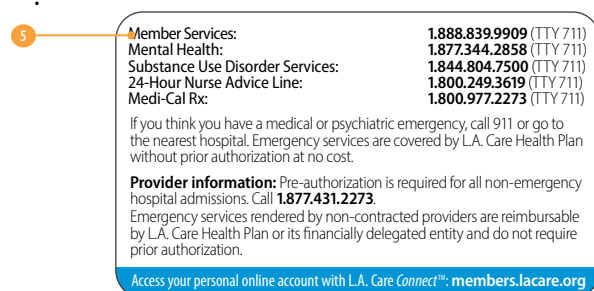
## Có gì trên Thẻ ID Hội Viên L.A. Care của quý vị?

1. Tên chương trình bảo hiểm sức khỏe của quý vị: L.A. Care
2. Số ID hội viên của quý vị
3. Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (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

### Mặt trước



### Mặt sau



## Chấp Thuận Trước là gì?

- ☘ PCP của quý vị có thể muốn giới thiệu quý vị cho một “bác sĩ chuyên khoa” hoặc kê một loại thuốc không được Medi-Cal đài thọ
- ☘ Bác sĩ chuyên khoa là chuyên gia về một bộ phận của cơ thể hoặc về một chứng bệnh hoặc dịch vụ
  - Ví dụ như bác sĩ tim mạch và bác sĩ phẫu thuật.
- ☘ Nếu quý vị cần dịch vụ hoặc chăm sóc chuyên biệt, PCP của quý vị cần yêu cầu sự chấp thuận trước khi quý vị đi Yêu cầu này được gọi là “chấp thuận trước”

## Nếu quý vị nhận được hóa đơn từ bác sĩ, trung tâm chăm sóc khẩn cấp, bệnh viện hoặc dịch vụ khác do L.A. Care cung cấp:

- ☘ Quý vị cần gọi đến Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care ngay lập tức theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ
- ☘ Các quyền lợi và dịch vụ Medi-Cal toàn diện sẽ được cung cấp miễn phí cho các hội viên
- ☘ Quý vị không cần phải trả tiền
- ☘ Quý vị có quyền nộp đơn than phiền hoặc khiếu nại

## Nếu quý vị chuyển đi hoặc cần cập nhật thông tin liên lạc, quý vị nên thực hiện một trong những điều sau đây:

- ☘ Gọi cho nhân viên phụ trách tình trạng hội đủ điều kiện của quận tại Sở Dịch Vụ Công Quận Los Angeles (DPSS) theo số **1.866.613.3777 | TTY 1.800.660.4026** thứ Hai đến thứ Sáu từ 7 giờ 30 sáng - 6 giờ 30 tối, (ngoại trừ ngày lễ)
- ☘ Tạo hoặc đăng nhập vào tài khoản BenefitsCal của quý vị tại **benefitscal.com** để cập nhật thông tin của quý vị
- ☘ Gọi đến Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ



## Trung Tâm Hỗ Trợ Cộng Đồng

- ☘ Trung Tâm nguồn lực Cộng Đồng của LA Care được vận hành trong khuôn khổ hợp tác với Blue Shield của California Promise Health Plan và cung cấp nhiều dịch vụ cũng như nguồn lực miễn phí phù hợp cho các hội viên và cộng đồng liên quan đến sức khỏe thể chất và tinh thần
- ☘ Các dịch vụ được cung cấp bao gồm:
  - Các lớp học sức khỏe và chăm sóc sức khỏe miễn phí cho người lớn và trẻ em và các lớp học để giúp quản lý các tình trạng mạn tính
  - WiFi Miễn phí để sử dụng dịch vụ y tế từ xa
  - Hỗ trợ ghi danh và gia hạn Medi-Cal
  - Hỗ trợ dịch vụ xã hội
  - Liên kết và giới thiệu đến các nguồn lực cộng đồng địa phương
  - Kiểm tra sức khỏe, hỗ trợ thực phẩm và các sự kiện cộng đồng trong suốt cả năm
- ☘ Tất cả các dịch vụ CRC đều MIỄN PHÍ và mở cửa cho quý vị và bất kỳ ai trong cộng đồng. Truy cập **[www.communityresourcecenterla.org](http://www.communityresourcecenterla.org)** để xem địa điểm/địa chỉ CRC, số điện thoại, giờ hoạt động và lịch của các sự kiện. Quý vị có thể lên lịch cuộc hẹn bằng cách truy cập **[www.communityresourcecenterla.org](http://www.communityresourcecenterla.org)** và sử dụng công cụ lập lịch trực tuyến hoặc bằng cách gọi điện **1.877.287.6290 (TTY 711)**.

