

# Բարելավված խնամքի կառավարում Անդամի տեղեկագիրք

ԻՄԱՑԵՔ MEDICAL-Ի ԱՆԴԱՄՆԵՐԻՆ ՄԱՏՈՒՅՎՈՂ ԱՆՎՃԱՐ  
ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ



# Բովանդակություն

ECM-ն ինչպես կարող է օգնել Ձեզ .....	3
Ինչպես ստանալ ECM-ի ծառայություններ .....	6
Ինչ է պետք Ձեզ, որպեսզի որակավորվեք ECM-ի ծառայությունների համար .....	6
Ո՞վ է մատուցում ECM-ի ծառայություններ .....	6
Ինչպես է գործում Ձեր ինսամբի խումբը .....	6
Հաճախակի տրվող հարցեր .....	7
Health Net-ի Անդամի աշխատանքային թերթիկ .....	8



## ECM-ն ինչպես կարող է օգնել Ձեզ

*Բարելավված ինսամբի կառավարումը (ECM) հավելյալ անվճար ծառայություններ է մատուցում Medi-Cal-ի անդամներին, ովքեր ունեն բարդ կարիքներ և մարտահրավերներ, որոնք դժվարացնում են նրանց առողջության բարելավումը: Սրանք կարող են ներառել արտաքին մարտահրավերներ, ինչպես՝ բնակվելու վայր չունենալը:*

Եթե որակավորվում եք, ECM-ն մատուցում է յոթ տեսակի ծառայություններ, որոնք կարող են օգնել Ձեր առողջությանը և բարեկեցությանը: Դուք կունենաք ինսամբի խումբ և Ձեր սեփական ECM ինսամբի պատասխանատու կառավարիչը:

Այս հավելյալ ծառայությունները առաջարկվում են Ձեր ընթացիկ Health Net Medi-Cal ծրագրի ծիրում: Ձեր ներկայումս ստացած Medi-Cal-ի ծառայությունները **չեն խլվի Ձեզանից**: Դուք կշարունակեք այցելել Ձեր նույն բժիշկներին, բայց այժմ կարող եք ստանալ հավելյալ օգնություն:

Եթե որակավորվեք, կարող եք որոշել ստանալ ECM-ի ծառայություններ: Առավել, կարող եք ծառայությունները դադարեցնել որևէ պահի՝ զանգահարելով Health Net:



ECM-ը Medi-Cal-ի կառավարվող ինսամբի առողջապահական ծրագրի (Managed Care Health Plan) անդամների համար է ECM ծառայությունները Ձեզ հասանելի լինելու համար Դուք **պետք է** անդամագրված լինեք Medi-Cal առողջապահական ծրագրին: Եթե օգնության կարիք ունեք Medi-Cal առողջապահական ծրագրի անդամագրվելու համար, կարող եք զանգահարել Նահանգի Medi-Cal-ի Առողջական ինսամբի ընտրանքներ (Health Care Options) 800-430-4263 համարով:

# ECM-ը յոթ եղանակներով է աշխատում Ձեզ համար



## 1. Օգնություն՝ Ձեր խնամքի մեջ ներգրավված մնալու համար

Ձեր ECM խնամքի պատասխանատու կառավարիչն ու խնամքի խումբը կօգնեն, որ կենտրոնանաք Ձեր առողջության վրա և կերաշխավորեն, որ ստանաք Ձեզ անհրաժեշտ ծառայություններն ու աջակցությունը: Նրանք նաև կարող են Ձեզ հետ հանդիպել Ձեր բնակած վայրում կամ այնտեղ, որտեղ ծառայություն եք ստանում:



## 2. Օգնություն՝ ծրագիր մշակելու

Միասնաբար, Դուք և Ձեր խնամքի խումբը կկազմեք Ձեր խնամքի ծրագիրը: Ծրագիրն ընդգրկում է՝

- Ձեր այցելած բժիշկներին
- Ձեր սահմանած առողջական նպատակակետերը
- Ձեր ստացած ծառայությունները
- Ձեզ անհրաժեշտ խնամքը
- Ձեր ֆիզիկական և վարքագծային առողջության կարիքները
- Ձեր բերանի առողջության կարիքները
- Ձեր թմրանյութերի օգտագործման բուժման կարիքները
- Տանը մատուցվող ծառայությունները (օրինակ՝ օգնություն լողանալու, հագնվելու, մաքրելու, եփելու, և այլն)
- Շրջապատի և սոցիալական ծառայություններ (օրինակ՝ սննդի և բնակարանային ծառայություններ)



## 3. Օգնություն՝ կապվելու Ձեր բժիշկների հետ և տալու թարմ տեղեկություններ

Ձեր խնամքի խումբը ներառում է մի **խնամքի պատասխանատու կառավարիչ**: Այս անձը Ձեր բոլոր բժիշկներին հաղորդում է Ձեր առողջության և Ձեր ստացած ծառայությունների վերաբերող տեղեկությունները: Նա նաև կարող է օգնել Ձեզ՝

- Պատկերացնել Ձեր առողջական կարիքները, նպատակակետերն ու ցանկությունները
- Ապահովել ժամադրություններ և ստուգել դեղատոմսերն ու վերալցումները
- Գտնել հարմար բժիշկներին
- Դասավորել փոխադրում բժիշկների այցերի համար
- Դիմել ծառայությունների, որպեսզի Ձեզ օգնի ապրել ինքնուրույն. ծառայությունները ներառում են ճաշերի առաքում, բնակարանի և անձնական խնամք



**4. Օգնություն՝ սովորելու Ձեր առողջության ավելի լավ աջակցելու լավագույն միջոցները**  
Դուք, Ձեզ ինսամբի խումբը և այլ անձինք, ովքեր աջակցում են Ձեզ, կարող եք սովորել Ձեզ համար լավագույն միջոցները՝ Ձեր առողջական հարցերի հոգատարության համար:



**5. Օգնություն՝ ինսամբի մի դրվածքից անվտանգ մեկ ուրիշին անցնելու համար**  
Ձեր ինսամբի խումբը կօգնի Ձեզ անվտանգ և հեշտ անցնել, եթե ցանկանում եք մտնել կամ թոնել՝

- Մի հիվանդանոց
- Մի ծերանոց
- Ինսամբի այլ դրվածք

Նրանք կարող ենք Ձեզ օգնել այսպիսի մարտահրավերների կապակցությամբ՝

- Սովորել ինչպես ինքնաինսամբել հիվանդանոցային կեցությունից հետո
- Հետևման այցեր տալ բժշկին
- Դեղատոմսեր լցնել
- Ձեռք բերել փոխադրում և ժամադրություններ



**6. Օգնություն՝ աշխատելու Ձեզ աջակցող անձանց հետ**  
Ձեր ինսամբի խումբը կարող է երաշխավորել, որ Ձեր ընտանիքը, ինսամբի խումբը և Ձեզ աջակցող ուրիշներ իմանան Ձեր առողջական հարցերի մասին: Այս անձինք նաև կարող են գործել Ձեր ինսամբի խմբի հետ՝ իմանալու ինչպես լավագույնս օգնել Ձեզ:



**7. Օգնություն՝ Ձեզ միացնելու համայնքային և սոցիալական ծառայությունների**  
ECM-ը կարող է օգնել, որ կապվեք նաև այլ ոչ-առողջապահական ծառայությունների հետ: Ձեր ինսամբի խումբը կարող է օգնել, որ գտնեք Ձեզ անհրաժեշտ համայնքային և սոցիալական ծրագրեր: Սրանք կարող են ներառել՝

- Սնունդ
- Աշխատանքային պատրաստություն
- Երեխայի ինսամբ
- Հաշմանդամության հետ կապված ծառայություններ
- Աղբյուրներ՝ օգնելու, որ մնաք Ձեր տանը



## Ինչպես է գործում Ձեր ինսամֆի խումբը

Ձեր ECM ինսամֆի խումբը կազմված է Ձեր առողջական կարիքների և ցանկությունների շուրջ: Ձեր ինսամֆի խումբը ղեկավարվում է Ձեր ECM ինսամֆի պատասխանատու կառավարչի կողմից, ով Ձեր շփման գլխավոր կապն է: Ձեր ECM ինսամֆի պատասխանատու կառավարչին կարող էք զանգահարել երբ օգնության կարիք ունեք:

**Ձեր ECM ինսամֆի պատասխանատու կառավարիչը կաջակցի Ձեր կարիքներին և կաշխատի Ձեր մյուս մատակարարների և աջակից ցանցի հետ, որը ներառում է՝**

- Բժիշկներ և մասնագետներ
- Բուժքույրեր
- Դեղագործներ
- Բժշկական սարքերի ընկերություններ
- Ընտանիքի անդամներ, ինսամոդներ և/կամ այլ անձինք, ովքեր աջակցում են Ձեզ, եթե ցանկանաք
- Գործի կառավարիչներ համայնքային կամ վարչաշրջանային ծրագրի միջոցով
- Թերապևտներ
- Ուրիշներ



## Ինչպես ստանալ ECM-ի ծառայություններ

**ECM-ի ծառայություններ ստանալու համար Դուք պետ է՝**

- ✓ Անդամագրված լինեք Health Net Medi-Cal կառավարվող ինսամֆի առողջապահական ծրագրի
- ✓ Բավարարեք որակավորման որոշակի պայմաններ

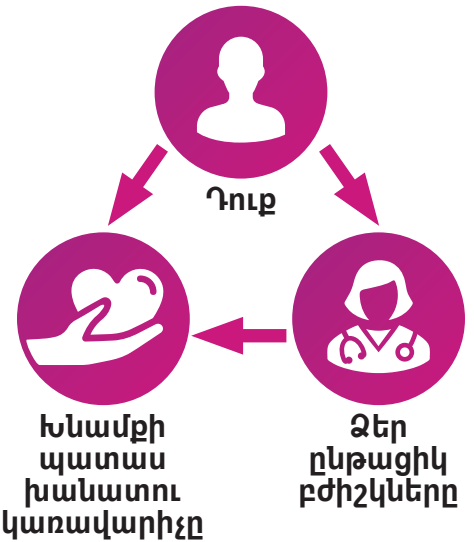
## Ինչ է պետք Ձեզ, որպեսզի որակավորվեք ECM-ի ծառայությունների համար

1. Ձեր Medi-Cal առողջապահական ծրագիրը, բժիշկը կամ առողջական ինսամֆի այլ մատակարար կարող է Ձեզ դիմել ECM-ի ծառայություններ ստանալու մասին:
2. Ձեր բժիշկը կարող է Ձեր Medi-Cal առողջապահական ծրագրին իմացնել, որ Դուք կկարողանաք ECM ստանալ:
3. Խոսեք Ձեր բժշկի կամ Medi-Cal առողջապահական ծրագրի հետ: Արեք սա, եթե ցանկանում եք ավելին իմանալ ECM-ի մասին և պարզել, թե որակավորվում եք:

## Ո՞ր է մատուցում ECM-ի ծառայություններ

ECM-ի ծառայությունները կարող եք ստանալ Ձեր բժշկի գրասենյակից կամ մի այլ առողջական ինսամֆի մատակարարից: ECM-ի ծառայությունները կարող եք նաև ստանալ համայնքային կազմակերպությունից: Ձեզ համար կնշանակեն ECM-ի մատակարար, ըստ Ձեր որոշակի կարիքների:

Դուք կստանաք ինսամֆի պատասխանատու կառավարիչ, ով Ձեզ հետ գործակցաբար կօգնի ստանալ Ձեզ անհրաժեշտ ինսամֆն ու ծառայությունները:



**Առավել**, ինսամֆի պատասխանատու կառավարիչը կօգնի երաշխավորել, որ Ձեր ինսամֆի իմբում գտնվող բոլոր անձինք համաձայնվեն Ձեր կարիքների և ինսամֆի շուրջ:

# Հաճախակի տրվող հարցեր

## ECM-ին միանալով կկորցնե՞մ Medi-Cal առողջապահական ծրագրի որևէ նպաստ:

**Ոչ:** Եթե միանում եք ECM-ին, Դուք պահում եք Ձեր Medi-Cal-ի նպաստները: Դուք նաև պահում եք Ձեր ներկայիս բժիշկներին:

ECM-ն Ձեզ կտա հավելյալ օգնություն՝ ստանալու Ձեզ անհրաժեշտ ինսամբը և հասնելու Ձեր առողջական նպատակակետերին: Այն չի խլի Ձեր արդեն ունեցած ապահովագրությունը: Եթե որակավորվեք, կարող եք որոշել ստանալ ECM-ի ծառայություններ: Ծառայությունները կարող եք դադարեցնել որևէ ժամանակ՝ զանգահարելով մեր Health Net Medi-Cal առողջապահական ծրագիր:

## ECM-ի ծառայություններն ենթադրում են հավելյալ ծախս

**Ոչ:** ECM-ի համար ոչինչ չեք ծախսի: Եթե որակավորվեք և որոշեք միանալ, ծառայությունները ներառվում են որպես մասը Ձեր ընթացիկ Health Net Medi-Cal առողջապահական ծրագրի:

## Որտե՞ղ գնամ հավելյալ տեղեկության համար

Հավելյալ տեղեկության և Ձեր որակավորվելը պարզելու համար զանգահարեք Health Net: Կարող եք նաև Ձեր բժշկին կամ կլինիկային հարցնել ECM նպաստի մասին:

## Պարտավոր եմ իմ բժիշկներին փոխել:

**Ոչ:** ECM-ի ծառայություններ ստանալու համար պարտավոր չեք Ձեր բժիշկներին փոխել: Նպաստը օգնում է Ձեր բոլոր բժիշկներին և այլ մատակարարների, որ տեղեկություններ կիսեն Ձեր առողջական ինսամբի կարիքների շուրջ: Նաև, այն նրանց թույլ է տալիս համագործակցել, որպեսզի Ձեզ օգնեն հասնել Ձեր առողջական նպատակակետերին:

## Ի՞նչ է ECM ինսամբի պատասխանատու կառավարիչը և ինչպե՞ս կարող է նա ինձ օգնել

ECM ինսամբի պատասխանատու կառավարիչը անձնակազմից մի անձ է, ով նշանակված է Ձեր ECM-ի մատակարարի կողմից: Այս անձը կօգնի երաշխավորել, որ Ձեր բժիշկները, դեղագործները և այլ մատակարարներ համագործակցեն, որպեսզի Ձեզ օգնեն հասնել Ձեր առողջական նպատակակետերին:

Ձեր ECM ինսամբի պատասխանատու կառավարիչը նաև՝

- Ձեզ կմիացնի բժիշկների և ծառայությունների
- Ձեր բժշկի հետ կխոսի Ձեր կարիքների մասին
- Ձեր բժիշկների հետ տեղեկություններ կկիսի
- Ձեզ հետ կգնա ժամադրությունների, եթե ցանկանաք

## ECM-ի մասին ավելին իմանալու համար

- 1 Չանգահարեք Health Net 800-675-6110 (TTY՝ 711) համարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը յոթ օր:
- 2 Չանգահարեք Նահանգի Medi-Cal-ի Առողջական ինսամբի ընտրանքներ 800-430-4263 (TTY 800-430-7077) համարով:
- 3 Ձեր բժշկին կամ կլինիկային հարցրեք նպաստի մասին:

# Health Net-ի Անդամի աշխատանքային թերթիկ

Լրացրեք այս աշխատանքային թերթիկը և ունեցեք Ձեզ հետ, երբ զանգահարում եք Health Net Medi-Cal: Կամ Ձեզ հետ տարեք, երբ այցելում եք Ձեր բժշկին կամ այլ առողջական խնամքի մատակարարի: Նրանք կարող են օգնել՝ եթե աջակցության կարիք ունեք պատասխանելու որևէ հարցի, կամ եթե կցանկանայիք աշխատանքային թերթիկը վերանայել նրանց հետ:

Որո՞նք են Ձեր ընթացիկ բժիշկներն ու այլ առողջական խնամքի մատակարարները:

---

---

---

---

---

---

Ունե՞ք արդյոք առողջական խնամքի կարիքներ, որոնց համար չեք այցելել բժշկի: Եթե այո, խնդրում ենք կիսել:

---

---

---

---

---

---

Կա՞ն արդյոք տեղական համայնքային և սոցիալական ծառայության կազմակերպություններ, որոնց ներկայումս դիմում եք աջակցության համար (օրինակ՝ ընտանեկան աղբյուրների կենտրոն, համայնքային առողջության կլինիկա, տարեցների կենտրոն, և այլն):

---

---

---

---

---

---



Ուրիշ ի՞նչ աջակցության կարիք ունեք (օրինակ՝ սնունդ, բնակարան, փոխադրում):

---

---

---

---

---

---

---

Ի՞նչ հարցեր ունեք ECM-ի մասին:

---

---

---

---

---

---

---



**ՀԱՐՑԵՐ ՈՒՆԵՔ**

Ձանգահարեք Health Net 800-675-6110 (TTY՝ 711)  
համարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը յոթ օր

# Nondiscrimination Notice

Health Net follows State and Federal civil rights laws and does not discriminate, exclude people or treat them differently because of sex, race, color, religion, ancestry, national origin, ethnic group identification, age, mental disability, physical disability, medical condition, genetic information, marital status, gender, gender identity or sexual orientation.

Health Net provides:

- Free aids and services to people with disabilities to communicate better with us, such as qualified sign language interpreters and written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats).
- Free language services to people whose primary language is not English, such as qualified interpreters and information written in other languages.

If you need these services or to request this document in an alternative format, contact the Health Net Customer Contact Center at 1-800-675-6110 (TTY: 711), 24 hours a day, 7 days a week, 365 days a year.

If you believe that Health Net has failed to provide these services or unlawfully discriminated in another way, you can file a grievance with Health Net by phone, in writing, in person or electronically:

- By phone: Call Health Net Civil Rights Coordinator at 1-866-458-2208 (TTY: 711), Monday through Friday, 8 a.m. to 5 p.m.
- In writing: Fill out a complaint form or write a letter and send it to Health Net Civil Rights Coordinator, P.O. Box 9103, Van Nuys, CA 91409-9103.
- In person: Visit your doctor's office or Health Net and say you want to file a grievance.
- Electronically: Visit Health Net's website at [www.healthnet.com](http://www.healthnet.com)

You can also file a civil rights complaint with the California Department of Health Care Services, Office of Civil Rights by phone, in writing or electronically:

- By phone: Call 916-440-7370. If you cannot speak or hear well, please call 711.
- In writing: Fill out a complaint form or write a letter and send it to 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.  
Complaint forms are available at [http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx).
- Electronically: Send an email to [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov).

If you believe you have been discriminated against because of race, color, national origin, age, disability or sex, you can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights by phone, in writing or electronically:

- By phone: 1-800-368-1019 (TDD: 1-800-537-7697)
- In writing: Fill out a complaint form or send a letter to U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201  
Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>
- Electronically: Visit the Office for Civil Rights Complaint Portal at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

**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. تو فر هذه الخدمات بو ن تكلفة بالنسبة لك.

**Armenian:** Եթե դուք կամ որևէ մեկը, ում դուք օգնում եք, ունեն լեզվական օգնության կարիք, գտնվում եք 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:** 如果您或您正在幫助的其他人需要語言服務，請致電1-800-675-6110 (TTY: 711)。另外，還為殘疾人士提供輔助和服務，例如易於讀取的 PDF 和大字版文件。這些服務對您免費提供。

**Farsi:** اگر شما یا هر فرد دیگری که به او کمک می کنید نیاز به خدمات زبانی دارد، با شماره 1-800-675-6110 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک ها و خدماتی مانند مدارک با چاپ درشت و PDF دسترس پذیر نیز برای معلولان قابل عرضه است. این خدمات هزینه ای 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). JomCaux gong Bun Yangh mienh Caux mv fungc, Oix dongh eix PDF Caux Bunh Fiev dimc, Haih yaac kungx nyei. Deix gong Haih buatc 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। ਅਪਾਰਜ 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 serbisyong 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.

**ECM-ի մասին հավելյալ տեղեկության համար դիմեք**  
Health Net 800-675-6110 (TTY՝ 711) համարով, օրը 24 ժամ, շաբաթը յոթ օր

Health Net of California, Inc.-ը և Health Net Community Solutions, Inc.-ը դուստր ձեռնարկություններն են  
Health Net, LLC.-ի:  
Health Net-ը գրանցված ծառայողական նշանն է Health Net, LLC-ի: Բոլոր իրավունքները վերապահված:  
BKT650751MH01w (6/22)