

# Gabay ng Miyembro sa Pinahusay na Pamamahala sa Pangangalaga

ALAMIN ANG TUNGKOL SA MGA LIBRENG SERBISYONG IBINIBIGAY SA MGA MIYEMBRO NG MEDI-CAL



# Talaan ng Nilalaman

- Paano Makakatulong sa Iyo ang ECM..... 3
- Paano kumuha ng mga serbisyo ng ECM ..... 6
- Ano ang kailangan mo upang magsimulang maging kwalipikado para sa mga serbisyo ng ECM..... 6
- Sino ang nagbibigay ng mga serbisyo ng ECM? ..... 6
- Paano gumagana ang iyong pangkat ng pangangalaga ..... 6
- Mga Madalas Itanong ..... 7
- Worksheet ng Miyembro ng Health Net..... 8



## Paano Makakatulong sa Iyo ang ECM

*Nag-aalok ang Pinahusay na Pamamahala sa Pangangalaga (Enhanced Care Management o ECM) ng mga karagdagang serbisyo nang libre sa mga miyembro ng Medi-Cal na mayroong mga kumplikadong pangangailangan at hamon kaya mahirap na gawing mas maayos ang kanilang kalusugan. Posibleng kasama rito ang mga hamon mula sa labas, gaya ng kawalan ng lugar na tirahan.*

Kung magiging kwalipikado ka, nag-aalok ang ECM ng pitong uri ng mga serbisyong makakatulong sa iyo sa kalusugan at kapakanan mo. Magkakaroon ka ng pangkat ng pangangalaga at ng sarili mong pangunahing tagapamahala ng pangangalaga ng ECM.

Iniaalok ang mga karagdagang serbisyong ito bilang bahagi ng iyong kasalukuyang plano ng Health Net Medi-Cal. **Hindi aalisin** ang mga serbisyo ng Medi-Cal na natatanggap mo ngayon. Maaari ka pa ring magpatingin sa pareho mong mga doktor, pero makakakuha ka na ngayon ng karagdagang tulong.

Kung magiging kwalipikado ka, maaari mong piliing kumuha ng mga serbisyo ng ECM. Maaari mo ring ihinto ang mga serbisyo anumang oras sa pamamagitan ng pagtawag sa Health Net.



Ang ECM ay para sa Mga Miyembro ng Managed Care Health Plan ng Medi-Cal

Nakatala ka **dapat** sa isang planong pangkalusugan ng Medi-Cal para ma-access ang mga serbisyo ng ECM. Kung kailangan mo ng tulong sa pagpapatala sa isang planong pangkalusugan ng Medi-Cal, maaari kang tumawag sa Medi-Cal Health Care Options ng Estado sa 800-430-4263.



# Pitong paraan kung paano kumikilos ang ECM para sa iyo



## 1. Tumutulong na manatiling nakatuon sa iyong pangangalaga

Tutulungan ka ng iyong pangunahing tagapamahala sa pangangalaga at pangkat ng pangangalaga ng ECM na magpokus sa iyong kalusugan at tiyaking natatanggap mo ang mga serbisyo at suportang kailangan mo. Maaari ka rin nilang puntahan kung saan ka nakatira o kung saan ka tumatanggap ng mga serbisyo.



## 2. Tumutulong na gumawa ng plano

Sama-sama, gagawa ka at ang iyong pangkat ng pangangalaga ng sarili mong plano sa pangangalaga. Sasaklawin ng plano ang:

- Mga doktor kung saan ka magpapatingin
- Mga layunin sa kalusugang itatakda mo
- Mga serbisyong kukunin mo
- Pangangalagang kailangan mo
- Ang iyong mga pangangailangan sa kalusugan ng pangangatawan at pag-uugali
- Ang iyong mga pangangailangan sa kalusugan ng bibig
- Ang iyong mga pangangailangan sa paggamot sa paggamit ng substance
- Mga serbisyo sa loob ng bahay (hal. tulong sa paliligo, pagbibihis, paglilinis, pagluluto, atbp.)
- Mga serbisyo sa kapitbahayan at serbisyong panlipunan (hal. mga serbisyo sa pagkain at pabahay)



## 3. Tumutulong na makausap at ma-update ang iyong mga doktor

Kasama sa iyong pangkat ng pangangalaga ang isang **pangunahing tagapamahala sa pangangalaga.**

Binabalitaan ng taong ito ang lahat ng iyong doktor tungkol sa kalusugan at sa mga serbisyong natatanggap mo. Matutulungan ka rin niyang:

- Alamin ang iyong mga pangangailangan, layunin at kagustuhan sa kalusugan
- Kumuha ng mga appointment at suriin ang mga reseta at refill
- Hanapin ang mga tamang doktor
- Isaayos ang transportasyon sa mga pagpapatingin sa doktor
- Mag-apply para sa mga serbisyo para makatulong sa iyong mabuhay nang mag-isa– kasama sa mga serbisyo ang paghahatid ng pagkain, pabahay at personal na pangangalaga



#### 4. Tumutulong para Malaman ang Pinakamahusay na Paraan para Mas Maayos na Suportahan ang Iyong Kalusugan

Maaari mong matutunan, ng iyong mga caregiver at ibang taong nagsusuporta sa iyo, ang tungkol sa pinakamahusay na paraan para malutas mo ang iyong mga isyu sa kalusugan.



#### 5. Tumutulong para mailipat ka nang ligtas mula sa isang lugar ng pangangalaga papunta sa isa pa

Tutulungan ka ng iyong pangkat ng pangangalaga na lumipat nang ligtas at madali kung kailangan mong pumasok o lumabas sa:

- Isang ospital
- Isang pasilidad ng pag-aalaga
- Ibang lugar ng pag-aalaga

Matutulungan ka nila sa mga hamon tulad ng:

- Malaman kung paano alagaan ang iyong sarili pagkatapos ng pagkakaospital
- Paggawa ng mga follow-up na pagpapatingin sa doktor
- Pagpuno ng mga inireresetang gamot
- Pagkuha ng transportasyon para sa mga appointment



#### 6. Tumutulong para makipagtulungan sa mga taong sumusuporta sa iyo

Matitiyak ng iyong pangkat ng pangangalaga na alam ng iyong pamilya, mga caregiver at iba pang nagsusuporta sa iyo, ang tungkol sa iyong mga isyu sa kalusugan. Maaari ding makipagtulungan ang mga taong ito sa iyong pangkat ng pangangalaga para malaman kung paano ka matutulungan sa pinakamahusay na paraan.



#### 7. Tumutulong para maikonekta ka sa komunidad at mga serbisyong panlipunan

Matutulungan ka rin ng ECM na maiugnay sa iba pang serbisyong hindi pangkalusugan. Matutulungan ka ng iyong pangkat ng pangangalaga na maghanap ng mga programa sa komunidad at programang panlipunan na kailangan mo. Maaaring kasama sa mga ito ang:

- Pagkain
- Pagsasanay sa trabaho
- Pangangalaga ng bata
- Mga serbisyong nauugnay sa kapansanan
- Mga mapagkukunang makakatulong sa iyong manatili sa bahay mo



## Paano gumagana ang iyong pangkat ng pangangalaga

Binuo ang iyong pangkat ng pangangalaga ng ECM batay sa mga pangangailangan sa iyong kalusugan at sa mga kagustuhan. Ang pangkat ng pangangalaga mo ay pinamumunuan ng iyong pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM na siyang pangunahing taong tatawagan mo. Maaari mong tawagan ang iyong pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM kapag kailangan mo ng tulong.

**Susuportahan ng iyong pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM ang iyong mga pangangailangan at mga kagustuhan at makikipagtulungan sa iba mo pang tagapagkaloob at network ng suporta na kinabibilangan ng:**

- Mga doktor at espesyalista
- Mga nars
- Mga pharmacist
- Mga kumpanya ng medikal na kagamitan
- Mga miyembro ng pamilya, caregiver at/o ibang taong nagsusuporta sa iyo, kung gusto mo
- Mga tagapamahala ng kaso sa pamamagitan ng isang programa sa komunidad o county
- Mga therapist
- Iba pa



## Paano kumuha ng mga serbisyo ng ECM

**Para makuha ang mga serbisyo ng ECM, ikaw ay dapat na:**

- ✓ Nakatala sa isang planong pangkalusugan ng pinapamahalaang pangangalaga ng Health Net Medi-Cal
- ✓ Nakakatugon sa ilang partikular na tuntunin sa kwalipikasyon

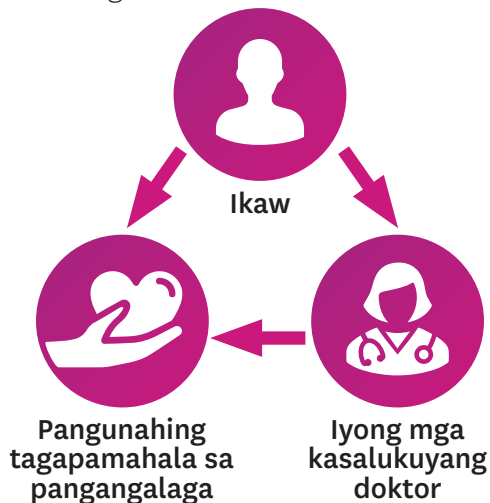
## Ano ang kailangan mo upang magsimulang maging kwalipikado para sa mga serbisyo ng ECM

1. Maaaring makipag-ugnayan sa iyo ang iyong planong pangkalusugan ng Medi-Cal, doktor o ibang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa pagkuha ng Mga Serbisyo ng ECM.
2. Maaaring ipaalam ng iyong doktor sa iyong planong pangkalusugan ng Medi-Cal na makakakuha ka ng ECM.
3. Kausapin ang iyong doktor o planong pangkalusugan ng Medi-Cal. Gawin ito kung gusto mong malaman ang higit pa tungkol sa ECM at para malaman kung kwalipikado ka.

## Sino ang nagbibigay ng mga serbisyo ng ECM?

Makakakuha ka ng mga serbisyo ng ECM mula sa tanggapan ng iyong doktor o sa ibang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan. Makakakuha ka rin ng mga serbisyo ng ECM mula sa isang organisasyon sa komunidad. Magtatalaga sa iyo ng isang tagapagkaloob ng ECM, batay sa iyong ilang partikular na pangangailangan.

Makakakuha ka ng pangunahing tagapamahala sa pangangalaga na makikipagtulungan sa iyo para makatulong na makuha ang pangangalaga at mga serbisyong kailangan mo.



**Tutulong din** ang pangunahing tagapamahala sa pangangalaga na tiyaking magkakasundo ang lahat ng kasali sa iyong pangkat ng pangangalaga tungkol sa iyong mga pangangailangan at pangangalaga.

# Mga Madalas Itanong

## Mawawala ba sa akin ang anumang benepisyo ng planong pangkalusugan ng Medi-Cal kung sasali ako sa ECM?

**Hindi.** Kung sasali ka sa ECM, mananatili sa iyo ang mga benepisyo mo sa Medi-Cal. Mananatili rin sa iyo ang iyong mga kasalukuyang doktor.

Bibigyan ka ng ECM ng karagdagang tulong sa pagkuha ng pangangalagang kailangan mo at pag-abot sa iyong mga layunin sa kalusugan. Hindi nito inaalís ang saklaw na mayroon ka na. Kung magiging kwalipikado ka, maaari mong piliing kumuha ng mga serbisyo ng ECM. Maaari mong ihinto ang mga serbisyo anumang oras sa pamamagitan ng pagtawag sa iyong planong pangkalusugan ng Health Net Medi-Cal.

## May dagdag bang gastos sa mga serbisyo ng ECM?

**Wala.** Wala kang babayaran sa ECM. Kung magiging kwalipikado ka at magpasyang sumali, kasama ang mga serbisyo bilang bahagi ng iyong kasalukuyang planong pangkalusugan ng Health Net Medi-Cal.

## Saan ako pupunta para sa higit pang impormasyon?

Tumawag sa Health Net para sa higit pang impormasyon at para malaman kung kwalipikado ka. Maaari ka ring magtanong sa iyong doktor o klinika tungkol sa benepisyo ng ECM.

## Kailangan ko bang magpalit ng aking mga doktor?

**Hindi.** Hindi mo kailangang palitan ang iyong mga doktor para makakuha ng mga serbisyo ng ECM. Makakatulong ang benepisyo sa lahat ng iyong doktor at iba pang tagapagkaloob na magbahagi ng impormasyon tungkol sa iyong mga pangangailangan sa pangangalagang pangkalusugan. At, nagpapahintulot din ito sa kanilang magtrabaho nang sama-sama para makatulong sa iyong matugunan ang iyong mga layunin sa kalusugan.

## Ano ang isang pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM at paano siya makakatulong sa akin?

Ang isang pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM ay isang kawaning itinalaga ng iyong tagapagkaloob ng ECM. Ang taong ito ay tutulong na tiyaking magtutulungan ang iyong mga doktor, pharmacist at iba pang tagapagkaloob para makatulong na matugunan ang iyong mga layunin sa kalusugan.

Gagawin rin ng iyong pangunahing tagapamahala sa pangangalaga ng ECM na:

- Ikonekta ka sa mga doktor at serbisyo
- Kausapin ang iyong mga doktor tungkol sa iyong mga pangangailangan
- Magbahagi ng impormasyon sa iyong mga doktor
- Samahan ka sa mga appointment, kung gusto mo

### Para matuto pa tungkol sa ECM

- 1 Tumawag sa 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 Magtanong sa iyong doktor o klinika tungkol sa benepisyo.

# Worksheet ng Miyembro ng Health Net

*Kumpletuhin ang worksheet na ito at hawakan mo ito kapag tumawag ka sa Health Net Medi-Cal. O kaya, dalhin mo ito kapag bumisita ka sa iyong doktor o iba pang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan. Makakatulong sila kung kailangan mo ng suporta sa pagsagot sa alinman sa mga tanong o gusto mong suriin ang worksheet kasama sila.*

**Sino ang iyong mga karaniwang doktor at iba pang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan?**

---

---

---

---

---

---

---

**Mayroon ka bang mga pangangailangan sa pangangalagang pangkalusugan na hindi mo pa naipapatingin sa doktor? Kung mayroon, pakibahagi.**

---

---

---

---

---

---

---

**Mayroon bang mga lokal na organisasyon sa komunidad at serbisyong panlipunan na kasalukuyan mong pinupuntahan para sa suporta (hal., pampamilyang sentro ng mapagkukunan, klinikang pangkalusugan sa komunidad, sentro para sa nakatatanda atbp.)?**

---

---

---

---

---

---

---



Anong iba pang suporta ang kailangan mo (hal., pagkain, pabahay, transportasyon)?

---

---

---

---

---

---

---

Anong mga tanong ang mayroon ka tungkol sa ECM?

---

---

---

---

---

---

---



**May mga tanong?**

Tumawag sa Health Net sa 800-675-6110 (TTY: 711),  
24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo.

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 tinutulongan 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.

**Para sa higit pang impormasyon tungkol sa ECM, makipag-ugnayan sa**

**Health Net sa 800-675-6110, (TTY: 711), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo**

Ang Health Net of California, Inc. at Health Net Community Solutions, Inc. ay mga subsidiary ng Health Net, LLC. Ang Health Net ay isang rehistradong marka ng serbisyo ng Health Net, LLC. Nakalaan ang lahat ng karapatan.

BKT650751TH01w (6/22)