## L.A. Care Connect

Là hội viên L.A. Care Medi-Cal, 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 của quý vị.

### Làm cách nào để quý vị đăng nhập vào tài khoản L.A. Care Connect?

Để bắt đầu, hãy tạo một tài khoản trực tuyến bằng cách làm theo các bước sau:

- 1) Truy cập **<https://members.lacare.org>**
- 2) Nhấp vào "Create an Account" (Tạo Tài Khoản) dưới nút Submit (Gửi)

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).

### Quý vị có thể làm gì với L.A. Care Connect?

- ☘ 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 mà bao gồm điều kiện hội đủ
- ☘ Trò chuyện trực tiếp với y tá vào thời điểm thuận tiện cho quý vị
- ☘ Kết nối với *My Health in Motion™* để biết các chương trình đáp ứng với nhu cầu sức khỏe của quý vị
- ☘ Các dịch vụ 24/7 khác: Tìm một bác sĩ, yêu cầu thay đổi bác sĩ của quý vị, tìm kiếm Danh Mục Nhà Cung Cấp hoặc liên hệ với chúng tôi - tất cả chỉ bằng một cú chạm vào một chiếc nút



# Dịch Vụ Giáo Dục Về Sức Khỏe

## L.A. Care cung cấp nhiều chương trình và nguồn lực giáo dục sức khỏe. Một số nguồn lực này bao gồm:

- ☘ Đường Dây Y Tá Tư Vấn (**1.800.249.3619 (TTY 711)**)
- ☘ Tư vấn qua điện thoại cá nhân với các chuyên gia dinh dưỡng hoặc nhà giáo dục sức khỏe đã đăng ký
- ☘ Các cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe 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 sức khỏe của chúng tôi
- ☘ Tự quản lý và phòng ngừa bệnh tiểu đường
- ☘ Liệu Pháp Dinh Dưỡng Y Tế cho các tình trạng được chọn
- ☘ Bữa Ăn Được Điều Chỉnh Theo Nhu Cầu Y Tế
- ☘ Đối Phó với Bệnh Cúm
- ☘ Chương trình đặc biệt cho mẹ và bé
- ☘ Giúp bỏ thuốc lá
- ☘ Các văn bản tài liệu dễ đọc bằng ngôn ngữ và định dạng quý vị muốn

Tất cả các dịch vụ giáo dục sức khỏe là miễn phí đối với quý vị. Để tìm hiểu thêm, vui lòng gọi **1.855.856.6943 (TTY 711)** thứ Hai đến thứ Sáu từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều hoặc truy cập [lacare.org/healthy-living/health-resources/healthy-living-prevention](https://www.lacare.org/healthy-living/health-resources/healthy-living-prevention)

## 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 trợ giúp về nhà ở, thực phẩm, hóa đơn và nhiều hỗ trợ khác
- ☘ Truy cập [communitylink.lacare.org](https://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 Về Sức Khỏe

## Dịch Vụ Thông Dịch Viên Miễn Phí

- ☘ Quý vị có quyền được sử dụng thông dịch viên khi nói chuyện với bác sĩ của mình
- ☘ L.A. Care cung cấp dịch vụ thông dịch viên miễn phí, bao gồm Ngôn Ngữ Ký Hiệu Hoa Kỳ
- ☘ Quý vị không cần nhờ người thân hoặc bạn bè tới làm thông dịch viên, ngoại trừ trường hợp cấp cứu
- ☘ Để yêu cầu một thông dịch viên, vui lòng gọi Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care 24 giờ một ngày, 7 ngày một, kể cả ngày lễ, theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** muộn nhất 10-15 ngày trước ngày thăm khám của quý vị

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

- Họ tên
- 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 Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care ngay khi có thể

## Gia Hạn Medi-Cal

Mỗi 12 hàng tháng, 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 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 quyền lợi Medi-Cal của họ đúng thời hạn hàng năm để giữ bảo hiểm chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Để tìm hiểu thêm về quy trình gia hạn Medi-Cal hàng năm, vui lòng truy cập [www.lacare.org/Medi-Cal-renewals](http://www.lacare.org/Medi-Cal-renewals) để biết thông tin và nguồn lực hữu ích.

Sau đây là các thông tin liên lạc quan trọng của DPSS để trợ giúp quý vị trong việc gia hạn:

### 1. Trang web BenefitsCal: **Benefitcal.com**

BenefitCal là một trang web giúp cho cư dân tại Quận LA đăng ký và xem các quyền lợi trực tuyến của mình trên các ứng dụng CalWORKs, CalFresh, General Relief, và Medi-Cal applications.

### 2. Các Số Điện Thoại Trung Tâm Dịch Vụ Khách Hàng (Customer Service Center, CSC) DPSS

<b>Số Điện Thoại Miễn Phí</b>	<b>1.866.613.3777</b>
<b>Số điện thoại tại địa phương</b>	<b>1.626.569.1399</b> <b>1.310.258.7400</b> <b>1.818.701.8200</b>
<b>Giờ Làm Việc</b>	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 về việc gia hạn Medi-Cal:

Liên hệ với nhân viên hỗ trợ Medi-Cal của quý vị tại văn phòng DPSS địa phương theo số **1.866.613.3777** | **TTY 1.800.660.4026** Thứ Hai – Thứ Sáu từ 7 giờ 30 sáng – 6 giờ 30 tối trừ các ngày lễ.





### Các Số Điện Thoại Quan Trọng

- ❖ 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 của L.A. Care/  
Blue Shield of California – **1.877.287.6290**
- ❖ Medi-Cal Rx theo số **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 Xã Hội Bổ Sung (SSI) của Sở An Sinh Xã Hội  
**1.800.772.1213**

### Giữ Kết Nối

Dưới đây là một số cách để giữ kết nối đến L.A. Care.

- ❖ Truy cập trang web của chúng tôi: **lacare.org**
- ❖ Hãy gọi đến Dịch Vụ Hội Viên: **1.888.839.9909 (TTY 711)**  
24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ
- ❖ Đăng nhập vào L.A. Care Connect:  
**https://members.lacare.org**

### Theo dõi chúng tôi trên Mạng Xã Hội



- ❖ Facebook: **facebook.com/LACareHealth**
- ❖ Twitter: **twitter.com/LACareHealth**
- ❖ Instagram: **instagram.com/lacarehealth**
- ❖ YouTube: **youtube.com/user/lacarehealthplan**

## Giữ cho bản thân và gia đình quý vị được bảo hiểm

Nếu quý vị có Medi-Cal, hãy đảm bảo  
quý vị gia hạn nó khi đến lúc



**Medi-Cal** bao trả các dịch vụ chăm sóc sức khỏe quan trọng cho quý vị và gia đình quý vị, bao gồm thăm khám bác sĩ, đơn thuốc, tiêm chủng, chăm sóc sức khỏe tâm thần, và nhiều dịch vụ khác.

### 1 Cập nhật thông tin liên lạc của quý vị

Báo cáo bất kỳ thay đổi mới nào về tên, địa chỉ, số điện thoại và địa chỉ email của quý vị để quận của quý vị có thể liên hệ với quý vị.

### 2 Kiểm tra thư của quý vị

Các quận sẽ gửi thư cho quý vị qua đường bưu điện về điều kiện hội đủ tham gia Medi-Cal của quý vị. Quý vị có thể cần phải hoàn thành mẫu gia hạn. Nếu quý vị được gửi mẫu gia hạn, hãy gửi thông tin của quý vị qua thư, điện thoại, trực tiếp hoặc trực tuyến tại **benefitscal.com**, để quý vị không bị mất bảo hiểm.

### 3 Tạo hoặc kiểm tra tài khoản trực tuyến BenefitsCal của quý vị

Quý vị có thể đăng ký để nhận thông báo về trường hợp của mình. Tạo hoặc đăng nhập vào tài khoản BenefitsCal của quý vị để nhận các thông báo này. Quý vị có thể gửi đơn gia hạn hoặc thông tin được yêu cầu tại **benefitscal.com**.

### 4 Hoàn thành mẫu gia hạn của quý vị (nếu quý vị nhận được một mẫu)

Nếu quý vị đã nhận được mẫu gia hạn, hãy gửi thông tin của quý vị qua thư, điện thoại, trực tiếp hoặc trực tuyến tại **benefitscal.com** để tránh việc không được bảo hiểm.



Để biết thêm chi tiết và cập nhật thông tin liên hệ của bạn, hãy truy cập **benefitscal.com**

hoặc

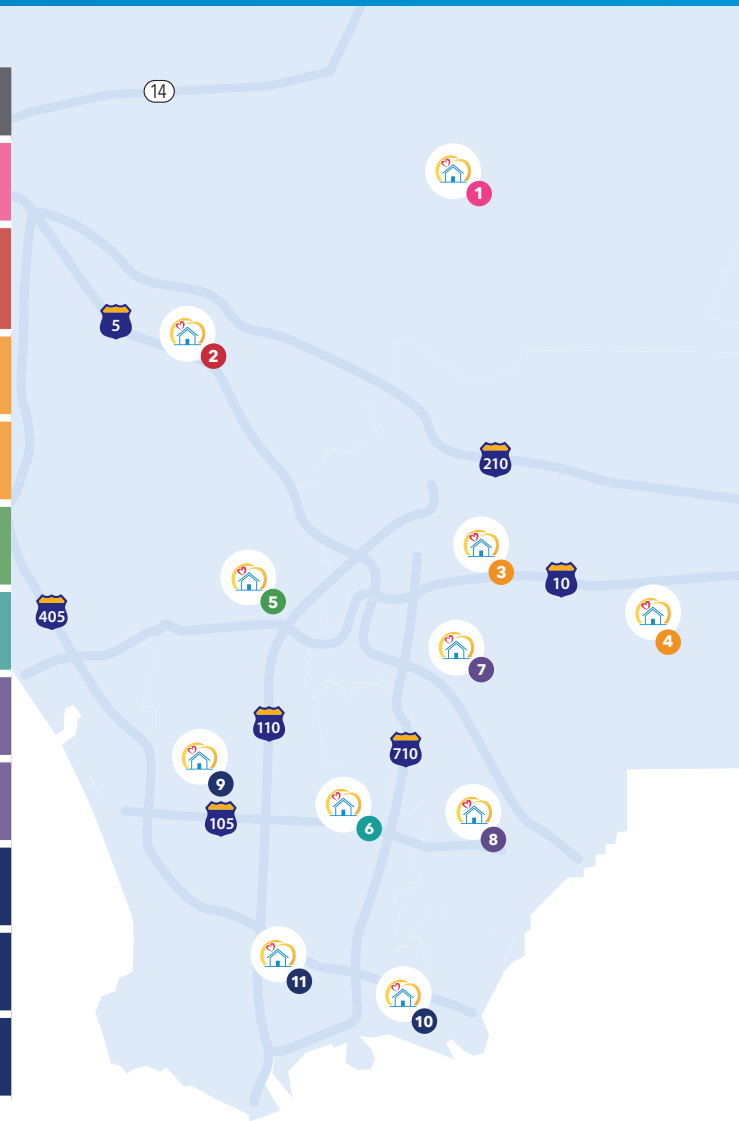
Sở Dịch Vụ Công (DPSS) Quận Los Angeles **1.866.613.3777 (TTY 1.800.660.4026)**

Thứ Hai–Thứ Sáu từ 7 giờ 30 sáng – 6 giờ 30 tối trừ các ngày lễ.

# Nhận Trợ Giúp Hoàn Thành Đơn Ghi Danh Hoặc Gia Hạn Medi-Cal Của Quý Vị

Tất cả các Trung Tâm Nguồn Trợ Giúp Cộng Đồng (CRC, Community Resource Centers) được liệt kê bên dưới sẽ cung cấp hỗ trợ 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 cho CRC được liệt kê bên dưới để sắp xếp cuộc hẹn với người hỗ trợ đăng ký. Các CRC của L.A. Care luôn chào đón các hội viên của chúng tôi và công chúng nói chung.

Địa Điểm CRC	Địa Chỉ Và Số Điện Thoại
<b>1. Palmdale</b>	2072 E. Palmdale Blvd, Palmdale, CA 93550 <b>1.213.438.5580</b>
<b>2. Panorama City</b> (Mở cửa vào tháng Một năm 2024)	7868 Van Nuys Blvd, Panorama City, CA 91402 <b>1.213.438.5497</b>
<b>3. El Monte</b>	3570 Santa Anita Avenue, El Monte, CA 91731 <b>1.213.428.1495</b>
<b>4. Pomona</b>	696 W. Holt Avenue, Pomona, CA 91768 <b>1.909.620.1661</b>
<b>5. Metro L.A.</b>	1233 S Western Avenue, Los Angeles, CA 90006 <b>1.213.428.1457</b>
<b>6. Lynwood</b>	3200 East Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262 <b>1.310.661.3000</b>
<b>7. East L.A.</b>	4801 Whittier Blvd, Los Angeles, CA 90022 <b>1.213.438.5570</b>
<b>8. Norwalk</b>	11721 Rosecrans Avenue, Norwalk, CA 90650 <b>1.562. 651.6060</b>
<b>9. Inglewood</b>	2864 W. Imperial Hwy, Inglewood, CA 90303 <b>1.310.330.3130</b>
<b>10. Long Beach</b>	5599 Atlantic Blvd, Long Beach, CA 90805 <b>1.562.265.3130</b>
<b>11. Wilmington</b>	911 North Avalon Blvd, Wilmington, CA 90744 <b>1.213.428.1490</b>



Để biết thêm thông tin, hãy truy cập [CommunityResourceCenterLA.org](http://CommunityResourceCenterLA.org) hoặc gọi **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.**

# Những Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi L.A. Care Medi-Cal

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

Thông tin chi tiết về các quyền lợi của quý vị có thể được tìm thấy trong Cẩm Nang Hội Viên Medi-Cal có sẵn trực tuyến tại [lacare.org](http://lacare.org).

