



L.A. Care
Medi-Cal



2025 Medi-Cal նոր անդամի ուղեցույց

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

- Հաղորդագրություն L.A. Care-ից..... 1
- Տեղեկացեք ձեր Medi-Cal ծրագրի մասին..... 2
- Անդամի կարգավիճակով աշխատանքի սկիզբը..... 3
- Նպաստների հիմնական դրույթներ..... 8
- Տեսողական խնամք..... 10
- Խնամք ստանալու լրացուցիչ եղանակներ..... 11
- Իմացեք ձեր բուժման տարբերակները..... 12
- Ձեզ հասանելի ռեսուրսներ..... 14
- Լրացուցիչ աղբյուրներ..... 16
- Medi-Cal-ի երկարացում..... 18
- CRC-ի վերականգնման օժանդակություն..... 19
- Ինչպես օգտվել անդամների նյութերից..... 20
- Կարևոր թվեր և կոնտակտային տվյալներ..... 21
- Խտրականության բացառման ծանուցագիր..... 22
- Լեզվական աջակցություն..... 24



Հարգելի անդամ,

Բարի գալուստ L.A. Care Health Plan (L.A. Care): Ձեր առողջությունը կարևոր է մեզ համար, և մենք պատրաստ ենք ձեզ օգնելու ստանալ այն առողջապահական խնամքը, որն անհրաժեշտ է: Սա ձեր նոր անդամի ողջունի փաթեթն է, որը ներառում է կարևոր տեղեկություններ ձեր ծրագրի նպաստների մասին, անդամի նյութերը և օգտակար նյութեր, օրինակ՝

- Նոր անդամի ուղեցույց
- Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրք
- Մատակարարների հասցեագրքի տպագիր օրինակը
- Լեզվական քարտ՝ թարգմանչի ծառայությունները հայցելու համար
- Մագնիս՝ կարեւոր հեռախոսահամարներով, որոնք կարող են ձեզ պետք գալ, երբ օգնության կարիք ունենաք

L.A. Care-ում մենք պարտավորվում ենք աջակցել ձեր առողջությանը ոչ միայն հիվանդության ժամանակ: Մեր նպատակն է օգնել ձեզ հասնել լավագույն առողջական վիճակի և պահպանել այն:

Մենք ձեր կողքին ենք, երբ դուք ունեք դրա կարիքը, և առաջարկում ենք մի շարք ծառայություններ, որոնք թույլ են տալիս հասնել ձեր առողջապահական նպատակներին, օրինակ՝

- Խնդրելով ձեզանից ձեր առողջության վերաբերյալ տեղեկությունները, որպեսզի պահպանենք ձեր առողջությունը
- Հիշեցնելով, որ պետք է պլանավորեք ձեր առողջության նախնական ժամադրությունը ձեր Առաջնային խնամքի մատակարարի հետ
- Տրամադրելով ձեզ առողջապահական խորհուրդներ և տեղեկություններ ծրագրերի մասին, որոնք կօգնեն ձեզ կառավարել ձեր առողջությունը
- Ծանուցելով ձեր նպաստների հետ կապված փոփոխությունների մասին


Եթե ունեք հարցեր, հատուկ առողջապահական կարիքներ կամ օգնության կարիք ունեք ծառայությունների կազմակերպման հարցում, մենք կօգնենք ձեզ: Զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը: Այս հեռախոսազանգերն անվճար են:

Զանգահարեք մեզ, եթե այս փաթեթի տեղեկությունը ձեզ անհրաժեշտ է այլ լեզվով, կամ այլ ձևաչափով (խոշոր տառերով կամ ձայնագրված):

Եվ կրկին, բարի գալուստ L.A. Care:

Հարգանքներով,
L.A. Care Health Plan



Տեղեկատվություն 

ՁԵՐ MEDI-CAL ԾՐԱԳՐԻ ՄԱՍԻՆ

Medi-Cal

- Medi-Cal-ը Medicaid առողջապահական խնամքի ծրագրի Կալիֆորնիայի տարբերակն է:
- Medi-Cal-ը անվճար կամ ցածր գնով առողջական խնամքի ապահովագրություն է տրամադրում սահմանափակ եկամուտով Կալիֆորնիայի բնակիչներին՝ անկախ ներգաղթի կարգավիճակից, ովքեր համապատասխանում են իրավասության չափանիշներին, ներառյալ եկամտի ուղեցույցները:

Medi-Cal-ի կառավարվող խնամք և L.A. Care Health Plan

- Medi-Cal կառավարվող խնամքը կազմակերպված համակարգ է, որը նախատեսված է անդամների բարձրորակ խնամքն ապահովելու և առողջ մնալու համար:

- Medi-Cal կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերն օգնում են անդամներին բժիշկներ, դեղատներ և առողջապահական կրթության ծրագրեր գտնել:
- Medi-Cal կառավարվող խնամքի առողջապահական ծրագրերն առաջարկում են նաև խնամքի համակարգում, ուղեգրեր մասնագետներին, 24-ժամյա բուժքույրական խորհրդատվության հեռախոսային ծառայություններ և Անդամների սպասարկման ծառայություններ, որոնք հասանելի են օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր (ներառյալ տոն օրերը):
- L.A. Care Health Plan-ը Medi-Cal-ի ամենամեծ ծրագիրն է Կալիֆորնիայում, որն ապահովում է առողջական խնամքի ապահովագրություն Medi-Cal-ի շահառուներին, որոնք բնակվում են Լոս Անջելես վարչաշրջանում:
- L.A. Care Health Plan-ի հետ, դուք ստանում եք օգնություն, որը անհրաժեշտ է ճիշտ բժիշկ, դեղատոն և առողջապահական կրթական ծրագրեր գտնելու համար, որոնք կբարելավեն ձեր ընդհանուր առողջական վիճակը:

Աշխատանքի սկիզբը՝



L.A. CARE ԱՆԴԱՄԻ ԿԱՐԳԱՎԻՃԱԿՈՎ

Որպես նոր անդամ, ցանկանում ենք ձեզ մի քանի օգտակար խորհուրդ տալ:



Խորհուրդ 1. Ծանոթացեք ձեր Անդամի տեղեկագրին

Անդամի տեղեկագիրքն ամփոփում է L.A. Care-ի կանոնների և քաղաքականությունների և հիմնվում է L.A. Care-ի և Առողջական խնամքի սպասարկման բաժնի (Department of Health Care Services, DHCS) միջև կնքված պայմանագրի վրա: Ձեր Անդամի տեղեկագիրքը կարևոր տեղեկություններ է պարունակում L.A. Care-ի մասին:

- Ձեր իրավունքներն ու պարտականությունները
- Կարևոր հեռախոսահամարներ
- Ապահովագրված նպաստներ և ծառայություններ
- Ինչպես փոխել ձեր առաջնային խնամքի մատակարարին (PCP)

Այնտեղ նաև ներկայացված է, թե ինչպես օգտվել:

- Կանխարգելիչ, հրատապ և արտակարգ իրավիճակների առողջական խնամքից
- Հատուկ բուժօգնության ծառայություններից՝ կանոնավոր և կանխարգելիչ խնամքի համար
- Լեզվական օգնությունից և բանավոր թարգմանիչների ծառայություններից
- Դեղատոնային նպաստներից և, թե ինչպես ստանաք ձեզ անհրաժեշտ դեղերը
- Ոչ-բժշկական և ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրական ծառայություններից
- Ինձամքի կառավարման և հիվանդության կառավարման ծրագրերից
- 24-ժամյա բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծից

Անդամի տեղեկագիրքը ներառված է այս փաթեթի մեջ:

Այս կայքում կարող եք նաև գտնել Անդամի տեղեկագիրքը ձեր լեզվով՝ lacare.org/members/handbook կամ կարող եք խնդրել Անդամի տեղեկագրի տպագիր օրինակը հասանելի լեզուներից ցանկացածով՝ զանգահարելով L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման ծառայությանը **1.888.839.9909 (TTY 711)** համարով:



Խորհուրդ 2. Անդամի նյութեր կայքէջ

Կարողացեք անդամի կարևոր փաստաթղթերը lacare.org/members/documents/medi-cal կայքում:

Այստեղ դուք կարող եք գտնել հետևյալ կարևոր տեղեկատվությունը և ռեսուրսները, որոնք կօգնեն ձեզ ստանալ անհրաժեշտ խնամքը:

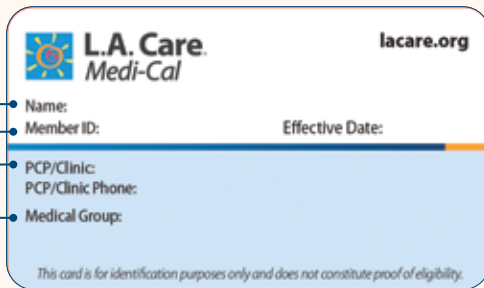
- Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրք
- Նոր անդամի ողջունի ուղեցույց
- Տարեկան անդամի ուղեցույց
- Մատակարարների հասցեագիրք
- Medi-Cal ID քարտ
- Medi-Cal Rx
- Medi-Cal երեխաների համար և Դեռահասներ գրքույկ եւ նամակ

Medi-Cal-ի անդամի նյութերը թարմացվում են ամեն տարի և հրապարակվում կայքում: Ամեն տարի դուք կստանաք Տարեկան փոստային ուղեցույցի տպագիր պատճենը, սակայն անդամի տեղեկագիրքը հասանելի կլինի միայն առցանց՝ էլեկտրոնային եղանակով: Անդամի տեղեկագրի տպագիր օրինակը կուղարկվի միայն հայցելու դեպքում:

Դուք կարող եք օգտվել նաև հետևյալ նյութերից և ռեսուրսներից էլեկտրոնային ձեռագրով:

- Համայնքի աջակցություն. lacare.org/members/community-supports
- Medi-Cal անդամակցության երկարացման էջ. lacare.org/health-plans/medi-cal/renewals
- Մատակարարների հասցեագիրքը. lacare.org/members/documents/medi-cal
- Դեղատոն դեղացանկը (Medi-Cal Rx-ի միջոցով). lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services
- «Medi-Cal երեխաների և դեռահասների համար» գրքույկներ/ նամակներ. lacare.org/members/getting-care/routine-exams
- Վարքագծային առողջության մատակարարի որոնում Կարելոն վարքագծային առողջության միջոցով plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider

ԽՈՐՀՈՒՐԴ 3. Ստուգեք ձեր Անդամի ID քարտը
Ձեր անդամի ID քարտը առանձին կուղարկվի ձեզ փոստով:
Ձեր ID քարտի վրա նշված են հետևյալ տեղեկությունները.



Առջևի մաս



Հետևի մաս

1. Ձեր առողջապահական ծրագրի անունը՝ **L.A. Care Health Plan**
2. Ձեր անդամի **ID համարը**
3. Ձեր **Առաջնային խնամքի մատակարարի (PCP)** անունը և նրա համարը
4. Ձեր **բժշկական խումբը** (առկայության դեպքում)
5. **L.A. Care-ի անդամների սպասարկման** հեռախոսահամարը և այլ կարևոր տեղեկություններ ու հեռախոսահամարներ

Ձեր անդամի ID քարտը միշտ պահեք ձեզ մոտ: Միշտ ցույց տվեք ձեր անդամի ID քարտը, երբ օգտվում եք առողջապահական ծառայություններից:
Եթե չեք ստացել ձեր անդամի ID քարտը կամ, եթե հարցեր ունեք, զանգահարեք Անդամների սպասարկում՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

ԽՈՐՀՈՒՐԴ 4. Նախնական հանդիպում նշանակեք ձեր առաջնային խնամքի մատակարարի (PCP) հետ հնարավորինս շուտ

Ձեր առաջնային խնամքի մատակարարը (PCP) ձեր հիմնական բժիշկն է և այն առաջին անձը, ում մոտենում եք, երբ առողջական խնդիր եք ունենում: Նա երաշխավորում է, որ դուք ճիշտ խնամք ստանաք ճիշտ տեղում, ճիշտ ժամանակին:

Կանոնավոր այցելությունները ձեր PCP-ի մոտ կարևոր են՝ ձեր առողջությունը պահպանելու համար: Նույնիսկ եթե հիվանդ չեք, մենք խնդրում ենք մեր բոլոր նոր անդամներին այցելել իրենց PCP-ին L.A. Care-ին միանալուց հետո առաջին 1-3 ամիսների ընթացքում՝ նախնական առողջապահական ժամադրության (IHA) համար:

IHA-ի նպատակն է նպաստել, որ ձեր PCP-ն ծանոթանա ձեզ հետ և տեղեկանա ձեր առողջական խնամքի պատմության ու կարիքների մասին:

Ձեր IHA-ի ընթացքում ձեր PCP-ն.

- Ծանոթանալու է ձեզ հետ և գրուցելու է ձեր առողջության մասին
- Ծանոթանալու է ձեր բժշկական պատմությանը
- Բժշկական հետազոտություն է կատարելու
- Տրամադրելու է ձեզ առողջապահական տեղեկություններ և ծառայություններ, որոնք կարող են ձեզ անհրաժեշտ լինել
- Օգնելու է ձեզ հասկանալ ձեր առողջապահական կարիքները
- Սովորեցնելու է ձեզ մշտապես բարելավել ձեր առողջությունը կամ օգնելու է ձեզ պահպանել ձեր առողջությունը

Դուք կստանաք IHA նամակ փոստով: Փոստով դուք նաև կստանաք Առողջական տեղեկության ձևը (HIF): Սա համառոտ՝ տասը հարցից կազմված հարցում է, որը մենք խնդրում ենք բոլոր նոր անդամներին լրացնել:

Մենք կօգտագործենք նաև այս տվյալները ձեզ անհրաժեշտ խնամքը մատուցելու համար:

Դուք կարող եք զանգ ստանալ մեզանից, որը հիշեցնում է ձեզ լրացնել այս ձևաթուղթը և ամրագրել ձեր նախնական առողջական ժամադրությունը:



ԽՈՐՀՈՒՐԴ 5. Գտեք մատակարարին՝ օգտագործելով մեր առցանց «Գտնել բժիշկ կամ հիվանդանոց» գործիքը

Միշտ հիշեք, որ դուք ցանկացած պահի կարող եք փոխել ձեր PCP-ին: Դուք պետք է ընտրեք PCP, ով գտնվում է L.A. Care-ի մատակարարների ցանցում և ընդունում է նոր հիվանդներին:

Եթե նոր PCP ընտրեք, ապա նա կրառնա ձեր PCP-ը՝ փոփոխության կատարմանը հաջորդող ամսվա առաջին օրը:

Եթե ցանկանում եք փոխել ձեր PCP-ին, կարող եք զանգահարել **1.888.839.9909 (TTY 711)** համարով, ստեղծել L.A. Care Connect-ի հաշիվ կամ կարող եք օգտվել մեր «Գտնել բժիշկ կամ հիվանդանոց» առցանց գործիքից, որը գտնվում է lacare.org կայքում:



Մատակարարների հասցեագիրք

Առցանց գործիքից օգտվելիս՝ հետևեք այս քայլերին.

1. Ընտրեք **Medi-Cal**
2. Ընտրեք հետևյալ դաշտերը. «Գտնվելու վայրը, Մատակարարի տվյալները և/կամ ապահովագրությունը և խնամքի պահանջները»
3. Դուք կարող եք որոնել **Մատակարարներ** մի քանի զտիչների օգնությամբ, ներառյալ, բայց չսահմանափակվելով.
 - **Գտնվելու վայրը**
 - **Հաստատության հասանելիությունը**
 - **Մատակարարի տվյալները** — սեռը
 - **Մատակարարի անունը**
 - **Լեզուն**, որով խոսում է մատակարարը
 - **Ցանցը**
 - **Մասնագիտությունը**
4. Ընտրեք «Գտնել մատակարար»

Դուք նույնպես կարող եք գտնել թերապևտ (PCP) մեր մատուցողների տեղեկատուում, որը ներառված է այս փաթեթում:

ԽՈՐՀՈՒՐԴ 6. Ծանոթացեք վարքագծային առողջության ծառայություններին, որոնք հասանելի են ձեզ

Ձեր հոգեկան առողջությունը կարևոր է: Դուք գիտե՞ք՞, որ.

- **5 մեծահասակներից 1-ը** ունենում է տագնապային խանգարումներ ցանկացած ժամանակ
- **8 ԱՄՆ-ի մեծահասակների 8%-ը** տառապում է ծանր դեպրեսիայից
- **Ծանր դեպրեսիայից տառապող երիտասարդության 60%-ը** անհրաժեշտ ինձամբ չեն ստանում՝

Օգտվեք վարքագծային առողջության ծառայություններից, որոնք ձեր նպաստների մի մասն են կազմում: Սա ներառում է ինչպես հոգեկան առողջության, այնպես էլ թմրանյութերի օգտագործման խանգարումների բուժումը՝ ապահովելով անհրաժեշտ օգնության ստացումը, երբ դա անհրաժեշտ է:

L.A. Care-ը այդ ծառայությունները մատուցում է առաջնային խնամքի մատակարարների, Կարելոն Վարքագծային առողջության կազմակերպության, Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժնի (DMH), և Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային առողջապահության վարչության (DPH) Վարքագծային առողջության մասնաճյուղերի միջոցով:

Կարելոն Վարքագծային առողջության կազմակերպությունը L.A. Care-ի մատակարարն է, որն ունի կազմակերպությունների ցանց, որոնք առաջարկում են ոչ մասնագիտացված հոգեկան առողջության ծառայություններ (NSMHS) L.A. Care Medi-Cal անդամներին: Այս ծառայությունները ձեզ տրամադրվում են անվճար:

Բացի այդ, նշված ծառայությունները չեն պահանջում նախօրոք լիազորում, ինչը հեշտացնում է խնամքի հասանելիությունը ձեզ համար:

NSMHS ծառայությունները ներառում են հետևյալը՝

- **Հոգեկան առողջության** գնահատում և բուժում, ներառյալ անհատական, խմբային և ընտանեկան հոգեթերապիան:
- **Հոգեբանական** և նյարդահոգեբանական ստուգում, երբ կլինիկապես ցուցված է՝ հոգեկան առողջության վիճակը գնահատելու համար:
- **Ամբուլատոր** ծառայություններ՝ դեղերի թերապիային հետևելու նպատակով:
- **Հոգեբուժական** խորհրդատվություն:
- **Ամբուլատոր** լաբորատոր անալիզներ, դեղեր, պաշարներ ու հավելումներ:

Կարելոն մատակարար գտնելու համար կարող եք զանգահարել **1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)** համարով կամ օգտագործել իրենց Առցանց մատակարարի որոնման գործառնությունը այցելելով plan.carelonbehavioralhealth.com/find-a-provider:

L.A. Care-ի անդամները, որոնք պայքարում են հոգեկան առողջության հետ կապված լուրջ խնդիրների դեմ, կարող են օգնություն ստանալ Հոգեկան առողջության մասնագիտացված ծառայությունների (SMHS) DMH-ի միջոցով:

SMHS-ը կարող է ներառել հետևյալը, սակայն չի սահմանափակվում դրանցով՝ անհատական և խմբային թերապիա, դեղորայքի աջակցություն, գործի կառավարում, ճգնաժամային միջամտություն, փոխադարձ աջակցություն, հոսպիտալացում և այլ վերականգնողական ծառայություններ:

Այդ ծառայություններից օգտվելու համար զանգահարեք **1.800.854.7771**: Օգնության համար պարզապես մեկ զանգ կատարեք:

¹ *Mental Health America. (2024). Հոգեկան առողջության ընդհանուր տվյալներ: mhnational.org/mentalhealthfacts: Մուտք է գործել 9 հոկտեմբերի 2024 թ.:*

ԽՈՐՀՈՒՐԴ 7. L.A. Care Connect and My Health in Motion™ (ձեր առցանց անդամի և առողջության պորտալներ)

L.A. Care Connect

Ձեր փորձը հեշտացնելու համար դուք կարող եք ստեղծել L.A. Care Connect-ի անդամի առցանց հաշիվ՝ տեղեկություններ ստանալու և ծառայություններից օգտվելու համար: L.A. Care Connect-ը ձեր անդամի առցանց պորտալն է:

- Ստեղծել առցանց հաշիվ՝ այցելելով members.lacare.org կամ սեղմելով անդամի մուտքի կոճակը lacare.org գլխավոր էջի վերևի աջ անկյունում:
- Հաշիվ ստեղծելու համար ձեզ անհրաժեշտ է լինելու ձեր անդամի ID համարը և վավեր էլ. հասցե (ձեր անդամի ID-ն նշված է ձեր անդամի ID քարտի վրա):
- Քայլ առ քայլ **Գրանցման ուղեցույց** մուտք գործելու համար խնդրում ենք այցելել members.lacare.org կայք:

Ձեր L.A. Care Connect-ի հաշիվը դուք կարող եք.

- **Տալել** կամ **տեսնել** ձեր անդամի ID քարտը, որը կարող եք օգտագործել ձեր բժշկի գրասենյակում կամ դեղատանը
- **Տեսնել** ձեր առողջական խնամքին վերաբերվող տեղեկությունները, ներառյալ՝ իրավասությունը
- **Հայցել** ձեր PCP-ի փոփոխություն
- **Առցանց գրուցել** բուժքրոջ հետ ձեզ հարմար ժամին
- **Օգտվել այն 24/7 Ծառայություններից**, գտնել բժիշկ, որոնում կատարել Մատակարարների հասցեագրում կամ կապվել մեզ հետ — բոլորը ընդամենը մեկ կոճակ սեղմելու միջոցով
- **Միանալ My Health in Motion™**-ին՝ ձեր առողջական կարիքների համար մշակված ծրագրերին հասանելիության համար

L.A. Care-ը 2025թ.-ին թողարկում է անդամների համար բարելավված պորտալ, որպեսզի ձեր առողջական խնամքի կառավարումը դարձնի ավելի հեշտ, քան երբևէ:

Հետևեք նոր գործառնությունների մասին թարմացումներին, որոնք ձեզ համար կապահովեն արագ և հարմարավետ հասանելիություն, օրինակ.

- **Ձեր առաջնային խնամքի** բժշկի, կլինիկայի կամ բժշկական խմբի փոփոխություն
- **Ձեր ծրագրի նպաստերին** հասանելիության ստացում
- **Ձեր առողջական վտանգի գնահատման ձևաթղթի** լրացում, դիտում և թարմացում
- **Լիազորման** կարգավիճակների դիտում գրեթե իրական ժամանակում՝ L.A. Care-ի լիազորումների համար
- **Ձեր ժողովրդագրական տեղեկատվության դիտում** և թարմացում

My Health in Motion™

Հոգ տարեք ձեր առողջության համար և զգացեք ձեզ ավելի լավ My Health In Motion™ (MyHIM) բոլորովին նոր առցանց առողջապահական պորտալի շնորհիվ:

Բացահայտեք հետևյալ գործառնությունները MyHIM բոլորովին նոր կայքում.

- **Թարմ և դյուրին**. զգացեք նոր տեսքը՝ զվարճալի և պարզ գործառնություններով:
- **Առողջական վիճակի գնահատում**. անցեք առողջական վիճակի արագ թեստ և ստացեք հաշվետվություն:
- **Ինտերակտիվ սեմինարներ**. մասնակցեք առողջապահական թեմաներով հետաքրքիր առցանց սեմինարներին:

- **Սարքերի միացում**. միացրեք առողջական վիճակին հետևող սարքեր, օրինակ՝ Fitbit՝ անխափան աշխատանք ապահովելու համար:
- **Առողջապահական հարցերով փորձագիտական քույշինգ**. ստացեք օգնություն առողջապահական հարցերով քույշինգի ծրագրի շրջանակներում:
- **Տեղեկատվությունը միշտ ձեր ձեռքի տակ**. հետագրտեք առողջական տեղեկություններ պարունակող գրադարանը:

Մուտք գործեք MyHIM ցանկացած ժամանակ, ցանկացած վայրում - համակարգչից, հեռախոսից, L.A. Care-ի Community Resource Center-ներից և նույնիսկ Հանրային գրադարանից:

Պատրաստ եղե՞ք սկսել.

1. Այցելեք lacare.org և սեղմեք «**Member Sign-In**» (Անդամի մուտք) կոճակը
2. Սեղմեք «**My Health In Motion**» ներդիրը և ստեղծեք Ձեր պրոֆիլը

Եթե ձեզ անհրաժեշտ է օգնություն, մեր առողջապահական հարցերով քույշները հասանելի են **1.855.856.6943** հեռախոսահամարով:

ԽՈՐՀՈՒՐԴ 8. Զանգահարեք բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծին՝ առողջության հետ կապված հարցերի համար

Դուք կարող եք զանգահարել բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծին՝ առողջության հետ կապված ցանկացած հարցով օգնություն ստանալու համար, որպեսզի կարողանաք հոգ տանել ձեր կամ ձեր ընտանիքի մասին:

Բուժքույրերը ձեզ կտրամադրեն օգնություն ձեր իսկ լեզվով անվճար և հասանելի կլինեն ձեզ օրական 24 ժամ, շաբաթական 7 օր օգնություն ցուցաբերելու համար:

Դուք կարող եք կապ հաստատել բուժքրոջ հետ վիրտուալ եղանակով՝ կենդանի չափի միջոցով, ձեր L.A. Care Connect անդամի առցանց հաշվից կամ զանգահարելով **1.800.249.3619 (TTY 711)**:

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագծի և այս ծրագրի միջոցով առկա լրացուցիչ ծառայությունների մասին ավելին իմանալու համար այցելեք lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line.



L.A. CARE MEDI-CAL Նպաստների հիմնական դրույթներ

Ձեր նպաստների մասին լրացուցիչ մանրամասներ կարող եք գտնել Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագրքում, որը հասանելի է առցանց՝

lacare.org/members/documents/medi-cal:

* Սա միայն ամփոփագիրն է:

L.A. Care Health Plan-ը տրամադրում է առողջական նպաստների համապարփակ կազմ:

ԱՅԼ ՆՊԱՍՏՆԵՐ ՁԵՋ ՀԱՄԱՐ ԱՆՎՃԱՐ



Ամբուլատոր և ընդհանուր նպաստներ և ծառայություններ

- Առաջնային խնամքի բժշկի և մասնագետի այցեր
- Ամբուլատոր վիրաբուժություն
- Հրատապ խնամք և մանրածախ կլինիկաներ
- Լաբորատոր ծառայություններ և ռենտգենյան ճառագայթներ
- Գրիպի պատվաստումներ և այլ խորհրդ տրվող պատվաստումներ
- COVID-19-ի թեստավորում և պատվաստում
- Մայրության և նորածնի խնամք
- Ծննդաբերության և հետ-ծննդաբերության խնամք
- Բուժքույրերի և մանկաբարձների ծառայություններ
- Մանկաբարձի ծառայություններ
- Մանկաբուժական ծառայություններ (Վաղ և կանոնավոր զննում, ախտորոշում և բուժում)
- Ուտնաբուժություն
- Քիրուրգիկ սպորտ
- Բուժական թերապիաներ
- Դիալիզ/հեմոդիալիզ
- Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ
- Հեռաառողջապահություն
- Ընտանեկան թերապիա

Կանխարգելիչ և բարեկեցության նպաստներ

- Health in Motion™ ծրագիր
- Հիվանդության կառավարման ծրագրեր
- Ծխելը դադարեցնելու ծառայություններ
- Ընտանիքի պլանավորման ծառայություններ
- Համայնքային առողջապահական աշխատողի ծառայություններ

Վարքագծային առողջության ծառայություններ

- Հոգեկան հիվանդության ամբուլատոր ծառայություններ
- Ամբուլատոր և ստացիոնար մասնագիտացված հոգեկան առողջության ծառայություններ
- Թմրանյութերի օգտագործման հետ կապված խանգարումների ակրոնի չարաշահման զննման ամբուլատոր ծառայություններ
- Ստացիոնար կամավոր թունազերծում



