

# Những hỗ trợ từ cộng đồng

CÁC DỊCH VỤ GIÚP QUÝ VỊ CÓ CUỘC SỐNG CHẤT LƯỢNG HƠN





## Lời giới thiệu

*Sức khỏe của quý vị rất quan trọng đối với chúng tôi tại Health Net. Chúng tôi có thể giúp quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc tại địa điểm và thời điểm quý vị cần nhất. Hãy để chúng tôi giúp quý vị tìm được những dịch vụ có thể giúp quý vị sống một cuộc sống lành mạnh.*

*Những hỗ trợ từ cộng đồng là dịch vụ mới được các tổ chức địa phương cung cấp để giúp tất cả mọi người đạt được tiềm năng sức khỏe tối đa. Hội viên Health Net Medi-Cal được tiếp cận với các dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng tùy chọn này. Nếu quý vị đủ tiêu chuẩn, có 14 loại dịch vụ có thể giúp quý vị về sức khỏe và hạnh phúc của mình. Hãy xem quý vị cần gì và đủ tiêu chuẩn nhận dịch vụ nào.*






Những hỗ trợ từ cộng đồng là một chương trình Medi-Cal nâng cấp và cải tiến tại California (California Advancing and Innovating Medi-Cal, CalAIM) được Sở Quản lý Chăm sóc Sức khỏe (Department of Health Care Services, DHCS) triển khai. Đây là một trong số nhiều chương trình có mục đích cải thiện sức khỏe của hội viên Medi-Cal trên phạm vi toàn tiểu bang.





**Để tìm hiểu thêm hoặc để đăng ký nhận các dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng:**

- 1** Gọi cho Health Net theo số **800-675-6110 (TTY: 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần.
- 2** Gọi cho Tùy chọn chăm sóc sức khỏe Medi-Cal của Tiểu bang theo số **800-430-4263 (TTY 800-430-7077)**.
- 3** Quý vị cũng có thể hỏi bác sĩ hoặc phòng khám của mình về các dịch vụ.





# Các dịch vụ giải quyết tình trạng vô gia cư và nhà ở

Dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng	Những dịch vụ quý vị có thể nhận được
<p data-bbox="120 554 565 621">Dịch vụ chuyển tiếp, định hướng nhà ở</p> 	<p data-bbox="612 554 1430 588"><b>Trợ giúp có được nhà ở.</b> Điều này có thể bao gồm trợ giúp về:</p> <ul data-bbox="612 613 1203 739" style="list-style-type: none"><li>• Tìm một địa điểm để sinh sống hoặc nhà ở.</li><li>• Cách đăng ký nhận nhà ở.</li><li>• Lên kế hoạch hỗ trợ về nhà ở.</li></ul> <p data-bbox="612 768 1247 802"><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul data-bbox="612 819 1479 1012" style="list-style-type: none"><li>• Được đưa vào danh sách nhận trợ giúp về nhà ở thông qua Hệ thống điều phối bố trí gia cư cho người vô gia cư tại địa phương hoặc hệ thống tương tự.</li><li>• Đang ở trong tình trạng vô gia cư.</li><li>• Có nguy cơ trở thành người vô gia cư.</li></ul>
<p data-bbox="120 1037 565 1066"><b>Dịch vụ cho thuê và duy trì nhà ở</b></p> 	<p data-bbox="612 1037 1252 1071"><b>Giúp quý vị giữ được nhà ở sau khi chuyển vào.</b></p> <p data-bbox="612 1075 1503 1142">Dịch vụ này có thể bao gồm hỗ trợ lập ngân sách, thanh toán tiền thuê đúng hạn và hiểu về các quyền và trách nhiệm của hợp đồng thuê.</p> <p data-bbox="612 1171 1247 1205"><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul data-bbox="612 1222 1479 1465" style="list-style-type: none"><li>• Nhận được dịch vụ Chuyển tiếp/định hướng nhà ở</li><li>• Được đưa vào danh sách nhận trợ giúp về nhà ở thông qua Hệ thống điều phối bố trí gia cư cho người vô gia cư tại địa phương hoặc một hệ thống tương tự.</li><li>• Đang ở trong tình trạng vô gia cư.</li><li>• Có nguy cơ vô gia cư.</li></ul>
<p data-bbox="120 1488 399 1518"><b>Khoản đặt cọc nhà ở</b></p> 	<p data-bbox="612 1488 1190 1522"><b>Trợ giúp có được nhà ở.</b> Nhóm này gồm có:</p> <ul data-bbox="612 1547 1503 1711" style="list-style-type: none"><li>• Khoản đặt cọc bảo đảm để thuê được nhà ở.</li><li>• Bảo hiểm dịch vụ tiện ích trong tháng đầu tiên.</li><li>• Tiền thuê nhà tháng đầu tiên và cuối cùng nếu cần thiết trước khi chuyển vào.</li></ul> <p data-bbox="612 1728 1247 1761"><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul data-bbox="612 1778 1479 1978" style="list-style-type: none"><li>• Nhận được dịch vụ Chuyển tiếp/định hướng nhà ở.</li><li>• Được đưa vào danh sách nhận trợ giúp về nhà ở thông qua Hệ thống điều phối bố trí gia cư cho người vô gia cư tại địa phương hoặc một hệ thống tương tự.</li><li>• Đang ở trong tình trạng vô gia cư.</li></ul>