**Nhiều Quyền Lợi Hơn. Hoàn Toàn Miễn Phí.**

*\*Đây chỉ là bản tóm tắt.*



## Các Dịch Vụ Và Quyền Lợi Chung và Xe Cứu Thương

- Thăm Khám Bác Sĩ Gia Đình và Bác Sĩ Chuyên Khoa
- Phẫu Thuật Về 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 Chủng 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 là 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
- Y Học Đường Phố



## Quyền Lợi Phòng Ngừa & 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
- 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 Trú và Nội Trú Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần
- Dịch Vụ Rối Loạn Sử Dụng Chất Gây Nghiện Ngoại Trú/Sàng Lọc Lạm Dụng Rượu
  - Thải Độc Nội Trú Tự Nguyện





### 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 & 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
- ⦿ Chăm 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 Dịch Vụ Khác

- ⦿ Thị Lực/Đo Thị Lực
- ⦿ Chuyên Chở
  - Vận Chuyển Y Tế Cấp Cứu
    - Xe Chở Rác
    - Xe Chở Xe Lăn
    - Xe Cấp Cứu
  - Phương Tiện 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
- ⦿ Chăm sóc Nha khoa (thông qua Nha khoa Medi-Cal, tên gọi cũ là Denti-Cal: **dhcs.ca.gov/services**)
- ⦿ Hỗ Trợ Cộng Đồng

*\*Các quyền lợi có thể được điều chỉnh. Vui lòng gọi Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày một 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 nhận phê duyệt để nhận một số quyền lợi và dịch vụ.*

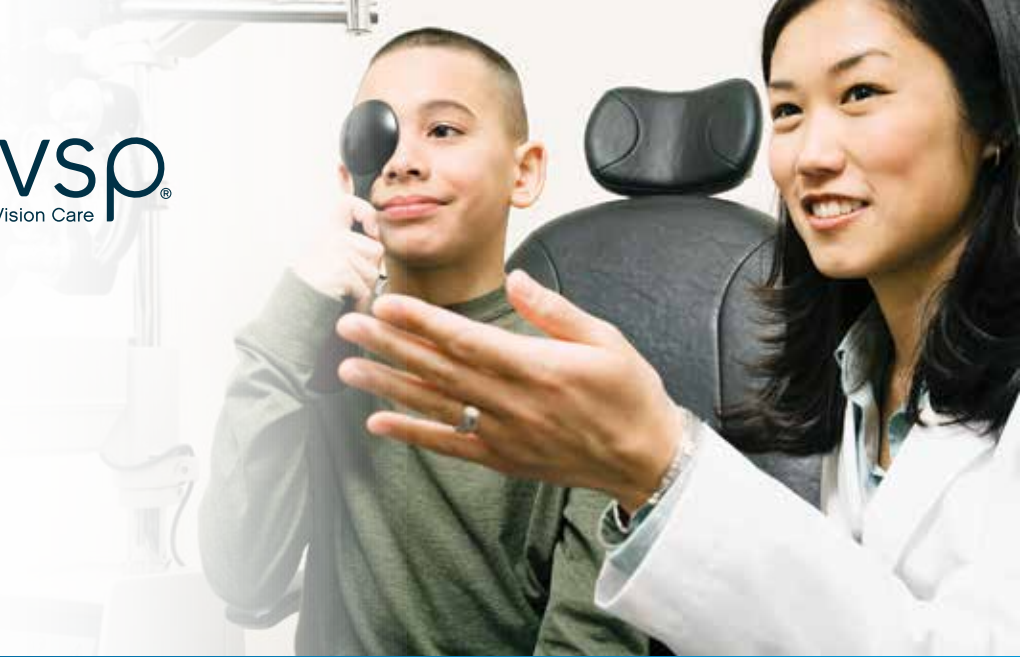


**L.A. Care**  
Medi-Cal

**VSP**  
Vision Care

## 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 Nhãn Khoa, quý vị sẽ được tiếp cận dịch vụ chăm sóc từ các bác sĩ mắt tuyệt vời, kính mắt chất lượng, bao gồm mắt kính và khung kính theo đơn thuốc 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 Kiểm Tra WellVision® — một bài kiểm tra được thiết kế để tìm các dấu hiệu của thị lực và tình trạng sức khỏe như bệnh tiểu đường và huyết áp cao.

