

НОВОСТИ



**ВАШ ПАРТНЕР В ОБЛАСТИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

ЗИМА 2024

В этом выпуске:

- «Информация о справедливости от доктора Мо» — познакомьтесь с новым директором по обеспечению равенства в вопросах здравоохранения **стр. 2**
- Результаты уже есть! **стр. 3**
- Услуги для участников Partnership **стр. 3**
- Планирование семьи: полезно для матерей и семей **стр. 4**
- Защитите свою семью от свинца **стр. 4**



Добро пожаловать в Partnership!

Мы рады приветствовать 319 000 новых участников из 10 новых округов в семье Partnership. С января 2024 года мы станем вашим новым планом медицинского страхования Medi-Cal в округах Бьютте, Колуза, Гленн, Невада, Плейсер, Плумас, Сьерра, Саттер, Техама и Юба. Миссия Partnership — помочь нашим членам и сообществам, которых мы обслуживаем, быть здоровыми.

Пять лет назад эти 10 новых округов обратились в Partnership и спросили, могли ли бы мы обслуживать их участников Medi-Cal. Эти округа возглавили усилия по внедрению услуг Partnership в ваше сообщество, общаясь с врачами и другими членами сообщества. Мы благодарим их за проделанную ими тяжелую работу!

Более 30 лет назад больницы округа Солано сформировали Partnership, чтобы помочь сократить количество ненужных визитов в отделения неотложной помощи.

В 1994 году мы начали примерно с 44 000 участников. Сегодня у нас уже 920 000 участников в 24 округах Северной Калифорнии. Территория обслуживания Partnership по площади больше, чем у 20 штатов США.

Мы готовы начать это новое путешествие. 24 округа Partnership имеют много общего и прочные связи друг с другом. Вместе сообщество Medi-Cal станет сильнее во всех 24 округах Partnership.

Сельские районы Северной Калифорнии — особое место для жизни с богатой историей и множеством уникальных сообществ. Мы с нетерпением ждем возможности познакомиться с нашими новыми участниками и стать вашим партнером в вопросах здоровья.

Соня Бьорк

Генеральный директор, Partnership HealthPlan of California

- Берегите здоровье своего ребенка. Запланируйте профилактический визит для ребенка **стр. 5**
- Ресурсы по месту жительства для вас и вашей семьи **стр. 6**
- Годовое заявление о раскрытии информации **стр. 7**
- Ежемесячные собрания в Partnership **стр. 7**
- Насилие со стороны интимного партнера, также известное как домашнее насилие **стр. 8**
- Что такое первичный прием у врача? **стр. 9**
- Обучающие видеоролики по здоровому образу жизни **стр. 9**
- Куда следует обращаться при неотложных проблемах со здоровьем? **стр. 10**
- Омбудсмен управляемого медицинского обеспечения Medi-Cal **стр. 10**
- Советы по лечению для людей с высоким кровяным давлением и/или сахарным диабетом **стр. 11**
- Мошенничество в программе Medi-Cal **стр. 11**
- Программа Partnership по распространению медицинского оборудования (PMEDS) **стр. 12**
- Partnership предлагает услуги устного и письменного перевода **стр. 12**
- Уведомление о взыскании имущества **стр. 13**
- Присоединяйтесь к Консультативному комитету потребителей Partnership **стр. 13**

- Medi-Cal для детей и подростков **стр. 14**
- Анализ на хламидиоз **стр. 14**
- Получение услуг по лечению наркомании в качестве участника Partnership **стр. 15**
- Вы беременны? У вас недавно родился ребенок? **стр. 15**
- Лабораторные услуги **стр. 15**
- Программа, помогающая снизить расходы на интернет **стр. 16**



«Информация о справедливости от д-ра Мо» — познакомьтесь с новым директором по обеспечению равенства в вопросах здравоохранения

Уважаемые участники!

Я доктор Мохамед «Мо» Джаллох (Mohamed “Moe” Jalloh), ваш новый специалист по обеспечению равенства в вопросах здравоохранения в Partnership. Я очень рад быть здесь и служить вам. Я работаю фармацевтом и учителем более 5 лет и преподаю семейную медицину в Калифорнийском университете Туро в округе Солано.

Мой путь к обеспечению равенства в вопросах здравоохранения начался в 2021 году, когда я попал в автомобильную аварию по пути на работу, связанную с лечением пациентов. Мне, афроамериканцу, было трудно получить необходимую мне помощь, хотя я был учителем. Но я постоял за себя и получил заслуженную помощь.

Равенство в вопросах здравоохранения означает, что каждый должен иметь равные шансы быть здоровым. В Partnership мы хотим предоставить всем нашим членам равные шансы на здоровье. Я благодарен за то, что работаю в Partnership и помогаю участникам получать необходимую им помощь.

В рамках Partnership мы ежегодно отмечаем Неделью равенства в вопросах здравоохранения, проводя тренинги, чтобы быть в курсе тем, касающихся равенства в отношении здоровья. Наш департамент здравоохранения населения нанимает местных жителей для поддержки здорового образа жизни участников и создания образовательных материалов. Мы также работаем с государством, чтобы получить больше средств на обеспечение равенства в вопросах здравоохранения, что, как мы надеемся, поможет вам и всем нашим участникам.

Я рад сотрудничеству с вами и гарантирую, что у вас есть много шансов прожить здоровую жизнь с Partnership.

Ваш сотрудник по вопросам справедливости в области здравоохранения,

Д-р Мохамед Джаллох

Результаты уже есть!

Partnership HealthPlan of California каждый год рассылает случайной выборке наших участников опросы об **удовлетворенности участников**. В начале 2023 года мы разослали 2700 опросов для взрослых и 4125 опросов для детей. Ваши отзывы помогают нам повысить

Услуги для участников Partnership: (800) 863-4155

Если у вас есть вопросы по поводу медицинского обслуживания, позвоните нам. Мы готовы помочь с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00. Мы можем помочь вам в следующем:

- Общая информация о ваших льготах Medi-Cal
- Выбор или смена врача или медицинской клиники
- Получение нового удостоверения Partnership
- Проблемы со счетами за медицинские услуги
- Проблемы или жалобы на ваше медицинское обслуживание
- Запись на прием
- Услуги устного переводчика
- Информация о вашем направлении или предварительном разрешении
- Помощь с проездом на прием
- Вопросы по претензиям или стоимости услуг ◆

качество обслуживания участников нашего плана.

Опросы взрослых показали, что участники довольны полученным медицинским обслуживанием, тем, как организовано их лечение, и обслуживанием клиентов Partnership.

Опросы детей показали, что участники довольны своим врачом, тем, как организовано их лечение, и обслуживанием клиентов Partnership.

Мы продолжим усердно работать над улучшением доступа к лечению для наших взрослых участников и детей.

Мы благодарим участников, принявших участие в опросе. В 2024 году мы разошлем по почте новый опрос. Если вы получили опросник, помогите нам, заполнив его за себя или своего ребенка. ◆



Планирование семьи: полезно для матерей и семей

Беременность — это опыт, меняющий жизнь. Планирование семьи позволяет вам выбрать, сколько детей вы хотите и с каким интервалом друг от друга они должны родиться. Планирование семьи может помочь предотвратить беременность, если вы этого не хотите. Незапланированная беременность может оказать большое влияние на здоровье и благополучие семьи. Исследования показывают, что люди, способные планировать свою семью, испытывают меньше физического, эмоционального и финансового стресса. Люди, которые планируют свою семью, как правило, имеют больше времени и энергии для личного и семейного роста.

Эксперты в области здравоохранения рекомендуют, чтобы между беременностями прошло не менее 18 месяцев. У детей, которые рождаются со слишком коротким интервалом, могут возникнуть проблемы со здоровьем, такие как преждевременное рождение, низкий вес при рождении, повышенная вероятность недостаточного питания, плохого роста и детской смертности. Матери с беременностями через короткие интервалы времени подвержены высокому риску возникновения депрессии и таких проблем, как ранние роды или смерть.

Контрацепция может предотвратить беременность до тех пор, пока вы не будете готовы завести ребенка. Вы можете прекратить принимать противозачаточные средства, если хотите забеременеть. К некоторым видам

противозачаточных средств относятся мужские и женские презервативы, внутриматочные противозачаточные средства (ВМС), противозачаточные таблетки, инъекции сроком действия 3 месяца или имплантаты, внедренные под кожу (срок действия до 3 лет). Существуют также способы предотвращения беременности, такие как перевязка маточных труб для женщин или вазэктомия для мужчин.

Вы можете поговорить со своим врачом о планировании семьи во время беременности. Вы можете начать прием противозачаточных средств вскоре после родов, исходя из ваших личных потребностей и рисков для здоровья. Не существует одного контрацептивного средства, которое лучше всего подходило бы всем. Женский врач может помочь вам выбрать то, что лучше для вас.

Partnership покрывает многие виды услуг по планированию семьи. Участники могут получить доступ к льготам для услуг планирования семьи у своего врача или женского врача без направления. Пожалуйста, поговорите со своим врачом, чтобы узнать подробности. ♦

Защитите свою семью от свинца

Свинец — токсичный металл, добавляемый во многие обычные вещи, такие как газ, краска, керамика, посуда, конфеты и косметика. Воздействие свинца с течением времени может привести к серьезному заболеванию людей и даже смерти из-за высокого уровня свинца в организме. Отравление свинцом происходит при его проглатывании или вдыхании. Частицы свинца затем попадают в кровоток и разносятся по организму. Безопасного уровня свинца не существует.

Поскольку младенцы и маленькие дети часто кладут руки и предметы в рот, они подвергаются более высокому риску воздействия свинца. Любое количество свинца может нанести вред мозгу и замедлить рост. Это также может вызвать проблемы со слухом, речью, обучением

и поведением. При обнаружении свинца в крови необходимо найти и устранить источник свинца, чтобы предотвратить дальнейший контакт с ним.

Семьи могут ограничить контакт со свинцом следующими способами:

- Не допускать контакта маленьких детей с отслаивающейся краской в домах, построенных или окрашенных до 1978 года.
- Не готовить из керамической посуды, изготовленной за пределами США.
- Не давать конфеты, произведенные за пределами США.
- Ограничить использование раскрашенных игрушек, выпущенных до 1978 года, или игрушек, произведенных за пределами США.

Каждый ребенок должен пройти стандартные тесты на содержание свинца в крови до того, как ему исполнится 6 лет. Дети в возрасте 0–6 месяцев и 12–24 месяцев должны проходить обследование на свинец. Любой ребенок, который впервые участвует в программе Medi-Cal, должен пройти обследование, если нет записей о предыдущем обследовании. Любой ребенок с высоким риском контакта со свинцом, не прошедший обследование, должен пройти скрининговый тест на содержание свинца в крови.

Любое количество свинца у детей может стать причиной проблем с обучением, концентрацией внимания и поведением. Большинство детей с отравлением свинцом не выглядят больными и не ведут себя соответствующим образом. У детей с высоким уровнем свинца в организме могут возникнуть проблемы с желудком, головные боли или отсутствие аппетита. Они также могут быть капризными. Поговорите с лечащим врачом вашего ребенка о скрининговых тестах на свинец. Найдите способы снизить контакт со свинцом членов вашей семьи внутри вашего дома и вокруг него.

Чтобы узнать больше о свинце и о том, как защитить свою семью от свинца, посетите раздел, посвященный образованию о здоровье, на сайте PartnershipHP.org. ♦

Берегите здоровье своего ребенка. Запланируйте профилактический визит для ребенка

Знаете ли вы, что ваш ребенок может ежегодно посещать своего основного лечащего врача (РСП) для осмотра состояния здоровья ребенка? Эти посещения важны для роста и развития вашего ребенка. Профилактические осмотры проводятся бесплатно.

Лечащий врач вашего ребенка проведет проверку его развития, здоровья полости рта, зрения, слуха и потребностей в питании. Визиты по уходу за детьми также включают рекомендованные вакцины для защиты вашего ребенка от заболеваний, а также проверку крови на содержание свинца в возрасте 12 и 24 месяцев. Если вашему ребенку меньше 6 лет, ему, возможно, придется пройти повторный анализ на уровень свинца в крови.

Позвоните сегодня лечащему врачу вашего ребенка, чтобы запланировать профилактический визит для осмотра ребенка. Если у вас возникли вопросы, позвоните нам по номеру **(800) 863-4155**. Мы всегда готовы помочь. Звоните с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00. Пользователи TTY/TDD могут позвонить в Калифорнийскую службу ретрансляции по телефону **(800) 735-2929** или **711**. ♦



Ресурсы по месту жительства для вас и вашей семьи

Ищете местные ресурсы и не знаете, с чего начать? Веб-сайт Partnership HealthPlan of California может вам в этом помочь. У нас есть ресурсы для каждого из 24 округов, которые мы обслуживаем. Это лишь один из способов помочь нашим участникам быть в безопасности и быть здоровыми.

Чтобы найти страницу «Ресурсы по месту жительства», перейдите на наш веб-сайт по адресу PartnershipHP.org. Выберите или наведите указатель мыши на вкладку «СООБЩЕСТВО» на синей панели вверху главной страницы. Выберите свой округ, чтобы увидеть все ресурсы рядом с вами. Ресурсы, как правило, можно использовать бесплатно.

Вот некоторые из ресурсов, которые вы можете найти:

РЕАГИРОВАНИЕ НА ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Когда происходит чрезвычайное событие, такое как лесные пожары или землетрясения, этот значок будет добавлен на страницу пострадавшего округа. Этот значок будет находиться на странице и обновляться в течение 90 дней.

На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Где можно получить помощь во время чрезвычайной ситуации
- Куда можно переместить животных в случае чрезвычайной ситуации
- Как заменить утерянные документы

CHILDREN AND FAMILIES ДЕТИ И СЕМЬИ

На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Ресурсы по уходу за детьми
- Семейные ресурсные центры
- Услуги приемных семей и родственной поддержки
- Программы посещения на дому
- Услуги по развитию молодежи

ОДЕЖДА И СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Места, где можно купить одежду, одеяла и спальные мешки
- Места, где вы можете найти мобильные душевые и услуги прачечной

КРИЗИСНЫЕ СИТУАЦИИ

Вы не одиноки в кризисной ситуации. На этой странице вы найдете следующие виды помощи:



- Услуги по охране психического здоровья
- Домашнее насилие и сексуальные посягательства
- Услуги по защите взрослых
- Предотвращение жестокого обращения с детьми

ПИЩА На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Программа CalFresh
- Ресурсы WIC (женщины, младенцы и дети)
- Питание для пожилых людей
- Фермерские рынки
- Продовольственные банки

ЖИЛЬЕ На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Приют(-ы)
- Временное жилье
- Помощь с оплатой аренды и коммунальных услуг

ЛГБТК+ На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Номера телефонов горячей линии
- Юридические ресурсы
- Ресурсы для пожилых людей
- Ресурсы для подростков
- Ресурсы для трансгендеров

ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Услуги по сопровождению беременности
- Программы посещения на дому
- Ресурсы по психическому здоровью матерей
- Послеродовые услуги
- Услуги по поддержке грудного вскармливания

ТРАНСПОРТИРОВКА На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Льготы на транспортировку от Partnership
 - Управление медицинскими перевозками (MTM)
 - Неэкстренная медицинская транспортировка (NEMT)
- Транспортные услуги для пожилых людей
- Услуги паратранзита

НАЦИОНАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ ШТАТА

На этой странице вы найдете следующую информацию:



- Кризисные горячие линии
- Услуги для людей с ограниченными возможностями
- Помощь при стихийных бедствиях
- Ресурсы о домашнем насилии
- Группа поддержки
- Услуги, связанные с употреблением психоактивных веществ
- Помощь в оплате коммунальных услуг ♦

Годовое заявление о раскрытии информации

Partnership признает, что лечение и услуги могут использоваться в недостаточной степени, и предпринимает шаги для выявления этого. Решения, принятые Partnership, основаны на целесообразности оказания медицинской помощи и наличии страхового покрытия. Partnership не предоставляет никаких выплат, стимулов или вознаграждений поставщикам услуг, консультантам или персоналу за отказ в предоставлении участникам медицинских услуг или отказе в страховом покрытии. ♦

Ежемесячные собрания в Partnership

Некоторые из ежемесячных собраний Partnership открыты для общественности. В этих собраниях участвуют члены нашего совета директоров, сотрудники, поставщики услуг и такие участники, как вы. Если вы хотите прийти на одно из этих собраний, позвоните нам по телефону **(800) 863-4155**. Мы сообщим вам, когда и где будут проходить эти собрания. ♦



Насилие со стороны интимного партнера, также известное как домашнее насилие

Насилие со стороны интимного партнера является одной из форм жестокого обращения.

Ему могут подвергаться люди любого возраста, расы, религии, сексуальной ориентации или пола. Насилие может быть эмоциональным, вербальным, финансовым или сексуальным. Насилие может быть угрозой, издевательством и физическим насилием.

- Считаете ли вы, что подвергались насилию?
- Задайте себе эти вопросы. Даже если вы ответили «да» всего лишь на 1 вопрос, вы подвергаетесь насилию.
- Заставляет ли меня мой партнер испытывать чувство страха?
- Ревнует ли мой партнер, когда я нахожусь рядом с другими людьми?
- Угрожал ли когда-нибудь мой партнер причинить мне вред?
- Мой партнер когда-либо толкал или бил меня, душил, швырял в меня чем-то или принуждал меня к сексу?
- Распоряжается ли мой партнер семейными деньгами или отказывается давать мне деньги?
- Угрожает ли мой партнер меня депортировать?

- Мешает ли мне мой партнер видиться с близкими или следовать своим интересам?

Вы не одиноки

Дело в том, что насилие происходит во всех сообществах. Когда ваш партнер оскорбляет вас, вы можете чувствовать:

- Страх
- Злость
- Стыд
- Расстройство
- Обиду
- Замешательство
- Безднадежность

Ваш партнер может усугублять эти чувства, обвиняя вас. Никто не заслуживает насилия, угроз или издевательств. Вы можете получить помощь для себя.

Что можно сделать

Позвоните в службу **911**, если вы находитесь в опасности.

Поговорите с кем-то, кому вы доверяете: другом, членом семьи, врачом или священнослужителем.

Подготовьте комплект вещей для экстренного выезда. В комплекте должны быть вещи, которые вам понадобятся, если вам придется быстро покинуть помещение. Ваш комплект должен включать идентификационную карточку участника, свидетельство о рождении, лекарственные препараты и некоторая сумма денег. Добавьте вещи, которые важны для вас, например фотографии или украшения. Всегда держите при себе мобильный телефон и ключи от машины.

Чтобы получить помощь в поиске приютов и программы в вашем районе, позвоните на Национальную горячую линию по вопросам домашнего насилия по номеру **(800) 799-SAFE (799-7233)** или **(800) 787-3224 (TTY)**. Вы также можете найти ресурсы в вашем регионе в разделе «Ресурсы по месту жительства» на веб-сайте Partnership.

Помните, что вы являетесь экспертом в своей собственной жизни. Вы знаете, что подходит именно вам. Насилию нет оправдания. ♦



Что такое первичный прием у врача?

Каждый новый член должен обратиться к врачу в течение 120 дней с момента присоединения к Partnership. Мы называем этот первый визит первичным визитом к врачу.

Первичный визит к врачу включает:

- Полное обследование организма и проверку психического здоровья
- Получение информации о рисках для здоровья и способах заботы о здоровье
- Медицинские осмотры или прививки, которые могут вам понадобиться
- Составление плана медицинского обслуживания

Это прекрасный момент, чтобы поговорить со своим врачом о своем здоровье и любых проблемах, которые могут у вас возникнуть. Ваш врач выслушает ваши потребности, изучит вашу историю болезни и решит, какая помощь вам нужна.

Посещение этих визитов принесет пользу вашему здоровью. Они помогут вам и вашему врачу понять друг друга и поговорить о том, как достичь ваших целей в отношении здоровья.

Позаботьтесь о своем здоровье. Обязательно запишитесь на первичный прием к врачу. ♦

Обучающие видеоролики по здоровому образу жизни

Узнать о вашем плане медицинского страхования Partnership теперь проще, чем когда-либо! У нас есть видео на YouTube, которые помогут вам получить ответы на вопросы, которые могут у вас возникнуть.

В 2022 году в рамках программы Partnership мы начали снимать видеоролики, которые помогают объяснить, кто мы и что мы предлагаем нашим участникам. Вот некоторые из тем: «Что такое Partnership?» «Моя идентификационная карта Partnership» и «Планирование семьи». В другом видеоролике «Как подать жалобу или апелляцию» показано, как постоять за себя, если у вас возникли проблемы с медицинским обслуживанием. С помощью этого видеоролика вы узнаете, как подать жалобу и что делать, если вам нужна дополнительная помощь. Скоро появятся новые видеоролики на такие темы, как, например, почему важно обращаться к врачу.

Мы позаботились о том, чтобы каждый мог посмотреть эти видео. Видео можно смотреть на разных языках с субтитрами, а YouTube позволяет изменять скорость видео. Это один из многих способов, с помощью которых мы в Partnership делаем все возможное, чтобы сделать ваше медицинское обслуживание простым в использовании. ♦

Отсканируйте код QR, чтобы просмотреть видео



Куда следует обращаться при неотложных проблемах со здоровьем?

Автор: Лулу Чжан

У вас когда-нибудь были проблемы со здоровьем, которые не представляли вашей жизни угрозу, но все же требовали немедленной медицинской помощи? Может быть, это было в воскресенье, и вы вспомнили, что ваш лечащий врач (PCP) не работает, поэтому вместо этого вы поехали в круглосуточное отделение скорой помощи (ER).

В то время как сотрудники скорой помощи (ER) заботились о вас, что-то пошло не так. Вы видели некоторых пациентов с пугающими проблемами, такими как инсульт. Вы подумали про себя: «Неужели я «трачу» их жизненно важные ресурсы?» Вы почесали затылок и подумали: «Куда мне обратиться в случае неотложных медицинских проблем, которые не подвергают мою жизнь опасности?»

Оказывается, у вас есть варианты! Вы можете пойти в разные места в зависимости от проблемы со здоровьем, которая у вас может возникнуть:

- Скорая помощь (ER) предназначена для проблем со здоровьем, которые могут подвергнуть вашу жизнь опасности, таких как сердечный приступ, боль в груди или затрудненное дыхание.
- Центр неотложной помощи предназначен для проблем со здоровьем, которые требуют немедленной помощи, но не подвергают вашу жизнь опасности, например, инфекции носовых пазух или уха, зубные боли или ангина.
- В поликлинике вы можете в тот же день обратиться к врачу при несрочных проблемах. Эти клиники часто работают до 7 часов вечера в будние дни и принимают пациентов в выходные.
- Прием врача может проводиться в тот же день в порядке живой очереди.

- Если ваш врач не может вас принять, он может пригласить другого врача. Это называется «теплой передачей». Вы вернетесь к услугам своего врача, когда он будет доступен.
- Вы сможете записаться на видеовизит к врачу в тот же день.
- С медсестрами-консультантами можно связаться по телефону 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. Их номер указан в вашей идентификационной карте Partnership.

Ваш основной врач или лечащий врач (PCP) действует как «опекун», который следит за тем, чтобы его пациенты получали долгосрочную и профилактическую медицинскую помощь. Поэтому, если у вас возникнут неотложные проблемы со здоровьем, скорее всего, ваша первая остановка будет не у вашего лечащего врача (PCP).

Вы можете дождаться приема у своего лечащего врача (PCP) или обратиться в описанные выше места для получения помощи в случае проблем со здоровьем. После того, как вы пройдете курс лечения и почувствуете себя лучше, вы можете записаться на прием к своему лечащему врачу (PCP), чтобы поговорить о том, как оставаться здоровым.

Лулу Чжан — участница Partnership и выпускница исторического факультета Калифорнийского университета в Дэвисе, которая из всех сил пытается найти работу по своей специальности и благодарна программе Medi-Cal. ♦

Омбудсмен управляемого медицинского обеспечения Medi-Cal

Вы можете позвонить в офис омбудсмана по управляемому медицинскому обеспечению Департамента здравоохранения по телефону **(888) 452-8609** с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00, если у вас есть какие-либо вопросы или жалобы на предоставленные вам медицинские услуги. Там вам могут помочь с проблемами, связанными с управляемым медицинским обеспечением. ♦



Советы по лечению для людей с повышенным артериальным давлением и/или сахарным диабетом

Со временем высокое артериальное давление и высокий уровень сахара в крови могут привести к проблемам, связанным с сердцем, таким как инсульт и сердечный приступ. Вы можете совершать определенные действия дома самостоятельно для контролирования уровня артериального давления и сахара в крови с тем, чтобы оставаться здоровым.

Ваш врач может посоветовать вам чаще заниматься спортом и изменить свой рацион питания. Он также может порекомендовать вам принимать лекарства. Важно, чтобы вы принимали лекарства так, как сказал вам врач.

Еженедельная таблетница может помочь отслеживать, когда принимать лекарство. Возможно, вам потребуется обращаться к врачу чаще, когда вы начинаете прием нового лекарства. Он захочет увидеть, насколько хорошо препарат работает. Поговорите с врачом, если у вас возникнут проблемы с лекарством или вам не нравится, как вы себя чувствуете. Возможно, вам придется изменить его на другое лечение, которое больше для вас подходит.

Проконсультируйтесь с фармацевтом, когда будете забирать лекарство. Фармацевт расскажет вам, для чего предназначено лекарство, когда его принимать и чего ожидать. Фармацевт может дать рекомендации по снижению побочных эффектов (например, расстройства желудка). Проконсультируйтесь со своим врачом и фармацевтом; они хотят вам помочь. Контроль артериального давления и уровня сахара в крови поможет вам оставаться здоровым. ♦

Мошенничество в программе Medi-Cal

Мошенничество в программе Medi-Cal происходит, когда люди просят Medi-Cal оплатить услуги для кого-то, на кого не распространяется страховка Medi-Cal. Это обходится налогоплательщикам в миллионы долларов ежегодно. Иногда люди позволяют члену семьи или другу использовать свою идентификационную карту Medi-Cal для получения медицинской помощи, но такие действия являются преступлением. Чтобы предотвратить мошенничество, ваш врач попросит вас предъявить удостоверение личности с фотографией, когда вы придете на лечение. Мы полагаемся на всех, кто поможет остановить мошенничество в рамках программы Medi-Cal.

Вы можете сообщить о факте мошенничества, позвонив на нашу горячую линию по борьбе с мошенничеством по номеру **(800) 601-2146** или на горячую линию штата по борьбе с мошенничеством по номеру **(800) 822-6222**. Ваш звонок будет анонимным. Вы не обязаны предоставлять свои персональные данные для сообщения о подозреваемых фактах мошенничества. С вашей помощью мы можем предотвратить мошенничество в программе Medi-Cal. ♦



Программа Partnership по распространению медицинского оборудования

Сотрудники программы Partnership HealthPlan of California рады сообщить, что в рамках программы Partnership по распространению медицинского оборудования (Partnership Medical Equipment Distribution Services, PMEDS) теперь есть портативные небулайзеры. Портативные небулайзеры доставляют лекарство в легкие. Они предназначены для участников, которые практически не имеют доступа к электричеству или не имеют дома.

Участники Partnership могут бесплатно получить медицинское оборудование, которое помогает отслеживать и контролировать состояние здоровья. Спросите своего врача, можете ли вы получить какой-либо из этих устройств в рамках программы PMEDS. Другое оборудование в этой программе включает:

- Тонометры и манжеты
- Увлажнители воздуха
- Сейфы для хранения лекарств (обеспечивают безопасность лекарств)
- Небулайзеры и запасные детали (для доставки лекарств в легкие)
- Оксиметры (для измерения уровня кислорода в крови)
- Весы (для проверки массы тела)
- Цифровые термометры (для проверки температуры тела)
- Испарители (для увлажнения воздуха)

- Специальные инструменты для участников с плохим зрением

Спросите своего врача, можете ли вы получить оборудование, узнайте больше о программе PMEDS или узнайте, какое другое оборудование вы можете получить. Пожалуйста, сообщите своему врачу, если у вас нет почтового адреса – возможно, вы сможете забрать оборудование в кабинете врача или в клинике. ♦

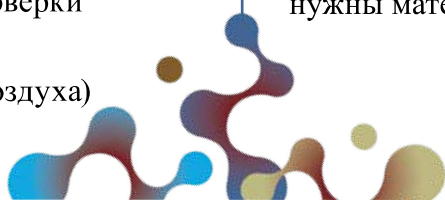
Partnership предлагает услуги устного и письменного перевода

Partnership предоставляет нашим участникам услуги устного перевода бесплатно для вас или вашего врача. Вам не понадобится, чтобы ваши дети, друзья или члены семьи переводили для вас.

Когда вы звоните в наш отдел обслуживания участников, попросите переводчика и сообщите нам язык, который вам нужен. Если у вас нарушение слуха, вы также можете воспользоваться услугами перевода, когда вам нужно поговорить с сотрудниками Службы поддержки участников, рассмотрения претензий, управления использованием, управления здоровьем населения, координации медицинского обслуживания, рассмотрения жалоб и апелляций или транспортных услуг.

Во время визитов к врачу вы можете воспользоваться услугами переводчика, в том числе квалифицированного сурдопереводчика. Вы можете получить услуги устного переводчика по телефону, видео или лично. Чтобы получить личного переводчика, позвоните нам как минимум за 3 рабочих дня до вашего визита.

Partnership переводит все материалы для участников на испанский, русский и тагальский языки. Пожалуйста, позвоните нам, если вам нужны материалы на другом языке. Вы также



можете запросить материалы, напечатанные крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в аудио-формате.

Сообщите нам, если ваши языковые потребности не были удовлетворены. Вы имеете право подать жалобу или апелляцию. О том, как это сделать, можно узнать на веб-сайте Partnership по адресу PartnershipHP.org. Перейдите в раздел «Участники» и нажмите «Подать жалобу или апелляцию» в разделе «Услуги, доступные онлайн».

Чтобы узнать больше об этих услугах или подать жалобу или апелляцию, позвоните нам по телефону **(800) 863-4155**. Пользователи телетайпа могут позвонить по телефону **(800) 735-2929** или **711**. ♦

Уведомление о взыскании имущества

Программа Medi-Cal должна требовать возмещения за счет имущества покойных участников за некоторые льготы, полученные участниками по страховке Medi-Cal на момент того, как им исполнилось 55 лет или более. Возмещение включает в себя плату за обслуживание и страховые взносы за управляемое медицинское обеспечение или подушные выплаты за услуги учреждения престарелых, услуги на дому и по месту жительства, а также соответствующие больничные услуги и услуги по рецептурным лекарственным препаратам, полученные, когда участник находился в стационаре в учреждении престарелых или получал услуги на дому и по месту жительства. Размер возмещения не может превышать стоимость удостоверенного имущества участника.

Чтобы узнать больше, перейдите на веб-сайт DHCS по взысканию имущества по адресу <https://dhcs.ca.gov/er> или позвоните по телефону **(916) 650-0590**. ♦

Присоединяйтесь к Консультативному комитету потребителей Partnership

Кто мы

Консультативный комитет по защите прав потребителей Partnership (CAC) — это группа участников Partnership, которые встречаются, чтобы обсудить, как Partnership может заботиться об участниках и их потребностях. Комитет CAC собирается 4 раза в год, и все заседания открыты для общественности.

Что мы делаем

Partnership обращается к участникам CAC с просьбой поделиться своими мыслями по самым разным вопросам, например, об информации для веб-сайта или о материалах для рассылок. Они поднимают любые вопросы, связанные с контентом, и делятся идеями о том, как лучше всего обслуживать участников Partnership. Идеи и полученные данные CAC ложатся в основу услуг Partnership.

Кто может присоединиться?

Все участники Partnership и (или) родители/опекуны участников плана. Мы приветствуем людей из всех слоев общества.

Как присоединиться

Позвоните в отдел обслуживания участников Partnership по телефону **(800) 863-4155** с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00.

Пользователи TTY/TDD могут позвонить в Калифорнийскую службу ретрансляции по телефону **(800) 735-2929** или по номеру 711.

Вы также можете посетить нашу [веб-страницу CAC](http://PartnershipHP.org/Members/Medi-Cal/Pages/CAC.aspx) по адресу PartnershipHP.org/Members/Medi-Cal/Pages/CAC.aspx ♦

Посетите наш веб-сайт, отсканировав QR-код:





Medi-Cal для детей и подростков

Если вашему ребенку еще не исполнился 21 год и он застрахован по программе Medi-Cal, он может получить медицинскую помощь бесплатно. Ваш ребенок должен проходить осмотр у врача один раз в год, даже если он не болен. Осмотры могут помочь обнаружить и устранить проблемы со здоровьем на ранней стадии. Во время осмотра врач может предоставить следующие услуги (или направить вашего ребенка к другим врачам для предоставления таких услуг):

- Обследование всего тела
- Вакцины (при необходимости)
- Услуги проверки зрения и слуха
- Стоматологические осмотры и последующее наблюдение
- Услуги по охране психического и эмоционального здоровья, включая терапию
- Просвещение по вопросам здоровья
- Медицинские осмотры
- Другие услуги, которые могут понадобиться вашему ребенку

Пожалуйста, позвоните по номеру, указанному в идентификационной карте Partnership вашего ребенка, чтобы записаться на прием к врачу. Позвоните в Partnership по телефону **(800) 863-4155**, с понедельника по пятницу с 8 утра до 5 вечера, если вам нужна помощь

в поиске врача или назначении визита для вашего ребенка. Вы также можете позвонить нам, если хотите узнать больше о медицинском обслуживании, покрываемом Medi-Cal для детей и подростков. ♦

Анализ на хламидиоз

Хламидиоз – это инфекция, передающаяся половым путем. Наиболее высокому риску вы подвержены, если:

- находитесь в возрасте до 25 лет;
- имеете несколько половых партнеров или
- не используете презервативы.

Вы можете защитить себя от заражения хламидиозом, правильно используя презервативы каждый раз, когда занимаетесь сексом.

Многие люди не знают, что у них хламидиоз, пока они не сдадут анализ. Некоторые могут заметить такие симптомы, как боль при мочеиспускании, боль внизу живота или выделения из влагалища или полового члена. Люди, занимающиеся анальным сексом, могут испытывать боль или кровотечение в прямой кишке. У некоторых людей хламидиоз протекает бессимптомно. При отсутствии лечения хламидиоз может перейти в тяжелую форму. Женщинам может быть трудно забеременеть. Или беременность может быть очень рискованной. У мужчин хламидиоз может вызывать боль или отек в яичках.

Люди, подверженные риску развития хламидиоза, должны часто проходить тестирование. Если анализ мочи окажется положительным, вы можете получить лечение антибиотиками. Важно, чтобы те, кто контактировал с инфекцией, прошли лечение. После лечения важно провести повторный тест, чтобы убедиться, что инфекция излечена. Сдача анализов и использование презервативов являются лучшими способами остановить распространение хламидиоза. ♦

Услуги по лечению от злоупотребления психоактивными веществами для участников Partnership

В Partnership HealthPlan of California есть программа помощи участникам в лечении от злоупотребления психоактивными веществами. Partnership помогает более чем 5000 участникам получить необходимую помощь. Программа W&R теперь предлагает помощь в лечении наркозависимости нашим участникам в округах Гумбольдт, Лассен, Мендосино, Модок, Шаста, Сискию и Солано. Если вы живете в этих округах, позвоните в Carelon Behavioral Health по телефону **(855) 765-9703**, чтобы узнать больше.

Участники плана Partnership, не проживающие в этих округах, могут получить помощь по лечению от злоупотребления психоактивными веществами в своем округе.

Чтобы воспользоваться такими услугами на территории вашего округа, позвоните по телефонам:

Округ Butte: (530) 891-2810

Округ Колуза: (888) 793-6580

Округ Дель-Норте: (707) 464-3191

Округ Гленн: (800) 507-3530

Округ Лейк: (707) 274-9101

Округ Марин: (888) 818-1115

Округ Напа: (707) 253-4063

Округ Невада: (888) 801-1437

Округ Плейсер: (888) 886-5401

Округ Пламас: (800) 757-7898

Округ Сьерра: (530) 993-6746

Округ Сонома: (707) 565-7450

Округ Саттер: (530) 822-7200

Округ Техама: (800) 240-3208

Округ Тринити: (530) 623-1362

Округ Йоло: (888) 965-6647

Округ Юба: (530) 822-7200

Чтобы ознакомиться со списком поставщиков медицинских услуг и получить более подробную информацию о программе W&R, перейдите по адресу PartnershipHP.org. ♦

Вы беременны? У вас недавно родился ребенок?

Наша программа «Растем вместе» (Growing Together Program, GTP) может помочь вам и вашему ребенку вести здоровый образ жизни с самого начала. Программа GTP предлагает:

- Подарочные карты на сумму до 100 долларов США в случае:
 - раннего дородового визита,
 - послеродового визита,
 - 4-х профилактических визитов ребенка для выполнения рекомендованных вакцин
- Живую поддержку по телефону
- Помощь в получении ресурсов по месту проживания
- Направления на ведение пациентов

Чтобы узнать больше о GTP, позвоните в наш Департамент здравоохранения населения по телефону **(855) 798-8764**. ♦

Лабораторные услуги



Partnership и некоторые из наших врачей заключают контракты с конкретными лабораториями на оказание услуг. Когда ваш врач направит вас на лабораторные анализы, обязательно спросите его, какую лабораторию вам следует использовать. Если ваш врач не знает, вы всегда можете позвонить нам по телефону **(800) 863-4155**. ♦



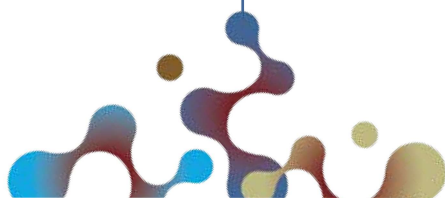
Программа, помогающая снизить расходы на интернет

Программа доступного подключения (Affordable Connectivity Program, ACP) — это программа, которая помогает снизить ежемесячные счета за интернет для домохозяйств, имеющих на это право. Участники Partnership имеют право на участие в программе ACP.

Что вы можете получить с ACP?

- Скидка до 30 долларов США в месяц на интернет-счета
- Скидка до 75 долларов США в месяц для домохозяйств на племенных землях, соответствующих критериям
- Единовременная скидка до 100 долларов США при покупке ноутбука, планшета или настольного компьютера (остальную часть стоимости придется оплатить вам) ♦

Отсканируйте QR-код
или позвоните по телефону
(323) 801-8220,
чтобы зарегистрироваться
сегодня.



УВЕДОМЛЕНИЕ О НЕДОПУЩЕНИИ ДИСКРИМИНАЦИИ

Дискриминация запрещена законом. Partnership HealthPlan of California (PHC) следует законам штата и федеральному законодательству в отношении гражданских прав. PHC не дискриминирует, не исключает и не относится к людям по-разному в зависимости от их пола, расы, цвета кожи, религиозной конфессии, происхождения, национальности, этнической самоидентификации, возраста, уровня интеллектуального развития, инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендера и гендерной идентичности, а также сексуальной ориентации.

PHC гарантирует:

- Бесплатную помощь людям с нарушениями, затрудняющими вербальную коммуникацию, в том числе:
 - ✓ квалифицированный сурдоперевод;
 - ✓ отправку информации в альтернативных форматах (крупным шрифтом, в виде аудиофайлов, в электронном формате и т. д.);
- Бесплатные языковые услуги для людей, чьим основным языком не является английский, в том числе:
 - ✓ квалифицированный устный перевод;
 - ✓ отправку информации на других языках.

Если вы нуждаетесь в таких услугах, свяжитесь с PHC с 8 а.м. до 5 р.м. по телефону (800) 863-4155. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните на номер (800) 735-2929 или в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер 711. По вашему запросу этот документ может быть предоставлен вам набранным шрифтом Брайля или крупным шрифтом, в виде аудиокассеты или электронного файла. Чтобы получить копию документа в альтернативном формате, позвоните или напишите нам по адресу:

Partnership HealthPlan of California
4665 Business Center Drive, Fairfield, CA 94534
(800) 863-4155
(800) 735-2929 или Калифорнийская служба коммутируемых сообщений 711

КАК ПОДАТЬ ЖАЛОБУ

Если вы считаете, что PHC не предоставил вам эти услуги или незаконно дискриминировал вас на основании ваших пола, расы, цвета кожи, религиозной конфессии, происхождения, национальности, этнической самоидентификации, возраста, уровня интеллектуального развития, инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендера, гендерной

идентичности или сексуальной ориентации, вы можете подать жалобу Координатору РНС по гражданским правам. Отправить жалобу можно по телефону, лично, письменно или в электронном виде.

- По телефону: свяжитесь с Отделом обслуживания участников РНС с 8 а.м. до 5 р.м. по номеру (800) 863-4155. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните на номер (800) 735-2929 или в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер 711.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:
Partnership HealthPlan of California
Attn: Grievance: PHC Civil Rights Coordinator
4665 Business Center Drive
Fairfield, CA 94534
- Лично: посетите вашего врача или РНС и скажите, что хотите подать жалобу.
- В электронном виде: посетите веб-сайт РНС по адресу <https://partnershiphp.org>.

УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ – КАЛИФОРНИЙСКИЙ ДЕПАРТАМЕНТ УСЛУГ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Вы также можете подать жалобу в связи с нарушением гражданских прав в Калифорнийский департамент здравоохранения по телефону, письменно или в электронном виде:

- По телефону: позвоните на номер **916-440-7370**. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер **711**.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:

**Deputy Director, Office of Civil Rights
Department of Health Care
Services Office of Civil Rights
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413**

Формы для жалоб доступны по адресу
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.

- В электронном виде: отправьте электронное письмо на адрес CivilRights@dhcs.ca.gov.

**УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ – МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ США**

Если вы считаете, что отношении вас была совершена дискриминация на основании ваших расы, цвета кожи, национальности, возраста, инвалидности или пола, вы можете подать жалобу в Управление по гражданским правам Министерства здравоохранения и социального обеспечения США по телефону, письменно или в электронном виде:

- По телефону: позвоните на номер **1-800-368-1019**. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните в службу коммутируемых сообщений на номер **1-800-537-7697**.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:

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

Формы для подачи жалоб доступны на веб-сайте <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- В электронном виде: посетите портал Управления по гражданским правам для подачи жалоб: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

TAGLINES

English Tagline

ATTENTION: If you need help in your language call 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). These services are free of charge.

الشعار بالعربية (Arabic)

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريل والخط الكبير. اتصل بـ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). هذه الخدمات مجانية.

Հայերեն պիտակ (Armenian)

ՈՒ ՇԱԴՐՈՒ ԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանգահարեք 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929): Այդ ծառայություններն անվճար են:

ឃ្លាសម្គាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពផ្ទៃ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

简体中文标语 (Simplified Chinese)

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 1-800-863-4155

(TTY: 1-800-735-2929)。我们另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和大字体阅读，提供您方便取用。请致电 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)。这些服务都是免费的。

فارسی زبان به مطلب (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

हिंदी टैगलाइन (Hindi)

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)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。 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕເລັກໃຫຍ່ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງສະຍາຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien Tagline (Mien)

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Liouh lorx jauv-louc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hluo mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Naaiv deix nzie Weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੋਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Русский слоган (Russian)

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру 1-800-863-4155 (линия TTY: 1-800-735-2929). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру 1-800-863-4155 (линия TTY: 1-800-735-2929). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Mensaje en español (Spanish)

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Estos servicios son gratuitos.

Tagalog Tagline (Tagalog)

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Libre ang mga serbisyo ng ito.

แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Примітка українською (Ukrainian)

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Các dịch vụ này đều miễn phí.



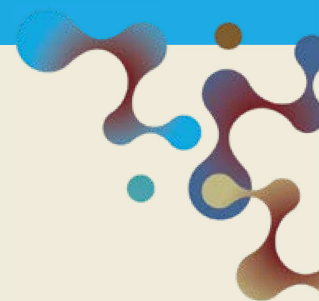
PRSRT STD
U.S. POSTAGE
PAID
SACRAMENTO, CA
PERMIT NO. 1849

P.O. Box 15557
Sacramento, CA 95852-5557

(800) 863-4155 (800) 735-2929 (TTY/TDD)

PartnershipHP.org

ЗИМА 2024



**Partnership HealthPlan
of California**

*– Ваш партнер в области
здравоохранения*