# Dịch vụ phục hồi

Dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng	Những dịch vụ quý vị có thể nhận được
<p>Dịch vụ chăm sóc phục hồi (Tạm thế y tế)</p> 	<p><b>Chăm sóc nhà ở ngắn hạn cho những người không còn cần phải nằm viện nhưng vẫn cần được chữa lành khỏi chấn thương hoặc bệnh tật.</b></p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Có nguy cơ cần nằm viện hoặc mới xuất viện.</li><li>• Sống một mình mà không có hỗ trợ chính quy.</li><li>• Đối diện với viễn cảnh không có nhà ở. Hoặc quý vị có nhà ở có thể gây hại cho sức khỏe của bản thân nếu không được nâng cấp.</li></ul>
<p>Dịch vụ tạm thế</p> 	<p><b>Hỗ trợ ngắn hạn được cung cấp cho người chăm sóc của những người cần dịch vụ chăm sóc hoặc hỗ trợ ngắn hạn.</b></p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sống tại một địa điểm hạn chế hoạt động hàng ngày của mình.</li><li>• Đang cần một người chăm sóc để cung cấp phần lớn hỗ trợ cho mình.</li><li>• Cần hỗ trợ của người chăm sóc để tránh bị đưa vào viện điều dưỡng hoặc một nơi tương tự.</li></ul>
<p>Nhà ở ngắn hạn sau nhập viện</p> 	<p><b>Một địa điểm mà quý vị có thể tiếp tục nhận dịch vụ chăm sóc đối với nhu cầu điều trị rối loạn tâm thần hoặc rối loạn sử dụng chất gây nghiện ngay khi quý vị xuất viện.</b></p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sắp kết thúc dịch vụ chăm sóc chữa lành.</li><li>• Sắp xuất viện nội trú.</li><li>• Đáp ứng được định nghĩa của Bộ Phát triển Nhà và Đô thị (Department of Housing and Urban Development, HUD) về vô gia cư.</li></ul>
<p>Trung tâm phục hồi tinh táo</p> 	<p><b>Một địa điểm mà quý vị có thể nhận giúp đỡ về đồ uống có cồn hoặc vấn đề về rượu bia thay vì bị đưa đến khoa cấp cứu hoặc nhà giam.</b></p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Từ 18 tuổi trở lên và say xỉn.</li><li>• Bị đưa đến khoa cấp cứu hoặc nhà giam.</li><li>• Được đưa đến khoa cấp cứu và phù hợp với Trung tâm phục hồi tinh táo.</li></ul>

# Các dịch vụ cho sức khỏe lâu dài trong môi trường tương tự như nhà ở

Dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng	Những dịch vụ quý vị có thể nhận được
<p><b>Điều trị hen suyễn</b></p> 	<p><b>Thay đổi về nhà ở để loại bỏ các tác nhân gây hen suyễn có hại.</b></p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mắc bệnh hen suyễn không được kiểm soát tốt trong 12 tháng qua được xác định qua:<ul style="list-style-type: none"><li>- Một chuyến thăm khám tại khoa cấp cứu.</li><li>- Lần tiếp nhận vào bệnh viện.</li><li>- Hai chuyến thăm khám bệnh hoặc chăm sóc khẩn cấp.</li></ul></li><li>• Điểm 19 trở xuống trong bài kiểm tra kiểm soát hen suyễn.</li></ul>
<p><b>Chương trình phục hồi chức năng ban ngày</b></p> 	<p><b>Các chương trình được cung cấp để giúp quý vị học hỏi những kỹ năng cần thiết để sinh sống trong các môi trường tương tự như nhà ở.</b> Trong số đó có thể bao gồm đào tạo về cách sử dụng phương tiện giao thông công cộng hoặc cách chuẩn bị bữa ăn.</p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Đang ở trong tình trạng vô gia cư.</li><li>• Không còn vô gia cư nữa và đã chuyển vào nhà ở trong vòng 24 tháng qua.</li><li>• Có nguy cơ vô gia cư. Hoặc môi trường tương tự như nhà ở có thể cải thiện.</li></ul>
<p><b>Điều chỉnh khả năng tiếp cận môi trường (Sửa đổi nhà ở)</b></p> 	<p><b>Thay đổi về nhà ở để giúp quý vị khỏe mạnh và an toàn. Ngoài ra là thay đổi cho phép quý vị hoạt động tự do trong nhà.</b> Trong số này có thể bao gồm đường dốc và thanh vịn.</p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Có nguy cơ bị đưa vào viện điều dưỡng.</li></ul>
<p><b>Các bữa ăn/Các bữa ăn được điều chỉnh về mặt y tế/Các thực phẩm hỗ trợ y tế</b></p> 	<p><b>Các bữa ăn được giao đến nhà của quý vị đã được chuẩn bị và chế biến dựa trên nhu cầu về sức khỏe và chế độ ăn uống của quý vị.</b> Trong số này bao gồm các bữa ăn cần thiết sau khi quý vị được xuất viện.</p> <p><i>Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mắc các tình trạng mạn tính.</li><li>• Được xuất viện hoặc viện điều dưỡng chuyên môn.</li><li>• Có nguy cơ cao phải nhập viện hoặc bị đưa vào viện điều dưỡng.</li><li>• Có nhu cầu cao về quản lý dịch vụ chăm sóc.</li><li>• Được một Chuyên viên dinh dưỡng có đăng ký hành nghề hoặc Chuyên gia dinh dưỡng được cấp phép đánh giá.</li></ul>

# Các dịch vụ cho sức khỏe lâu dài trong môi trường tương tự như nhà ở (tiếp)

## Dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng

Chuyển tiếp/Chuyển dịch từ Cơ sở điều dưỡng sang Cơ sở hỗ trợ đời sống



## Những dịch vụ quý vị có thể nhận được

Các dịch vụ được cung cấp cho quý vị để giúp chuyển từ viện điều dưỡng đến những môi trường cộng đồng, chẳng hạn như cơ sở hỗ trợ đời sống. Đây cũng có thể là các dịch vụ giúp quý vị không phải nhập viện điều dưỡng.

*Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:*

- Chuyển tiếp từ viện điều dưