

# Mga Suporta ng Komunidad

MGA SERBISYONG TUTULONG SA IYONG HUMANTONG SA MAS MAHUSAY NA KALIDAD NG BUHAY





## Panimula

*Mahalaga ang iyong kalusugan sa amin sa Health Net. Matutulungan ka naming makakuha ng pangangalaga sa kung saan at kung kailan mo ito pinakakailangan. Hayaan mo kaming tulungan kang makahanap ng mga serbisyong makakatulong sa iyong mamuhay nang malusog.*

*Ang Mga Suporta sa Komunidad ay mga bagong serbisyong ibinibigay ng mga lokal na organisasyon upang matulungan ang bawat tao na maabot ang kanilang buong potensyal sa kalusugan. Ang mga miyembro ng Health Net Medi-Cal ay may access sa mga opsyonal na serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad. Kung kwalipikado ka, may 14 na uri ng mga serbisyo na makakatulong sa iyong kalusugan at kapakanan. Tingnan kung ano ang maaaring kailanganin mo at ang kwalipikado ka.*






Ang Mga Suporta sa Komunidad ay isang programa ng California Advancing and Innovating Medi-Cal (CalAIM) na inilagay ng Department of Health Care Services (DHCS). Isa ito sa maraming programang tutulong para mapabuti ang kalusugan ng mga miyembro ng Medi-Cal sa buong estado.

**Upang matuto pa o para mag-sign-up para sa mga serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad:**

- 1** Tawagan ang Health Net sa **800-675-6110 (TTY: 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo.
- 2** Tumawag sa Medi-Cal Health Care Options ng Estado sa **800-430-4263 (TTY 800-430-7077)**.
- 3** Maaari ka ring magtanong sa iyong doktor o klinika tungkol sa mga serbisyo.


# Mga Serbisyong Tutugon sa Kawalan ng Tahanan at Pabahay

Serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad	Ang makukuha mo
<p><b>Mga Serbisyo sa Paghahanap ng Malilipatang Pabahay</b></p> 	<p><b>Tulong sa pagkuha ng pabahay.</b> Maaaring kabilang dito ang tulong sa:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Paghahanap ng lugar na matitirahan o pabahay.</li><li>• Paano mag-apply para sa pabahay.</li><li>• Paggawa ng planong suporta sa pabahay.</li></ul> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nakalista para sa tulong sa pabahay sa pamamagitan ng Sistema sa Koordinadong Pagpasok ng lokal na walang tirahan, o katulad na sistema.</li><li>• Nakakaranas ng kawalan ng tirahan.</li><li>• Nanganganib na mawalan ng tirahan.</li></ul>
<p><b>Mga Serbisyo sa Pangungupahan at Pagpapanatili</b></p> 	<p>Tulong sa <b>pagpapanatili sa iyong pabahay kapag lumipat ka na.</b> Maaaring kabilang dito ang suporta sa pagbabadyet, napapanahong pagbabayad ng upa, at pag-unawa sa mga karapatan at responsibilidad sa kasunduan sa pag-upa.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tumanggap ng mga serbisyo sa Paglilipat/Paghahanap ng Pabahay</li><li>• Nakalista para sa tulong sa pabahay sa pamamagitan ng Sistema sa Koordinadong Pagpasok ng lokal na walang tirahan, o sistemang katulad nito.</li><li>• Nakakaranas ng kawalan ng tirahan.</li><li>• Nanganganib na mawalan ng tirahan.</li></ul>
<p><b>Mga Deposito sa Pabahay</b></p> 	<p><b>Tulong sa pagkuha ng pabahay.</b> Kabilang dito ang:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mga depositong pangseguridad para makakuha ng upa.</li><li>• Pagsakop sa mga utility sa unang buwan.</li><li>• Una at huling buwang upa kung kinakailangan bago lumipat.</li></ul> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Makatanggap ng mga serbisyo sa Paglilipat/Paghahanap ng Pabahay.</li><li>• Nakalista para sa tulong sa pabahay sa pamamagitan ng Sistema sa Koordinadong Pagpasok ng lokal na walang tirahan, o sistemang katulad nito.</li><li>• Nakakaranas ng kawalan ng tirahan.</li></ul>



# Mga Serbisyonang Pagpapagaling

Serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad	Ang makukuha mo
<p>Pangangalaga sa Pagpapagaling (Medikal na Pahinga)</p> 	<p><b>Panandaliang pangangalaga sa pabahay para sa mga hindi na kailangang nasa ospital ngunit kailangan pa ring gumaling</b> mula sa pinsala o karamdaman.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nanganganib na kailanganing nasa ospital, o kalalabas lang ng ospital.</li><li>• Namumuhay nang mag-isa nang walang pormal na suporta.</li><li>• Nahaharap sa posibilidad na mawalan ng pabahay. O, mayroon kang pabahay na maaaring makapinsala sa iyong kalusugan nang walang mga pag-upgrade.</li></ul>
<p>Mga Serbisyonang Pahinga</p> 	<p><b>Panandaliang kaluwagan na ibinibigay sa mga tagapag-alaga ng mga nangangailangan ng pangangalaga</b> o suporta sa panandaliang batayan.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nakatira sa isang lugar na naglilimita sa iyong pang-araw-araw na aktibidad.</li><li>• Nangangailangan ng tagapag-alaga na magbibigay ng karamihan sa iyong suporta.</li><li>• Kailangan ng tulong ng tagapag-alaga upang maiwasang mailagay sa isang nursing home o lugar na katulad nito.</li></ul>
<p>Panandaliang Pabahay Pagkatapos ng Pagkaospital</p> 	<p><b>Isang lugar na maaari kang patuloy na makakuha ng pangangalaga</b> para sa mga pangangailangan sa sakit sa pag-iisip, o diperensya dahil sa paggamit ng substansya sa sandaling umalis ka sa isang ospital.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Paalis sa pangangalaga para sa pagpapagaling.</li><li>• Paalis sa isang inpatient na ospital.</li><li>• Natutugunan ang kahulugan ng walang tirahan sa HUD.</li></ul>
<p>Mga Sentro para sa Pagpapahupa ng Lasing</p> 	<p><b>Isang lugar kung saan ka makakakuha ng tulong sa alak o mga problema sa pag-inom</b> sa halip na dalhin sa emergency department o kulungan.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• May edad na 18 at pataas at lasing.</li><li>• Dinala sa isang emergency department o kulungan.</li><li>• Ipinadala sa isang emergency department at angkop ito para sa isang Sentro para sa Pagpapahupa ng Lasing.</li></ul>


# Mga Serbisyon para sa Pangmatagalang Kabutihan sa Parang Tahanan na mga Setting

Serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad	Ang makukuha mo
<p><b>Paglunas sa Hika</b></p> 	<p><b>Mga pagbabago</b> sa isang tahanan upang maalis ang mga nakakapinsalang nagbubunsod ng hika.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagkakaroon ng mahinang kontroladong hika sa nakalipas na 12 buwan gaya ng tinukoy ng: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Isang pagbisita sa emergency department.</li> <li>- Pagkatanggap sa isang ospital.</li> <li>- Dalawang pagbisita ng may sakit o agarang pangangalaga.</li> </ul> </li> <li>• Pagkakaroon ng markang 19 o mas mababa sa pagsusuri sa pagkontrol ng hika.</li> </ul>
<p><b>Mga Programang Pang-araw na Habilidadasyon</b></p> 	<p><b>Mga programang ibinigay para matulungan kang matutunan ang mga kasanayang kailangan para mamuhay sa mga setting na parang tahanan.</b> Maaari nilang isama ang pagsasanay sa paggamit ng pampublikong transportasyon o paghahanda ng mga pagkain.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nakakaranas ng kawalan ng tirahan.</li> <li>• Hindi na walang tirahan at nakapasok na sa pabahay sa nakalipas na 24 na buwan.</li> <li>• Nanganganib na mawalan ng tirahan. O, maaaring mapabuti ang parang-bahay na setting.</li> </ul>
<p><b>Adaptasyon sa Aksesibilidad sa Kapaligiran (Mga Modipikasyon sa Tahanan)</b></p> 	<p><b>Mga pagbabago sa isang tahanan para sa iyong kalusugan at kaligtasan.</b> Gayundin, ang mga pagbabagong nagbibigay-daan sa iyong malayang kumilos sa tahanan. Maaaring kabilang dito ang mga rampa at hawakan.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nasa panganib na mailagay sa isang nursing home.</li> </ul>
<p><b>Mga Pagkain/Mga Pagkaing Medikal na Iniaangkop/Mga Pagkaing Medikal na Sumusuporta</b></p> 	<p><b>Mga pagkain na inihatid sa iyong tahanan na inihanda at niluto batay sa iyong mga pangangailangan sa kalusugan at diyeta.</b> Kabilang dito ang mga pagkain na kailangan pagkatapos mong palabasin sa ospital.</p> <p><b>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• May mga pabalik-balik na kondisyon.</li> <li>• Pinalabas mula sa ospital o tahanan ng sanay na pag-aalaga.</li> <li>• Mataas ang panganib na matanggap sa isang ospital o mailagay sa tahanan ng pag-aalaga.</li> <li>• May mga matinding pangangailangan ng pamamahala ng pangangalaga.</li> <li>• Sinusuri ng isang rehistradong Dietitian o lisensyadong Propesyonal sa Nutrisyon.</li> </ul>

# Mga Serbisyong para sa Pangmatagalang Kabutihan sa Parang Tahanan na mga Setting (pagpapatuloy)

Serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad	Ang makukuha mo
<p data-bbox="120 579 509 720">Paglipat sa Pasilidad ng Pangangalaga/Pagdala sa mga Pasilidad ng Tinulungang Pamumuhay</p> 	<p data-bbox="612 579 1487 758"><b>Mga serbisyong ibinibigay upang matulungan kang lumipat mula sa isang tahanan ng pangangalaga patungo sa mga setting ng komunidad, tulad ng isang pasilidad ng pamumuhay nang may tulong.</b> Maaari din ito na mga serbisyong para maiwasan kang mailagay sa isang tahanan ng pangangalaga.</p> <p data-bbox="612 785 1443 821"><b><i>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</i></b></p> <ul data-bbox="612 833 1503 1457" style="list-style-type: none"><li>• Paglipat sa Tahanan ng Pangangalaga<ul style="list-style-type: none"><li>- Nanirahan ng 60+ araw sa isang tahanan ng pangangalaga.</li><li>- Handang tumira sa isang pasilidad ng pamumuhay nang may tulong (isang lugar na tutulong sa iyo sa iyong pang-araw-araw na mga medikal na pangangailangan) bilang opsyon sa isang tahanan ng pangangalaga.</li><li>- Maaaring manirahan nang ligtas na may suporta sa isang pasilidad ng pamumuhay nang may tulong.</li></ul></li><li>• Pagdala sa Tahanan ng Pangangalaga<ul style="list-style-type: none"><li>- Gustong manatili sa komunidad.</li><li>- Handa at kayang manirahan nang ligtas na may suporta sa pasilidad ng pamumuhay nang may tulong.</li><li>- Nakakakuha na ngayon ng mga serbisyo sa tahanan ng pangangalaga o nakakatugon sa pinakamababang pamantayan para makakuha ng mga serbisyo sa tahanan ng pangangalaga.</li></ul></li></ul>
<p data-bbox="120 1482 570 1587"><b>Mga Serbisyong Transisyon sa Komunidad/Paglipat ng Pasilidad ng Pangangalaga sa isang Tahanan</b></p> 	<p data-bbox="612 1482 1503 1587"><b>Mga serbisyong ibinigay para matulungan ka kung lilipat ka mula sa isang tahanan ng pangangalaga patungo sa isang setting ng tahanan na kailangan mong magbayad para sa mga gastos sa pamumuhay.</b></p> <p data-bbox="612 1617 1443 1652"><b><i>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</i></b></p> <ul data-bbox="612 1665 1503 1942" style="list-style-type: none"><li>• Nakakakuha na ngayon ng antas ng pangangalaga sa tahanan ng pangangalaga na medikal na kinakailangan.</li><li>• Nanirahan ng 60+ araw sa isang tahanan ng pangangalaga at/o setting ng Medikal na Pahinga.</li><li>• Gustong bumalik sa komunidad.</li><li>• Maaaring mamuhay nang ligtas sa komunidad na may mga serbisyo ng suporta.</li></ul>

# Mga Serbisyong para sa Pangmatagalang Kabutihan sa Parang Tahanan na mga Setting (pagpapatuloy)

Serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad	Ang makukuha mo
<p data-bbox="120 579 503 646"><b>Mga Serbisyo sa Personal na Pangangalaga at Homemaker</b></p> 	<p data-bbox="612 579 1485 646"><b>Mga serbisyong ibinigay upang matulungan ka sa iyong pang-araw-araw na pangangailangan sa pamumuhay, tulad ng:</b></p> <ul data-bbox="612 661 1360 741" style="list-style-type: none"><li data-bbox="612 661 722 693">• Paliligo</li><li data-bbox="612 709 761 741">• Pagbibihis</li><li data-bbox="1081 661 1328 693">• Paglilinis ng bahay</li><li data-bbox="1081 709 1360 741">• Pamimili ng groserya</li></ul> <p data-bbox="612 768 1442 804"><b><i>Maaari kang makakuha ng mga serbisyo kung ikaw ay:</i></b></p> <ul data-bbox="612 816 1490 1014" style="list-style-type: none"><li data-bbox="612 816 1416 884">• Nanganganib na matanggap sa isang ospital o mailagay sa isang tahanan ng pangangalaga.</li><li data-bbox="612 900 1490 968">• Isang tao na nangangailangan ng pang-araw-araw na tulong at walang ibang sistema ng suporta.</li><li data-bbox="612 984 1469 1014">• Naaprubahan para sa Mga Pansuportang Serbisyo sa Loob ng Bahay.</li></ul>

Sumusunod ang Health Net sa mga naaangkop na Pang-estado at Pederal na batas sa mga karapatang sibil at hindi ito nandidiskrimina, nagbubukod ng mga tao o tinatrato sila nang iba dahil sa lahi, kulay, bansang pinagmulan, edad, kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, kasarian (kasama ang pagbubuntis, sekswal na oryentasyon at kinikilalang kasarian), relihiyon, ninuno, pagkakakilanlan ng grupo ng etniko, medikal na kondisyon, impormasyon ng genes, marital status.

Ang Health Net ay:

- Nagbibigay ng mga libreng tulong at serbisyo sa mga taong may mga kapansanan para matulungan silang makipag-usap nang mas mabuti, gaya ng:
  - Mga kuwalipikadong sign language interpreter
  - Nakasulat na impormasyon sa iba pang mga format (malaking print, audio, mga madaling ma-access na elektronikong format, at iba pang mga format)
- Nagbibigay ng mga libreng serbisyo sa wika sa mga taong hindi Ingles ang pangunahing wika, gaya ng:
  - Mga kwalipikadong interpreter
  - Impormasyong nakasulat sa iba pang wika
  - Kung kailangan mo ang mga serbisyong ito, makipag-ugnayan sa Center ng Pakikipag-ugnayan ng Customer ng Health Net sa 1-800-675-6110 (TTY: 711) 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, 365 araw sa isang taon.

Kapag hiniling, maaari mong makuha ang dokumentong ito sa braille, malaking print, audiocassette, o elektronikong paraan. Para makakuha ng kopya na nasa isa sa mga alternatibong format na ito, mangyaring tumawag o sumulat sa:

Health Net

Post Office Box 9103, Van Nuys, California 91409-9103

Center ng Pakikipag-ugnayan ng Customer 1-800-675-6110 (TTY: 711)

California Relay 711

Kung naniniwala kang hindi naibigay ng Health Net ang mga serbisyong ito o nandiskrimina sa iba pang paraan batay sa lahi, kulay, bansang pinagmulan, edad o kasarian (kasama ang pagbubuntis, sekswal na oryentasyon at kinikilalang kasarian), kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, relihiyon, ninuno, pagkakakilanlan ng grupo ng etniko, medikal na kondisyon, impormasyon ng genes, marital status o kasarian maaari kang maghain ng karaingan sa 1557 Coordinator.

Maaari ka ring maghain ng karaingan nang personal o pamamagitan ng koreo, fax, o email. Kung kailangan mo ng tulong sa paghahain ng karaingan, available ang aming **1557 Coordinator** para tulungan ka.

- Sa pamamagitan ng telepono: Tumawag sa 855-577-8234 (TTY: 711)
- Sa pamamagitan ng fax: 1-866-388-1769
- Sa pamamagitan ng sulat: Sumulat at ipadala ito sa Health Net 1557 Coordinator, PO Box 31384, Tampa, FL 33631

Sa pamamagitan ng elektronikong paraan: Magpadala ng email sa

[SM\\_Section1557Coord@centene.com](mailto:SM_Section1557Coord@centene.com) Makukuha ang abisong ito sa website ng Health Net:

[https://www.healthnet.com/content/healthnet/en\\_us/disclaimers/legal/non-discrimination-notice-medi-cal.html](https://www.healthnet.com/content/healthnet/en_us/disclaimers/legal/non-discrimination-notice-medi-cal.html)



Maaari ka ring maghain ng reklamo sa mga karapatang sibil sa Departamento ng Mga Serbisyo sa Pangangalagang Pangkalusugan ng California, Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil sa pamamagitan ng telepono, sa pamamagitan ng pagsulat o sa elektronikong paraan:

- Sa pamamagitan ng telepono: Tumawag sa 916-440-7370. Kung hindi ka nakakapagsalita o nakakarinig nang maayos, mangyaring tumawag sa 711.
- Sa pamamagitan ng sulat: Sagutan ang form para sa reklamo o sumulat at ipadala ito sa 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. Makukuha ang mga form para sa reklamo sa [http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx)
- Sa pamamagitan ng elektronikong paraan: Magpadala ng email sa [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov)

Maaari ka ring maghain ng reklamo sa mga karapatang siil sa Departamento ng mga Serbisyo para sa Kalusugan at Tao ng Estados Unidos, Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil, sa elektronikong paraan sa pamamagitan ng Portal para sa Reklamo ng Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil, na available sa <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o sa pamamagitan ng koreo o telepono sa:

U.S. Department of Health and Human Services

200 Independence Avenue, SW

Room 509F, HHH Building

Washington, D.C. 20201

1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)

May available na mga form para sa reklamo sa <https://www.hhs.gov/ocr/complaints/index.html>.

**English:** If you, or someone you are helping, need language services, call 1-800-675-6110 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like accessible PDF and large print documents, are also available. These services are at no cost to you.

**Arabic:** إذا كنت أنت أو أي شخص تقوم بمساعدته، بحاجة إلى الخدمات اللغوية، فاتصل بالرقم (1-800-675-6110 (TTY: 711) تتوفر أيضاً المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل الملفات المنقولة (PDF) التي يمكن الوصول إليها والمستندات المطبوعة الكبيرة. تتوفر هذه الخدمات بدون تكلفة بالنسبة لك.

**Armenian:** Եթե դուք կամ որևէ մեկը, ում դուք օգնում եք, ունեն լեզվական օգնության կարիք, գանգահարեք 1-800-675-6110 (TTY: 711): Հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար հասանելի են օգնություն և ծառայություններ, ինչպես օրինակ՝ մատչելի PDF և մեծ տպագրությամբ փաստաթղթեր: Այս ծառայությունները ձեզ համար անվճար են:

**Cambodian:** ប្រសិនបើអ្នក ឬនរណាម្នាក់ដែលអ្នកកំពុងជួយ ត្រូវការសេវាផ្នែកភាសា សូមទូរសព្ទទៅលេខ 1-800-675-6110 (TTY: 711)។ ជំនួយ និងសេវាកម្មផ្សេងៗសម្រាប់អ្នកដែលពិការ ដូចជាទម្រង់ PDF សម្រាប់អ្នកពិការ និងឯកសារព្រីនជាអក្សរខ្នាតធំក៏មានផ្តល់ជូនផងដែរ។ សេវាកម្មទាំងនេះត្រូវបានផ្តល់ជូនអ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ។

**Chinese:** 如果您或者您正在帮助的人需要语言服务，请致电1-800-675-6110 (TTY: 711)。还可提供面向残障人士的帮助和服务，例如无障碍 PDF 和大字版文档。这些服务免费为您提供。

**Farsi:** اگر شما یا هر فرد دیگری که به او کمک می‌کنید نیاز به خدمات زبانی دارد، با شماره 1-800-675-6110 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدماتی مانند مدارک با چاپ درشت و PDF دسترس‌پذیر نیز برای معلولان قابل عرضه است. این خدمات هزینه‌ای برای شما نخواهد داشت.

**Hindi:** यदि आपको, या जिसकी आप मदद कर रहे हैं उसे, भाषा सेवाएँ चाहिए, तो कॉल करें 1-800-675-6110 (TTY: 711)। विकलांग लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे सुलभ PDF और बड़े प्रिंट वाले दस्तावेज़, भी उपलब्ध हैं। ये सेवाएँ आपके लिए मुफ्त उपलब्ध हैं।

**Hmong:** Yog hais tias koj, los sis ib tus neeg twg uas koj tab tom pab nws, xav tau cov kev pab cuam txhais lus, hu rau 1-800-675-6110 (TTY: 711). Tsis tas li ntawd, peb kuj tseem muaj cov khoom siv pab thiab cov kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab tib si, xws li cov ntaub ntawv PDF uas tuaj yeem nkag cuag tau yooj yim thiab cov ntaub ntawv luam tawm uas pom tus niam ntawv loj. Cov kev pab cuam no yog muaj pab yam tsis xam nqi dab tsi rau koj them li.

**Japanese:** ご自身またはご自身がサポートしている方が言語サービスを必要とする場合は、1-800-675-6110 (TTY: 711)までお問い合わせください。障がいをお持ちの方のために、アクセシブルなPDFや大きな文字で書かれたドキュメントなどの補助・サービスも提供しています。これらのサービスは無料で提供されています。

**Korean:** 귀하 또는 귀하가 도와주고 있는 분이 언어 서비스가 필요하시면 1-800-675-6110 (TTY: 711) 번으로 연락해 주십시오. 장애가 있는 분들에게 보조 자료 및 서비스(예: 액세스 가능한 PDF 및 대형 활자 인쇄본)도 제공됩니다. 이 서비스는 무료로 이용하실 수 있습니다.

**Laotian:** ຖ້າທ່ານ, ຫຼື ບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ທ່ານກຳລັງຊ່ວຍເຫຼືອ, ຕ້ອງການບໍລິການແປພາສາ, ໂທ 1-800-675-6110 (TTY: 711). ນອກນັ້ນ, ພວກເຮົາຍັງມີອຸປະກອນຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ການບໍລິການສຳລັບຄົນພິການອີກດ້ວຍ, ເຊັ່ນ ເອກະສານ PDF ທີ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງໄດ້ສະດວກ ແລະ ເອກະສານພິມຂະໜາດໃຫຍ່. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນມີໄວ້ຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານໂດຍບໍ່ໄດ້ເສຍຄ່າໃດໆ.

**Mien:** Da'faanh Meih, Fai Heuc Meih Haih Tengx, Oix Janx-kaeqv waac gong, Heuc 1-800-675-6110 (TTY: 711). JomcCaux gong Bun Yangh mienh Caux mv fungc, Oix dongh eix PDF Caux Bunh Fiev dimc, Haih yaac kungx nyei. Deix gong Haih buac Yietc liuz maiv jaax-zinh Bieqc Meih.

**Punjabi:** ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ 1-800-675-6110 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਅਪਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹੁੰਚਯੋਗ PDF ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹਨ।

**Russian:** Если вам или человеку, которому вы помогаете, необходимы услуги перевода, звоните по телефону 1-800-675-6110 (TTY: 711). Кроме того, мы предоставляем материалы и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы в специальном формате PDF или напечатанные крупным шрифтом. Эти услуги предоставляются бесплатно.

**Spanish:** Si usted o la persona a quien ayuda necesita servicios de idiomas, comuníquese al 1-800-675-6110 (TTY: 711). También hay herramientas y servicios disponibles para personas con discapacidad, como documentos en letra grande y en archivos PDF accesibles. Estos servicios no tienen ningún costo para usted.

**Tagalog:** Kung ikaw o ang taong tinutulungan mo ay kailangan ng mga serbisyo sa wika, tumawag sa 1-800-675-6110 (TTY: 711). Makakakuha rin ng mga tulong at serbisyo para sa mga taong may mga kapansanan, tulad ng naa-access na PDF at mga dokumentong malaking print. Wala kang babayaran para sa mga serbisyang ito.

**Thai:** หากคุณหรือคนที่คุณช่วยเหลือ ต้องการบริการด้านภาษา โทร 1-800-675-6110 (TTY: 711) นอกจากนี้ยังมี ความช่วยเหลือและบริการสำหรับผู้ทุพพลภาพ เช่น PDF ที่เข้าถึงได้และเอกสารที่พิมพ์ขนาดใหญ่ บริการเหล่านี้ ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับคุณ

**Ukrainian:** Якщо вам або людині, якій ви допомагаєте, потрібні послуги перекладу, телефонуйте на номер 1 800 675 6110 (TTY: 711). Ми також надаємо матеріали та послуги для людей з обмеженими можливостями, як-от документи в спеціальному форматі PDF або надруковані великим шрифтом. Ці послуги для вас безкоштовні.

**Vietnamese:** Nếu quý vị hoặc ai đó mà quý vị đang giúp đỡ cần dịch vụ ngôn ngữ, hãy gọi 1-800-675-6110 (TTY: 711). Chúng tôi cũng có sẵn các trợ giúp và dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu dạng bản in khổ lớn và PDF có thể tiếp cận được. Quý vị được nhận các dịch vụ này miễn phí.

## Upang matuto pa o para mag-sign-up para sa mga serbisyo ng Mga Suporta sa Komunidad

- Tawagan ang Health Net sa **800-675-6110 (TTY: 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo.
- Tumawag sa Medi-Cal Health Care Options ng Estado sa **800-430-4263 (TTY 800-430-7077)**.