Հիվանդանոցային ծառայություններ

- Ստացիոնար ծառայություններ
- Վիրաբուժական ծառայություններ
- Հիմնական օրգանների և հյուսվածքների փոխպատվաստում
- Անզգայացման ծառայություններ



Արտակարգ իրավիճակի ծառայությունները

- Շտապ օգնության կայանի ծառայություններ
- Շտապ օգնության փոխադրման ծառայություններ



Դեղատան նպաստներ

- Դեղատոմսով դուրս գրվող դեղեր (Medi-Cal Rx-ի միջոցով՝ medi-calrx.dhcs.ca.gov)



Ռեաբիլիտացիոն և վերականգնողական ծառայություններ

- Ֆիզիկական թերապիա
- Աշխատանքային թերապիա
- Լսողության ծառայություններ
- Խոսքի թերապիա
- Լսողության ստուգումներ
- Երկարատև բժշկական սարքավորումներ
- Ասեղնաբուժություն
- Տնային առողջական ծառայություններ
- Օրթոթզեր/Պրոթեզներ
- Բժշկական պարագաներ, սարքավորումներ և սարքեր
- Հմուտ բուժքույրական հաստատություն (մինչև 90 օր)
- Թոքային վերականգնում



Այլ ծառայություններ

- Տեսողություն/Օպտոմետրիա
- Ատամնաբուժական խնամք (Medi-Cal Dental-ի միջոցով, որը պաշտոնապես հայտնի է որպես Denti-Cal՝ dhcs.ca.gov/services)
- Փոխադրում
 - Ոչ-արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրում
 - Պատգարակով միկրոավտոբուս
 - Անվասայլակով միկրոավտոբուս
 - Շտապ օգնության տրանսպորտային միջոց
 - Ոչ-բժշկական փոխադրումներ
 - Մասնավոր կամ հանրային փոխադրամիջոց այն մարդկանց համար, ովքեր չունեն այլ միջոց իրենց ժամադրության վայր հասնելու համար
- Երկարաժամկետ ծառայություններ և աջակցություններ
 - Հմուտ բուժքույրական հաստատություններ (91+ օր)
 - Տան և համայնքի վրա հիմնված ծառայություններ
- Համայնքային աջակցություն
- Ընդլայնված խնամքի կառավարում
- Փողոցային բժշկություն

* Նպաստները ենթակա են փոփոխման: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ 1.888.839.9909 (TTY 711) հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը կամ այցելեք lacare.org: Հնարավոր է, ձեր առողջական խնամքի մատակարարին հաստատում պահանջվի որոշ նպաստների և ծառայությունների համար:



Առողջ պահեք ձեր աչքերը

VSP ՏԵՍՈՂԱԿԱՆ ԽՆԱՄՔԻ ՄԻՋՈՑՈՎ



Ձեր աչքերի առողջությունը մեր առաջնահերթությունն է: Որպես Տեսողական խնամքի անդամ՝ դուք կստանաք բուժօգնություն հիանալի ակնաբույժներից, որակյալ ակնոցներ, ներառյալ դեղատոմսով նախատեսված ոսպնյակներ և շրջանակներ և մատչելի գներով ակնաբուժություն, որպեսզի կարողանաք հստակ տեսնել և ապրել առողջ կյանքով:

ՇԱՏ ԿԱՐԵՎՈՐ ԵՆ ԱԶՔԵՐԻ ԿԱՆՈՆԱՎՈՐ ՍՏՈՒԳՈՒՄՆԵՐԸ

VSP®-ի միջոցով դուք կստանաք հիանալի բուժօգնություն VSP-ի ցանցային բժշկից, ներառյալ WellVision Exam®-ը՝ ստուգում, որը նախատեսված է հայտնաբերելու տեսողական և առողջական խնդիրներ, ինչպիսիք են շաքարախտը և արյան բարձր ճնշումը:



ՀԱՐՑԵՐ ՈՒՆԵ՞Ք:

Ձեր VSP նպաստներից օգտվելը հեշտ է



Դիտեք ձեր ապահովագրությունը

Ստուգեք ձեր անհատականացված ապահովագրության տվյալները և գտեք ներցանցային բժիշկ՝ ստեղծելով հաշիվ vsp.com կայքում՝ օգտագործելով ձեր L.A. Care Health Plan-ի ID համարը (նշված է ձեր քարտի վրա):



Գտեք ներցանցային բժիշկ

vsp.com կայքում մուտք գործեք ձեր հաշիվ, որպեսզի գտնեք ձեզ ամենամոտ Medi-Cal-ի համար VSP մասնակից մատակարարին կամ զանգահարեք VSP-ի Անդամների սպասարկման բաժին՝ **1.800.877.7195 (TTY 711)** համարով, երկուշաբթիից շաբաթ, 6:00 AM-ից մինչև 5:00 PM PST (կիրակի օրերին փակ է):



Ձեր այցելության ընթացքում ասացեք, որ դուք VSP ունեք L.A. Care Health Plan-ի միջոցով: Ցույց տվեք ձեր L.A. Care Health Plan քարտը այցելության ժամանակ:

Այդքան բան: Մնացածը մենք կանենք. ոչ մի լրացնելու հայցադիմում չկա, երբ տեսնեք VSP մասնակից մատակարարին:

Այցելեք vsp.com կամ զանգահարեք VSP՝ **1.800.877.7195 (TTY 711)** համարով, երկուշաբթիից շաբաթ, 6:00 AM-ից մինչև 5:00 PM PST (կիրակի օրերին փակ է):

Լրացուցիչ եղանակներ՝



ԽՆԱՄՔ ՍՏԱՆԱԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Եթե չեք կարողանում կապ հաստատել Ձեր PCP-ի հետ, ստացեք խնամքի հեշտ հասանելիություն մեր գործընկերների՝ Teladoc-ի և Minute Clinic-ի միջոցով:

ԻՆՉՊԵՍ ՕԳՏՎԵԼ՝



1

Ստեղծեք հաշիվ Teladoc.com կայքում: Անհրաժեշտ է լինելու ձեր անդամի ID համարը:

2

Դիմեք վիրտուալ այցելության համար Teladoc-ի սպասարկման կենտրոնի, անդամների կայքի կամ բջջային հավելվածի միջոցով՝ ցանկացած պահի:

3

Ստացեք անհրաժեշտ խնամք անմիջապես՝ հեռախոսազանգի կամ տեսազանգի միջոցով՝ 24/7 ռեժիմում:



Հավելյալ տեղեկությունների համար՝ lacare.org/teladoc

ԻՆՉՊԵՍ ՕԳՏՎԵԼ՝



1

Օգտվեք L.A. Care-ի մատակարարների առցանց հասցեագրից՝ ձեզ մոտակա Minute Clinic-ը գտնելու համար:

2

Ծանոթացեք սպասման ժամերին և պլանավորեք ձեր այցը Minute Clinic-ի վեբ կայքում:

3

Ստացեք տեղում մատուցվող խնամք Minute Clinic-ում: Ձեզ անհրաժեշտ է լինելու ձեր Անդամի ID քարտը և ID-ի ձևը:



Հավելյալ տեղեկությունների համար՝ lacare.org/minuteclinic

Հարցեր ունե՞ք: Զանգահարեք L.A. Care՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** համարով





Ճանաչեք ձեր ԽՆԱՄՔԻ ԸՆՏՐԱՆՔՆԵՐԸ

Խնամքի տեսակներ	Ախտանիշների և ծառայությունների օրինակներ	Ինչպես օգտվել	Մոտավոր սպասման ժամանակ
Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ Զրույցեր լիցենզավորված գրասենյակի բուժքույրի հետ 24/7:	<ul style="list-style-type: none"> Ինքնուրույն խնամքի խորհուրդներ Պատասխաններ ձեր առողջապահական հարցերին Որոշել որտեղ ստանալ խնամքը 	<ul style="list-style-type: none"> 1.800.249.3619 (TTY 711) 	<ul style="list-style-type: none"> Առանց սպասման ժամանակի
Առաջնային խնամք Խնամքի կարիք ունենալու դեպքում նախ գանձահարեք Առաջնային խնամքի մատակարարին:	<ul style="list-style-type: none"> Կանխարգելիչ խնամք Հանկարծահաս կամ կարճատև առողջական խնդիրներ Երկարատև առողջական խնդիրներ կամ հիվանդություններ շաբաթափոխի նման 	<ul style="list-style-type: none"> Ձեր PCP-ին գանձահարեք օգտագործելով ձեր անդամի ID քարտի վրա գտնվող հեռախոսահամարը: Այցելեք L.A. Care-ի առցանց մատակարարների հասցեագիրքը lacare.org կայքում 	<ul style="list-style-type: none"> 10 աշխատանքային օր կամ պակաս Որոշ նույնօրյա այցելություններ
Վիրտուալ խնամք Մուտք գործեք Հեռաառողջապահություն / հեռավար առողջապահություն ծառայություններ և գրույցեք բժշկի հետ առցանց կամ հեռախոսագանձի միջոցով:	<ul style="list-style-type: none"> Մրսածություն/գրիպ/տենդ Ցաներ Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) Շնչառական (սուլոց/հագ) Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) Մանր վնասվածքները 	<ul style="list-style-type: none"> Այցելեք Teladoc™ (պահանջվում է մուտք գործել/գրանցվել) - member.teladoc.com/lacare Teladoc™ - 1.469.643.2161 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր
Շտապ օգնություն Շտապ օգնության կայանի խնամք կյանքին սպառնացող հիվանդությունների դեպքում: ER կայանը մի օգտագործեք սովորական խնամքի կամ թեթև հիվանդության համար:	<ul style="list-style-type: none"> Ցավեր կրծքավանդակում Տեսողության հանկարծակի փոփոխություններ Տկարություն/խոսելու դժվարություն Ինքներդ ձեզ վնաս պատճառելու մասին մտքեր կամ հոգեկան առողջության այլ հրատապ խնդիրներ 	<ul style="list-style-type: none"> Զանգահարեք 911 կամ այցելեք մոտակա հիվանդանոցի շտապ օգնության կայան 	<ul style="list-style-type: none"> Սպասելու ժամանակը կարող է տարբեր լինել կախված ձեր վիճակի ծանրությունից, հիվանդների քանակից և հասանելի բուժման սենյակներից:



Ծախսերի կամ այս ծառայություններից օգտվելու եղանակի մասին հավելյալ տեղեկության համար այցելեք lacare.org/members/getting-care կամ գանձահարեք ձեր Անդամի ID քարտի դարձակողմում գտնվող համարով: Եթե հավելյալ օգնության կարիք ունեք, դիմեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

Խնամքի տեսակներ	Ախտանիշների և ծառայությունների օրինակներ	Ինչպես օգտվել	Մոտավոր սպասման ժամանակ
Հրատապ խնամք <ul style="list-style-type: none"> Մանրածախ կլինիկաներ Տեղակայված մանրածախ դեղատանը և համարված գործնական մասնագետ բուժքույրով 	<ul style="list-style-type: none"> Մրսածություն/գրիպ/տենդ Ցաներ Վարակներ (մաշկ/աչք/ականջ/միզուղիների վարակ (UTI)) Շնչառական (սուլոց/հագ) Ստամոքսային (ցավ/փսխում/փորլուծություն) Մանր վնասվածքներ 	<ul style="list-style-type: none"> Այցելեք CVS MinuteClinic գրասենյակ Ուսումնասիրեք L.A. Care-ի առցանց մատակարարների հասցեագիրքը մանրածախ կլինիկաների ցանկը տեսնելու համար: 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր Հերթադրեք այց և առցանց ստուգեք առանց հերթադրման սպասելու մոտավոր ժամերը
Հրատապ խնամքի կենտրոն Բժիշկներից ստացեք նույնօրյա խնամք, նույնիսկ աշխատանքային ժամերից հետո և շաբաթ, կիրակի օրերին:	<ul style="list-style-type: none"> Հրատապ խնամքի կենտրոն 	<ul style="list-style-type: none"> Այցելեք L.A. Care-ի առցանց մատակարարների հասցեագիրքը lacare.org կայքում Զանգահարեք Անդամների սպասարկում 1.888.839.9909 (TTY 711) համարով 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր
Վարքագծային առողջության ծառայություններ Օգտվեք վարքագծային առողջության ծառայություններից հետևյալի միջոցով	<ul style="list-style-type: none"> Հուսահատության կամ ճնշվածության զգացում Անտեղի գայրույթ, անհանգստություն, դյուրագրգռություն և տրամադրության այլ փոփոխություններ Քնի, ախորժակի կամ էներգիայի մակարդակի փոփոխություններ 	<ul style="list-style-type: none"> Հոգեկան առողջության նախնական գնահատում (նախնական լիազորում չի պահանջվում) Անհատական, խմբային կամ ընտանեկան թերապիա Հոգեբանական եւ նյարդահոգեբանական ստուգումներ Ձննումներ և համառոտ միջամտություններ Ամբուլատոր վերահսկողություն դեղաբուժության համար 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր
Կարելոն վարքագծային առողջություն	<ul style="list-style-type: none"> Հոգեկան առողջության նախնական գնահատում (նախնական լիազորում չի պահանջվում) Անհատական, խմբային կամ ընտանեկան թերապիա Հոգեբանական եւ նյարդահոգեբանական ստուգումներ Ձննումներ և համառոտ միջամտություններ Ամբուլատոր վերահսկողություն դեղաբուժության համար 	<ul style="list-style-type: none"> Կարելոն վարքագծային առողջություն՝ 1.877.344.2858 TTY/TTD 1.800.735.2929 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր
Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության դեպարտամենտ (DMH)	<ul style="list-style-type: none"> Անհատական թերապիա Դեղամիջոցների աջակցություն Ճգնաժամային միջամտություն և կայունացում Նպատակային գործի կառավարում Ցերեկային բուժում և ցերեկային վերականգնում Բուժում վերականգնողական կենտրոնում Սուր ստացիոնար հոգեբուժական խնամք 	<ul style="list-style-type: none"> DMH ՀԱՍԱՆԵԼԻՈՒԹՅՈՒՆ և Հոգեմետ դեղերի օգտագործման հարցերով թեժ հեռախոսագիծ՝ 1.800.854.7771 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր
Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային առողջության բաժին (DPH) Հոգեմետ դեղերի չարաչափման կանխարգելում և բուժում: (SAPC)	<ul style="list-style-type: none"> Հոգեմետ դեղերի չարաչափման բուժում, օրինակ՝ ամբուլատոր և ստացիոնար ծառայություններ 	<ul style="list-style-type: none"> Թմրանյութի չարաչափման հարցերով թեժ հեռախոսագիծ՝ 1.844.804.7500 	<ul style="list-style-type: none"> Ռոպեներից ժամեր



Ռեսուրսներ, որոնք ՀԱՍԱՆԵԼԻ ԵՆ ՁԵԶ



Համայնքային ռեսուրսների կենտրոններ

L.A. Care-ի Համայնքային ռեսուրսների կենտրոնները (CRC-եր) գործում են Blue Shield of California Promise առողջապահական ծրագրի հետ համատեղ և առաջարկում են բազմաթիվ անվճար ծառայություններ և ռեսուրսներ՝ նախատեսված անդամների և համայնքի համար, որոնք կապված են առողջության և բարեկեցության հետ:

Առաջարկվող ծառայություններն են.

- Առողջության և բարեկեցության անվճար դասեր մեծահասակների և երեխաների համար, ինչպես նաև քրոնիկ առողջական խնդիրները կառավարելու դասեր
 - Անվճար WiFi հեռաառողջապահական ծառայությունների համար
 - CalFresh անդամագրության հարցերով աջակցություն
 - Medi-Cal-ի անդամագրության և դրա երկարացման հետ կապված աջակցություն
 - Աղցիայական ծառայությունների հետ կապված օգնություն
 - Տեղական համայնքի ռեսուրսների հետ կապը և հղումները
 - Առողջապահական հետազոտություններ, պարենային օգնություն և համայնքային միջոցառումներ ողջ տարվա ընթացքում
- Ձեր Medi-Cal-ի նպաստների մասին կարող եք տեղեկանալ՝ գրանցվելով ձեր տարածքի CRC-ում նոր անդամի կողմնորոշման համար:



Այցելեք նոր անդամի կողմնորոշումը CRC-ում և ստացեք \$10 ՆՎԵՐ ՔԱՐՏ

Կողմնորոշումից հետո դուք կկարողանաք՝

- Հասկանալ ձեր նպաստները
 - Խնդրել ID քարտ
 - Ընտրել կամ փոխել ձեր բժշկին
 - Իմանալ, թե ինչպես կարելի է ստանալ դեղամիջոցներ ձեր դեղատոմսերով
 - Հասկանալ հրատապ առողջական խնամքը
 - Հասկանալ ձեր իրավունքները և պարտականությունները
- CRC-ի տեղամասերի/հասցեների, հեռախոսահամարների, աշխատանքային ժամերի և միջոցառումների օրացույցների մասին տեղեկանալու համար այցելեք www.communityresourcecenterla.org:
- Այցելություն կարող եք հերթագրել՝ այցելելով www.communityresourcecenterla.org և օգտվելով հերթագրման առցանց գործիքից կամ զանգահարելով **1.877.287.6290 (TTY 711)**:

ԲՈՒՈՐ ԸՐԵ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՆ ԱՆՎՃԱՐ ԵՆ և ՀԱՍԱՆԵԼԻ ԵՆ ՁԵԶ և ՀԱՄԱՅՆՔԻ ՑԱՆՎԱՑԱԾ ԱՆԴԱՄԻՆ



Առողջապահական կրթության ծառայություններ

- L.A. Care-ն առաջարկում է անվճար առողջության եւ հիվանդությունների կանխարգելման ծառայություններ, ծրագրեր և ռեսուրսներ, օրինակ.
- Անհատական հեռախոսային խորհրդատվություն գրանցված դիետոլոգների / առողջապահական հրահանգիչների հետ
 - Խմբային բարեկեցության այցելություններ համայնքում
 - Առցանց սեմինարներ, չաթեր և տեսանյութեր մեր My Health in Motion™ առողջապահության և բարեկեցության պորտալի միջոցով
 - Շաքարախտի ինքնակառավարման կրթություն (DSME)
 - Սնունդը որպես դեղամիջոց (MAM)
 - Բժշկական սնունդի թերապիա (MNT)
 - Առողջ հղիություն, առողջ մայրիկ և մանկաբարձի ծառայություններ
 - Ծխելուց հրաժարում
 - Գրիպի և COVID-ի կանխարգելում և բուժում
 - Աջակցության ծրագրեր ասթմայի, COPD-ի, շաքարախտի, շաքարախտի և երիկամի հիվանդության, բարձր ռիսկայնությանը հղիության դեպքում
 - Հեշտ ընթացքի վերաբերյալ տարբեր թեմաների վերաբերյալ և տարբեր լեզուներով
 - Առողջապահական կրթության վերաբերյալ ձայնագրված նյութերի հղումների գրադարան (HEAR)
 - Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ՝ **1.800.249.3619 (TTY 711)**
- Ավելին իմանալու համար զանգահարեք **1.855.856.6943 (TTY 711)** երկուշաբթիից ուրբաթ, ժամը 8:00 AM-ից մինչև 5:00 PM կամ այցելեք lacare.org/healthy-living անդամների առողջապահական կրթության նյութերի համար:



Անվճար բանավոր թարգմանչի ծառայություններ

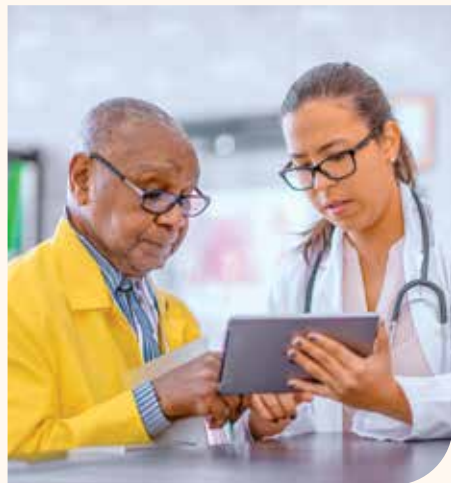
- Դուք իրավունք ունեք օգտվելու բանավոր թարգմանչի ծառայություններից, երբ խոսում եք ձեր բժշկի հետ
 - L.A. Care-ը մատուցում է անվճար բանավոր թարգմանչի ծառայություններ, ներառյալ՝ Ամերիկյան խուլուհամրերի լեզվով
 - Դուք պարտավոր չեք որպես բանավոր թարգմանչ օգտվել ընտանիքի անդամի կամ ընկերոջ ծառայություններից՝ բացի արտակարգ իրավիճակներից
 - Թարգմանչի խնդրելու համար զանգահարեք L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը՝ **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով ձեր այցելությունից առնվազն 10-15 օր առաջ
- ### Խնդրում ենք զանգահարելիս ուպատրաստի ունենալ հետևյալ տեղեկությունը՝
- Ձեր անունը
 - Ձեր L.A. Care-ի անդամի ID համարը
 - Ձեր այցելության ամսաթիվն ու ժամը
 - Բժշկի անունը
 - Բժշկի հասցեն և հեռախոսի համարը
- Եթե ձեր այցելությունը փոխվել կամ չեղարկվել է, խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի անդամների սպասարկման ծառայություն հնարավորինս արագ:



Լեզվական աջակցության տեսանյութերը դիտելու և լեզվական աջակցության անվճար ծառայությունների մասին ավելին իմանալու համար խնդրում ենք այցելել lacare.org/members/interpretation-translation:



Լրացուցիչ ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐ



Medi-Cal Rx

Medi-Cal դեղատնային նպաստները տրամադրվում են Medi-Cal Rx վճարովի ծառայությունների տրամադրման համակարգի միջոցով:

Այցելեք Medi-Cal Rx կայքը՝ [medi-calrx.dhcs.ca.gov/home](https://www.medi-calrx.dhcs.ca.gov/home) կամ զանգահարեք **1.800.977.2273 (TTY 800.977.2273)** և սեղմեք **7** կամ **711**, որպեսզի:

- Ստանաք Պայմանագրային դեղերի ցանկի պատճենը
- Medi-Cal Rx-ի հետ համագործակցող դեղատների ցանկը կարող եք գտնել Medi-Cal Rx-ի Դեղատների հասցեագրում, օրինակ՝ CVS, Walgreens և Rite Aid

Փոխադրում

Ձեր նպաստները ներառում են ոչ բժշկական փոխադրումներ (NMT) և ոչ արտակարգ իրավիճակի բժշկական փոխադրումներ (NEMT) դեպի բժշկական ժամադրությունների վայր, ինչպես նաև դեղատոմսերով դեղամիջոցներ և բժշկական պարագաներ ստանալու նպատակով:

NMT կամ NEMT ծառայություններ պատվիրելու համար խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care Անդամների սպասարկման ծառայություն **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը և ընտրեք «փոխադրություն» հուշումը:

Համայնքային կապ

•• L.A. Care-ի Համայնքային կապն օգնում է անդամներին կապվել համայնքային գործակալությունների հետ՝ բնակարանի, սննդի, վճարային հաշիվների և այլ հարցերով օգնություն ստանալու համար:

•• Այցելեք [communitylink.lacare.org](https://www.communitylink.lacare.org) և որոնեք անվճար կամ ցածր գներով ծառայություններ և մասնակցեք «Առողջության սոցիալական գործոնները» հարցմանը:

Տեղեկություններ CalFresh-ի մասին

CalFresh-ը Կալիֆորնիայի սննդային օժանդակության լրացուցիչ ծրագիր է, որը տրամադրում է ամսական սննդային նպաստներ՝ օգնելու ցածր եկամուտ ունեցող անհատներին և ընտանիքներին ստանալ առողջ սնունդ:

CalFresh-ի մասնակցության իրավասության դեպքում դուք կարող եք ստանալ ամսական նպաստները նպաստների էլեկտրոնային փոխանցման (EBT) քարտին, որը կարող է օգտագործվել մթերային խանութներում և ֆերմերների շուկաների մեծ մասում սնունդ գնելու համար:

CalFresh-ի մասնակցության իրավասությունը հիմնված է մի շարք գործոնների վրա, ինչպիսիք են ձեր եկամուտը, ընտանիքի չափը, աշխատանքային պահանջները և ներգաղթի կարգավիճակը: Այս գործոնները նաև որոշում են, թե որքան գումար եք ստանում ամեն ամիս:

Ընդհանուր առմամբ, CalFresh-ին մասնակցելու իրավունք ունենալու համար դուք պետք է լինեք.

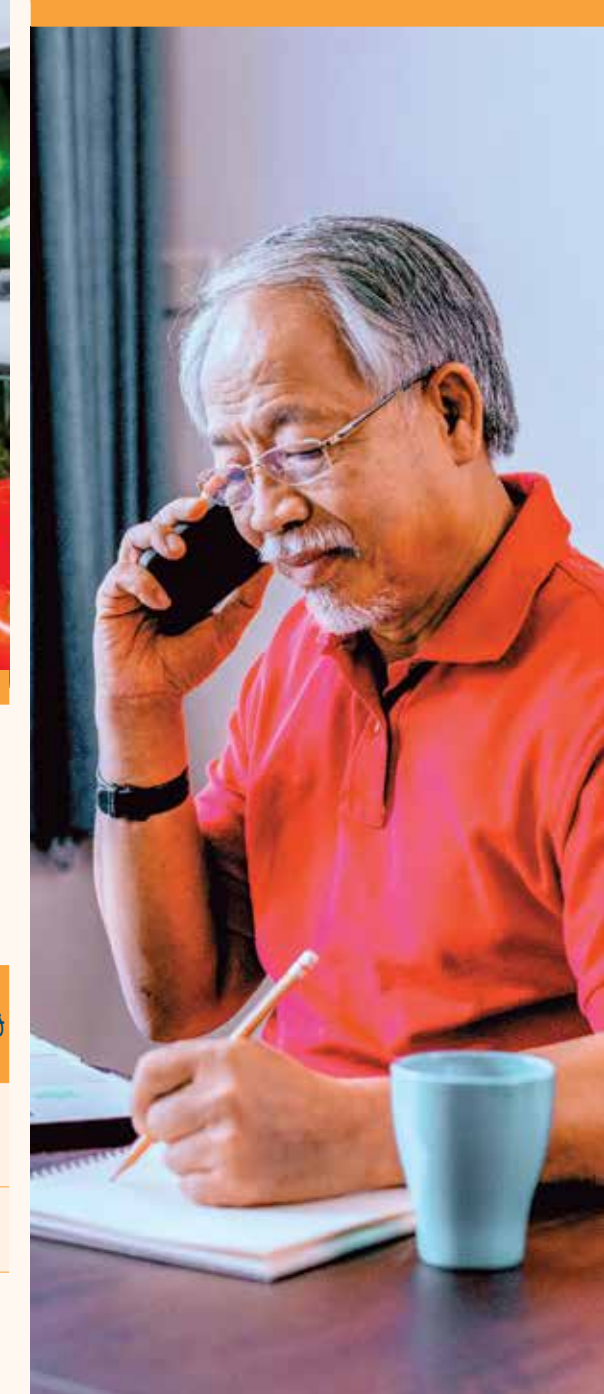
- Կալիֆորնիայի բնակիչ և
- ԱՄՆ քաղաքացի կամ որակավորված ներգաղթյալ և
- Ձեր ընտանիքի եկամուտը պետք է լինի աղյուսակում նշված եկամուտի սահմանաչափից քիչ

Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ նպաստի իրական գումարները կսխալված են յուրաքանչյուր ընտանիքի կոնկրետ հանգամանքներից: Ստորև բերված աղյուսակը նախատեսված է միայն ընդհանուր ուղղորդման և տեղեկատվական նպատակների համար: *Ցուցադրված գումարները վավեր են (10/1/24 – 9/30/25) ժամանակահատվածի համար

Ընտանիքի չափը	1 անձից բաղկացած ընտանիք	2 անձից բաղկացած ընտանիք	3 անձից բաղկացած ընտանիք	4 անձից բաղկացած ընտանիք	5 անձից բաղկացած ընտանիք	6 անձից բաղկացած ընտանիք	7 անձից բաղկացած ընտանիք
Համախառն ամսական եկամտի սահմանաչափը	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890
Առավելագույն ամսական նպաստը	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536

CalFresh-ի համար կարող եք դիմել
Առցանց՝ [GetCalFresh.org](https://www.getcalfresh.org) և [benefitscal.com](https://www.benefitscal.com)

- **Հեռախոսով** — զանգահարեք CalFresh-ի տեղեկատվական ծառայության **1.877.847.3663** համարով
- **Անձամբ՝** ձեր տեղական DPSS գրասենյակում
- **Անձամբ՝** ձեր տեղական CRC-ում
- CalFresh-ի անդամագրության համար օգնություն առաջարկվում է մեր CRC-ներում և տրամադրվում Առողջապահության ազգային հիմնադրամի (National Health Foundation, NHF) կողմից:
- Ջանգահարեք ձեր տեղական CRC-ին՝ with a NHF Առողջապահությունը գովազդող անձի հետ ժամադրություն նշանակելու համար:
- **Դեպի ավելի առողջ սնունդ, ձեր ճանապարհորդությունը սկսե՛ք այսօր:**
CalFresh-ի մասին լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալու համար այցելեք dps.lacounty.gov/en/food/calfresh.html կայքը



Խնդիրների մասին հաղորդում և լուծում
Դուք կարող եք ներկայացնել զանգաստ (բողոք), երբ խնդիր ունեք կամ դժգոհ եք L.A. Care-ից կամ մատակարարից ձեր ստացած ծառայություններից:
Այս գործընթացի մասին ավելին իմանալու համար տե՛ս ձեր անդամի տեղեկագրի 6-րդ գլուխը:



MEDI-CAL-ի ԵՐԿԱՐԱՑՈՒՄ

Ամեն 12 ամիսը մեկ Լոս Անջելես վարչաշրջանի Հանրային սոցիալական սպասարկման բաժինը (DPSS) կվերանայի ձեր տեղեկատվությունը՝ որոշելու համար, թե արդյոք դուք պահպանում եք ձեր իրավասությունը Medi-Cal-ի նպաստներ ստանալու համար, և կերկարացնի ձեր Medi-Cal-ի անդամագրումը մինչև հաջորդ տարի:

Թեև որոշ անդամների անդամակցությունը կերկարացվի ավտոմատ կերպով, այնուամենայնիվ որոշ Medi-Cal-ի նպաստառուներ պետք է երկարացնեն իրենց Medi-Cal-ի իրավասությունն ամեն տարի՝ ժամանակին ներկայացնելով պահանջվող տեղեկությունները DPSS-ին՝ իրենց առողջական խնամքի ապահովագրությունը պահպանելու համար:

Medi-Cal-ի ամենամյա երկարացման գործընթացի մասին ավելին իմանալու համար այցելեք lacare.org/medi-cal-renewals, որտեղ կգտնեք օգտակար տեղեկություններ և ռեսուրսներ:



Ահա DPSS-ի մի քանի կարևոր կոնտակտային տվյալներ.



BenefitsCal-ի կայքը՝
benefitscal.com

BenefitsCal-ը կայք է Կալիֆորնիայի բնակիչների համար, որպեսզի առցանց դիմեն և իրենց նպաստները դիտեն CalWORKs-ի, CalFresh-ի, General Relief-ի և Medi-Cal-ի դիմումների համար



DPSS-ի Հաճախորդների սպասարկման կենտրոնի (CSC) հեռախոսահամարներ



Անվճար 866.613.3777



Տեղական համարներ 626.569.1399 310.258.7400 818.701.8200



CSC-ը հասանելի է ձեզ օգնելու՝

Աշխատանքային ժամեր Երկուշաբթիից ուրբաթ, 7:30 AM – 6:30 PM

Բացի տոնական օրերից

Եթե հարցեր կամ օգնության կարիք ունեք ձեր Medi-Cal-ի ապահովագրությունից օգտվելու համար, կապվեք DPSS-ի հետ՝ 1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026 համարով, այցելեք benefitscal.com կամ KeepMediCalCoverage.org կայք՝ լրացուցիչ տեղեկությունների համար:

Ստացեք օգնություն Ձեր MEDI-CAL ԱՆ ԴԱՄԱԳՐՄԱՆ ԿԱՄ ԵՐԿԱՐԱՑՄԱՆ ԴԻՄՈՒՄ ՆԵՐԿԱՅԱՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ



Բոլոր Համայնքային ռեսուրսների կենտրոնները (CRC) առաջարկում են անհատական օգնություն Medi-Cal-ի անդամագրման և երկարացման հարցերում: Եթե ձեր Medi-Cal-ի դիմումը կամ երկարացման փաթեթը լրացնելու հարցում օգնության կարիք ունեք, զանգահարեք 1.877.287.6290 (TTY 711) համարով՝ դիմումի աջակցողի հետ այցելություն նշանակելու համար: L.A. Care-ի CRC-ները բաց են մեր անդամների և ընդհանուր հանրության համար:



Գտնվելու վայր	Հասցե	Հեռախոս
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

* Լինքոլն Հեյթս Կենտրոն բացումը 2025 թվականին:

Blue Shield of California Promise Health Plan-ը և Blue Cross of California-ն անկախ կազմակերպություններ են, որ պայմանագիր են կնքել L.A. Care Health Plan-ի հետ՝ Լոս Անջելես վարչաշրջանում Medi-Cal-ի Կառավարվող խնամքի ծառայություններ մատուցելու համար:

Blue Shield of California Promise Health Plan-ը անկախ արտոնագրյալ է Blue Shield Association-ի:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք CommunityResourceCenterLA.org կամ զանգահարեք 1.877.287.6290 (TTY 711)՝ երկուշաբթիից ուրբաթ, ժամը 9 AM-ից մինչև 5 PM **Սկանավորեք QR կոդը՝ ձեզ մոտակա կենտրոն գտնելու համար:**





ԻՆՉՊԵՍ ՕԳՏՎԵԼ



L.A. Care Health Plan-ի
Medi-Cal-ի Անդամի նյութերը

L.A. Care Health Plan-ի (L.A. Care) անդամի նյութերը ձեզ տեղեկություններ են տրամադրում ձեր Medi-Cal-ի նպաստների, ապահովագրված դեղերի և ցանցային բժիշկների մասին:

Medi-Cal-ի Անդամի տեղեկագիրքը, Մատակարարների հասցեագիրքը, Դեղատների դեղացանկը (Medi-Cal Rx), Medi-Cal-ը երեխաների և դեռահասների համար և անդամների այլ կարևոր տեղեկատվական նյութերը հեշտ է տեսնել կամ տպել:

ՈՐՈՆԵՔ



Lacare.org, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր

Էլեկտրոնային ձևաչափով հասանելի անդամի կարևոր նյութերը ուսումնասիրելու և տպելու համար այցելեք L.A. Care-ի կայք հետևյալ հղումներով՝

• Medi-Cal Անդամի տեղեկագիրք՝

lacare.org/members/documents/medi-cal

• Մատակարարների հասցեագիրք՝

lacare.org/members/documents/medi-cal

• Դեղատան դեղացանկ (Medi-Cal Rx-ի միջոցով)՝

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

• Medi-Cal երեխաների համար և Դեռահասներ գրքույկներ / նամակներ՝

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

ԱՅՑԵԼԵՔ L.A. CARE



Սովորական աշխատանքային ժամերի ընթացքում

Այցելեք L.A. Care-ի/Blue Shield of California-ի Համայնքային ռեսուրսային կենտրոններից մեկը՝ անդամի նյութերը ձեռք բերելու, ձեր նոր Medi-Cal-ի նպաստներից օգտվելու կամ ձեր հարցերի պատասխանները ստանալու հետ կապված օգնության համար:

ԶԱՆԳԱՀԱՐԵՔ



1.888.839.9909 (TTY 711), օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը

L.A. Care-ի Անդամների սպասարկման անձնակազմը կարող է օգնել ձեզ Անդամի տեղեկագրին, Մատակարարների հասցեագրքին և Դեղատան դեղացանկին (Medi-Cal Rx) հասանելիություն ստանալու հարցում:

Այս տեղեկություններն այլ լեզվով կամ այլընտրանքային ձևաչափով, օրինակ՝ խոշոր տառերով, ձայնագրված կամ Բրեյլի լեզվով ստանալու համար խնդրում ենք զանգահարել L.A. Care-ի Անդամների սպասարկում **1.888.839.9909 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը:

ԿԱՐԱՈՐ ԹՎԵՐ և ԿՈՆՏԱԿՏԱՅԻՆ ՏՎՅԱԼՆԵՐ



- L.A. Care Անդամի սպասարկում
1.888.839.9909 (TTY 711)
- L.A. Care-ի 24-ժամյա Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծ
1.800.249.3619 (TTY 711)
- L.A. Care-ի համապատասխանության թեժ հեռախոսագիծ
1.800.400.4889
- L.A. Care/Blue Shield of California Համայնքային ռեսուրսների կենտրոններ
1.877.287.6290
- Medi-Cal Rx
1.800.977.2273 (TTY 1.800.977.2273)
և սեղմեք 5 կամ 711
- Լոս անջելես վարչաշրջանի Հոգեկան առողջության բաժին
1.800.854.7771
- Սոցիալական ապահովության վարչություն Լրացուցիչ սոցիալական եկամուտ (SSI)
1.800.772.1213



Ահա, թե ինչպես կարող եք կապի մեջ մնալ L.A. Care-ի հետ



- Այցելեք մեր կայքը
lacare.org
- Զանգահարեք Անդամների սպասարկման ծառայություն
1.888.839.9909 (TTY 711) օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, ներառյալ տոն օրերը
- Մուտք գործեք L.A. Care Connect members.lacare.org
- Հետևեք մեզ սոցիալական կայքերում
- Facebook
facebook.com/lacarehealth
- Instagram
instagram.com/lacarehealth
- Twitter
twitter.com/lacarehealth
- YouTube
youtube.com/user/lacarehealthplan

Խտրականության բացառման մասին ԾԱՆՈՒՑՈՒՄ

Խտրականությունն անօրինական է

L.A. Care Health Plan-ը հետևում է քաղաքացիական իրավունքների նահանգային և դաշնային օրենքներին: L.A. Care Health Plan-ը ապօրինաբար խտրականություն չի դնում, չի բացառում մարդկանց կամ նրանց հետ այլ ձևով չի վարվում սեռի, ցեղի, գույնի, կրոնի, ծագման, ազգային ծագման, էթնիկական խմբի նույնականացման, տարիքի, հոգեկան հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, առողջական վիճակի, զենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, զենդեղային, սեռական ինքնության կամ սեռական հակումների պատճառով: L.A. Care Health Plan-ը տրամադրում է՝

Անվճար օգնություն և ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց՝ նրանց օգնելու համար արդյունավետ հաղորդակցվել, ինչպես օրինակ՝

- Ժեստերի լեզվի որակավորված բանավոր թարգմանիչներ
- Գրավոր տեղեկատվություն այլ ձևաչափերով (խոշոր տառատեսակ, ձայնագրություն, էլեկտրոնային մատչելի ձևաչափեր, այլ ձևաչափեր)

Անվճար լեզվական ծառայություններ այն մարդկանց համար, ում առաջնային լեզուն անգլերենը չէ, ինչպես օրինակ՝

- Որակավորված բանավոր թարգմանիչներ
- Գրավոր տեղեկատվություն այլ լեզուներով

Եթե այս ծառայությունների կարիքն ունեք, կապվեք L.A. Care Health Plan-ի հետ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, այդ թվում տոն օրերին՝ զանգահարելով **1.888.839.9909**:

Եթե խոսքի կամ լսողության խնդիրներ ունեք, խնդրում ենք զանգահարել **TTY 711**: Ըստ պահանջի՝ այս փաստաթուղթը կարող եք ստանալ Բրեյլի այբուբենով, խոշոր տառերով, ձայնագրությամբ կամ էլեկտրոնային եղանակով:

Այս այլընտրանքային ձևաչափերից որևէ մեկով պատճեն ստանալու համար զանգահարեք կամ գրեք:

L.A. Care Health Plan
Անդամների սպասարկման բաժին
1200 West 7th St., Los Angeles, CA 90017
1.888.839.9909 TTY: 711

Ինչպես ներկայացնել բողոք քաղաքացիական իրավունքների մասին

Եթե համոզված եք, որ L.A. Care Health Plan-ին չի հաջողվել այս ծառայությունները մատուցել, կամ ապօրինաբար խտրականություն է գործադրել մի ուրիշ ճանապարհով՝ սեռի, ռասայի, մշակի գույնի, կրոնի, ծագումնաբանության, ազգային ծագման, ազգային խմբի նույնականացման, տարիքի, հոգեկան հաշմանդամության, ֆիզիկական հաշմանդամության, բժշկական վիճակի, զենետիկական տեղեկությունների, ամուսնական կարգավիճակի, սեռի, սեռական ինքնության կամ սեռական կողմնորոշման հիմքի վրա, կարող եք բողոք ներկայացնել L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության գլխավոր տնօրենին:

Դուք կարող եք քաղաքացիական իրավունքների բողոք ներկայացնել հեռախոսով, գրավոր, անձամբ կամ էլեկտրոնային ձևով:

ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ՝
Կապվեք L.A. Care Health Plan-ի Համապատասխանության տնօրենի հետ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր, այդ թվում տոն օրերին՝ զանգահարելով **1.888.839.9909**: Կամ, եթե լավ չեք տեսնում կամ լսում, զանգահարեք **TTY 711**:

ԳՐԱՎՈՐ՝
Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ գրեք և ուղարկեք այս հասցեով՝

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

ԷԼ ՓՈՍՏ
civilrightscoordinator@lacare.org

ԱՆՁԱՄԲ՝
Այցելեք ձեր բժշկի գրասենյակ կամ L.A. Care Health Plan ու ասեք, որ ցանկանում եք ներկայացնել քաղաքացիական իրավունքների վերաբերյալ բողոք:

ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ՄԻՋՈՑՈՎ՝
Այցելեք L.A. Care Health Plan-ի կայք՝ lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-form կամ էլ նամակ ուղարկեք civilrightscoordinator@lacare.org հասցեին:



Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ — Կալիֆորնիայի Առողջական խնամքի սպասարկման բաժին

Դուք կարող եք նաև քաղաքացիական իրավունքների գանգատ ներկայացնել Կալիֆորնիայի Առողջական խնամքի սպասարկման բաժնի (Department of Health Care Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ (Office of Civil Rights)՝ հեռախոսով, գրավոր կամ էլեկտրոնային եղանակով:

ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ՝
Զանգահարեք **1.916.440.7370**: Եթե լավ չեք խոսում կամ լսում, խնդրում ենք զանգահարել **711** (Հեռահաղորդակցությունների փոխանցման ծառայություն):

ԳՐԱՎՈՐ՝
Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ ուղարկեք հետևյալ հասցեին՝
Տնօրենի տեղակալ, Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ Առողջական խնամքի սպասարկման բաժին Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ P.O. Box 997413, MS 0009 Sacramento, CA 95899-7413
Գանգատի ձևաթուղթը հասանելի են dhcs.ca.gov/pages/language_access.aspx կայքում:

ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ՄԻՋՈՑՈՎ՝
Էլ նամակ ուղարկեք հետևյալ հասցեին՝ civilrights@dhcs.ca.gov:

Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ — ԱՄՆ Առողջապահության և հանրային ծառայությունների դեպարտամենտ

Եթե համոզված եք, որ ձեր դեմ խտրականություն է գործադրվել ռասայի, մշակի գույնի, ազգային ծագման, տարիքի, հաշմանդամության կամ սեռի հիմքի վրա, կարող եք նաև քաղաքացիական իրավունքների գանգատ ներկայացնել ԱՄՆ Առողջապահության և հանրային ծառայությունների դեպարտամենտի (U.S. Department of Health and Human Services) Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակ՝ հեռախոսով, գրավոր կամ էլեկտրոնային միջոցով:

ՀԵՌԱԽՈՍՈՎ՝
Զանգահարեք **1.800.368.1019**: Եթե լավ չեք լսում կամ խոսում, խնդրում ենք զանգահարել TTY/TDD **1.800.537.7697** հեռախոսահամարով:

ԳՐԱՎՈՐ՝
Լրացրեք զանգատի ձևաթուղթ կամ նամակ ուղարկեք հետևյալ հասցեին՝
ԱՄՆ Առողջապահության և հանրային ծառայությունների դեպարտամենտ 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building Washington, D.C. 20201
Գանգատի ձևերը կարելի է գտնել hhs.gov/ocr/office/file/index.html կայքէջում:

ԷԼԵԿՏՐՈՆԱՅԻՆ ՄԻՋՈՑՈՎ՝
Այցելեք Քաղաքացիական իրավունքների գրասենյակի Գանգատների պորտալը՝ ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf:



Լեզվական



Ազատ Կոմյունիզմ

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 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 հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Կան նաև օժանդակ պիտակներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1.888.839.9909 (TTY 711)**: Այդ ծառայություններն անվճար են:

ប្រាសាទស្កុយលីយ៉ា (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នកត្រូវការជំនួយជាភាសាស្កុយលីយ៉ា សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1.888.839.9909 (TTY 711)** ។ ជំនួយ និង សេវាកម្មសម្រាប់ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរ ធំៗ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ព ធំ 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 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 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 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 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 ntwv su thiab luam tawm ua tus ntwv loj. Hu rau **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

日本語表記 (Japanese)

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

한국어 태그라인 (Korean)

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 **1.888.839.9909 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1.888.839.9909 (TTY 711)** 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

ແຕກໂລພາສາລາວ (Laotian)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາຕີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕເລິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາຕີ **1.888.839.9909 (TTY 711)**. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mein (Mien)

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

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Panjabi)

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909 (TTY 711)**। ਅਧਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1.888.839.9909 (TTY 711)**। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Русский слоган (Russian)

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Такие услуги предоставляются бесплатно.

Español (Spanish)

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Estos servicios son gratuitos.

Tagalog (Tagalog)

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Libre ang mga serbisyo ng ito.

แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)

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

Примітка українською (Ukrainian)

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Ці послуги безкоштовні.

Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese)

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số **1.888.839.9909 (TTY 711)**. Các dịch vụ này đều miễn phí.