### Sử Dụng Quyền Lợi VSP Của Quý Vị Thật Dễ Dàng



**Xem phạm vi 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 một tài khoản tại **vsp.com** sử dụng số ID của L.A. Care Health Plan (nằm trên thẻ của quý vị).



**Gặp 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 Medi-Cal ở gần quý vị hoặc gọi Ban Dịch Vụ Hội Viên VSP theo số **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)**, Thứ Hai đến Thứ Bảy, 6 giờ sáng đến 5 giờ chiều PST (đóng cửa vào Chủ Nhật).







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

**Hoàn tất!** Chúng tôi sẽ xử lý phần còn lại — quý vị không còn biểu mẫu nào cần hoàn thành trước khi ghé thăm Nhà Cung Cấp Tham Gia Chương Trình VSP.

**Quý vị có thắc mắc về dịch vụ?** Vui lòng truy cập **vsp.com** hoặc gọi VSP theo số **1.800.877.7195 (TTY 1.800.428.4833)**, Thứ Hai đến Thứ Bảy, 6 giờ sáng đến 5 giờ chiều, PST (đóng cửa vào Chủ Nhật).

# Tìm Hiểu Về Các Lựa Chọn Chăm Sóc

Loại Chăm Sóc	Loại Nhà Cung Cấp Dịch Vụ	Ví Dụ về Dịch Vụ	Thời Gian Chờ Ước Tính
 <b>Đường Dây Y Tá Tư Vấn</b>	<b>Y Tá Hành Nghề Được Cấp Phép</b> Trao đổi với y tá 24/7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lời khuyên để tự chăm sóc</li> <li>Trả lời các thắc mắc về sức khỏe</li> <li>Chọn nơi nhận dịch vụ chăm sóc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Không mất thời gian chờ</li> </ul>
 <b>Bác Sĩ Gia Đình</b>	<b>Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (PCP)</b> Gọi cho PCP của quý vị trước tiên khi quý vị cần được chăm sóc	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chăm sóc phòng ngừa</li> <li>Các vấn đề sức khỏe đột ngột hoặc ngắn hạn</li> <li>Bệnh trạng hoặc chứng bệnh dài hạn như tiểu đường</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 ngày làm việc trở xuống</li> <li>Một số cuộc hẹn trong cùng ngày</li> </ul>
 <b>Chăm Sóc Trực Tuyến</b>	<b>Dịch Vụ Y Tế Từ Xa</b> Trao đổi với bác sĩ qua điện thoại hoặc trực tuyến	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cảm lạnh/cúm/sốt</li> <li>Phát ban</li> <li>Nhiễm trùng (da/mắt/tai/nhiễm trùng đường tiểu (Urinary Tract Infection, UTI))</li> <li>Hô hấp (thở khò khè/ho)</li> <li>Dạ dày (đau/nôn mửa/tiêu chảy)</li> <li>Thương tích nhẹ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vài phút đến vài giờ</li> </ul>
 <b>Chăm Sóc Khẩn Cấp</b>	<b>Phòng Khám Bán Lẻ</b> Nằm trong một nhà thuốc bán lẻ và có nhân viên là bác sĩ điều dưỡng	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cảm lạnh/cúm/sốt</li> <li>Phát ban</li> <li>Nhiễm trùng (da/mắt/tai/nhiễm trùng đường tiểu (Urinary Tract Infection, UTI))</li> <li>Hô hấp (thở khò khè/ho)</li> <li>Dạ dày (đau/nôn/tiêu chảy)</li> <li>Thương tích nhẹ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vài phút đến vài giờ</li> <li>Lên lịch thăm khám và kiểm tra trực tuyến thời gian chờ không có hẹn trước gần đúng</li> </ul>
	<b>Trung Tâm Chăm Sóc Khẩn Cấp</b> Nhận dịch vụ chăm sóc trong cùng ngày từ bác sĩ, kể cả ngoài giờ và cuối tuần	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hô hấp (thở khò khè/ho)</li> <li>Dạ dày (đau/nôn/tiêu chảy)</li> <li>Thương tích nhẹ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vài phút đến vài giờ</li> </ul>
 <b>Chăm Sóc Cấp Cứu</b>	<b>Phòng Cấp cứu</b> Chăm sóc cho các bệnh trạng đe dọa đến tính mạng. Không sử dụng ER để chăm sóc thông thường hoặc bệnh nhẹ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Đau ngực</li> <li>Thay đổi thị lực đột ngột</li> <li>Yếu/khó nói</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Thời gian chờ phụ thuộc vào mức độ đau/ốm của quý vị</li> </ul>

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](https://lacare.org/members/getting-care) gọi đến số trên mặt sau Thẻ ID Hội Viên của quý vị.

Nếu quý vị cần thêm sự trợ giúp, vui lòng liên hệ Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ.

# Phòng ngừa + Chăm sóc COVID-19, Cúm và Virus Hợp Bào Hô Hấp (RSV)

## Bảo vệ bản thân và mọi người gần gũi với quý vị bằng vắc-xin!

COVID-19, cúm và RSV đều là những loại virus rất dễ lây lan. Những vi-rút này lây từ người sang người và có thể gây ra bệnh nghiêm trọng như nhiễm trùng phổi, COVID kéo dài, nhập viện và tử vong.

Tất cả các cơ quan y tế công cộng và L.A. Care khuyến cáo rằng tất cả những người đủ điều kiện nên tiêm vắc-xin và/hoặc liều tăng cường COVID-19, cúm và RSV.

- ❖ **Điều Kiện Hội Đủ:** Vắc-xin COVID-19 và cúm có sẵn cho tất cả mọi người từ sáu tháng tuổi trở lên. Vắc-xin RSV hiện có sẵn cho trẻ nhỏ và người lớn tuổi đủ điều kiện. Tiêm vắc-xin là một trong những cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và những người thân yêu của quý vị.
- ❖ **Truy Cập:** các mũi tiêm COVID-19 và cúm có sẵn tại hầu hết các nhà thuốc và văn phòng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị, hoặc truy cập [lacare.org/flu](https://lacare.org/flu) để tìm các mũi tiêm phòng cúm miễn phí tại cộng đồng. Vắc-xin RSV chủ yếu có sẵn cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ, vì vậy quý vị sẽ cần kiểm tra với nhà cung cấp của mình để xem liệu vắc-xin RSV có sẵn hay không và quý vị có đủ điều kiện hay không. Đối với người lớn tuổi, cần có sự chấp thuận trước đối với vắc-xin RSV.
- ❖ **Chi Phí:** Hội viên L.A. Care Medi-Cal đủ điều kiện không mất phí để nhận vắc-xin hoặc thuốc điều trị COVID-19, Cúm và RSV.
- ❖ **Tác Dụng Phụ:** Vắc-xin không lây nhiễm vi-rút cho quý vị. Các tác dụng phụ thường gặp của các loại vắc-xin này trong các thử nghiệm lâm sàng bao gồm đau tại chỗ tiêm, mệt mỏi, nhức đầu, đau cơ và khớp, ớn lạnh và sốt nhẹ. Các tác dụng phụ thường nhẹ và biến mất sau một hoặc hai ngày, trong khi lợi ích của vắc-xin vẫn còn.





## Luôn Được Bảo Vệ!

- Che miệng khi ho và hắt hơi bằng khăn giấy hoặc ho và hắt hơi vào khuỷu tay của quý vị
- Rửa tay của quý vị thường xuyên và bằng xà phòng
- Ở nhà không đi làm hoặc đi học khi bị bệnh và cho đến khi các triệu chứng được cải thiện
- Đeo khẩu trang nếu cần

## Được Điều Trị

Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc bị cúm, quý vị có thể yêu cầu nhà cung cấp của quý vị kê đơn thuốc để điều trị các bệnh này. Những loại thuốc này có thể hạn chế thời gian và mức độ nghiêm trọng của bệnh và giảm nguy cơ tiềm ẩn mắc bệnh nặng.

## Quý vị có thắc mắc về COVID-19, Cúm hoặc RSV?

Nếu quý vị có thắc mắc về các loại vắc-xin này hoặc nếu bạn muốn tìm hiểu thêm về các loại thuốc có sẵn, vui lòng nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị hoặc truy cập [lacare.org/vaccine](http://lacare.org/vaccine).

Để biết thêm thông tin về RSV, vui lòng truy cập <http://publichealth.lacounty.gov/acd/diseases/RSV.html>

## Nhận mũi tiêm ngừa COVID-19 và cúm MIỄN PHÍ ngay hôm nay!



Liên hệ với Bác sĩ Chăm sóc Chính (PCP, Primary Care Physician) của quý vị để sắp xếp một cuộc hẹn. Quý vị cũng có thể đi tới một nhà thuốc tại địa phương. Không có lịch hẹn! Hãy xuất trình thẻ ID L.A. Care của quý vị và nhận mũi tiêm phòng cúm miễn phí. Nếu quý vị cần bất kỳ hỗ trợ nào khác, hãy liên hệ với ban Dịch vụ Hội Viên của chúng tôi theo số **1.888.839.9909 (TTY 711 -)**.

## Cách Truy Cập

Tài Liệu dành cho Hội Viên của  
L.A. Care's Medi-Cal



**L.A. Care Health Plan** 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 làm việc với L.A. Care. Rất dễ dàng để xem hoặc in các tài liệu quan trọng dành cho thành viên như là Cẩm Nang Hội Viên Medi-Cal, Danh Mục Nhà Cung Cấp, Danh Mục Thuốc của Nhà Thuốc (Medi-Cal Rx) và sổ tay Medi-Cal cho Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên.



**Tim kiếm**

**lacare.org** | 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần

Để xem và in các Tài Liệu Hội Viên Medi-Cal, quý vị có thể truy cập thể truy cập trang web của L.A. Care và nhấn vào liên kết Member Materials (Medi-Cal) (Tài Liệu Hội Viên [Medi-Cal]):

**<https://www.lacare.org/members/documents/Medi-Cal>**



**Ghé thăm  
L.A. Care**

**Trong giờ làm việc thông thường**

Hãy đến một trong các Trung Tâm Nguồn Lực Cộng Đồng của L.A. Care/Blue Shield of California để được hỗ trợ lấy bản in Tài Liệu Hội Viên hoặc yêu cầu đại diện dịch vụ khách hàng trả lời các câu hỏi của quý vị về cách tiếp cận các quyền lợi Medi-Cal của quý vị.



**Xin gọi**

**1.888.839.9909 (TTY 711)**

**24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ**

Một 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 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 chữ in khổ lớn, dạng âm thanh, hoặc chữ nổi Braille, quý vị vui lòng gọi cho Dịch Vụ Hội Viên L.A. Care theo số **1.888.839.9909 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, kể cả ngày lễ.

# 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, kỳ thị mọi người hay đối xử khác với họ 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, như:
  - ✓ Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ trình độ chuyên môn
  - ✓ Văn bản thông tin theo các hình thức khác (chữ in khổ lớn, băng đĩa thu âm, các hình thức điện tử dễ tiếp cận, các hình thức 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 nhau

Nếu quý vị cần những dịch vụ này, vui lòng liên lạc với L.A. Care Health Plan, 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày một 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, chữ in khổ 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**  
**1055 West 7th Street, 10th Floor**  
**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 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 nộp đơn khiếu nại với Trưởng Ban Tuân Thủ Dân Quyền 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 dưới dạng điện tử:

- **Qua điện thoại:** Liên hệ với Trưởng Ban Tuân Thủ L.A. Care Health Plan 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày một 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 văn bản:** Vui lòng điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư và gửi về:

**L.A. Care Health Plan**  
**Trưởng Ban Tuân Thủ**  
**1055 West 7th Street, 10th Floor**  
**Los Angeles, CA 90017**

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

- **Nộp 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 web của L.A. Care Health Plan tại [www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form](http://www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form) hoặc gửi email tới [civilrightscoordinator@lacare.org](mailto:civilrightscoordinator@lacare.org).



## OFFICE OF CIVIL RIGHTS

### – CALIFORNIA DEPARTMENT OF HEALTH CARE SERVICES

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:** 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 văn bản:** Điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc gửi thư đến:

**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**

Đơn khiếu nại được cung cấp tại  
[http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx).

- **Bằng phương tiện điện tử:** Gửi email đến địa chỉ [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov).

## OFFICE OF CIVIL RIGHTS - U.S BỘ Y TẾ VÀ DỊCH VỤ NHÂN SINH

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 văn bản:** Điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc gửi thư đến:

**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 <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- **Bằng phương tiện điện tử:** Truy cập Cổng Thông Tin Khiếu Nại của Văn Phòng Dân Quyền tại <http://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.

### 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.

### Arabic

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

### Armenian

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

### Cambodian

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬ ឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រ័ង ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

## Chinese

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如文盲和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1.888.839.9909 (TTY 711)**。这些服务都是免费的。

## Farsi

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

## 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 निः शुल्क हैं।

## 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.

## 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。



### 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.

### Laotian

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນ ອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ **1.888.839.9909** (TTY 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

### Mien

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiex longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux **1.888.839.9909** (TTY 711). Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hlou mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc 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.

### 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।

### 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.



## 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 serbisyong ito.

## 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

## 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.

## 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**<sup>®</sup>  
*Medi-Cal*



 1.888.839.9909 | TTY 711  [lacare.org](https://www.lacare.org)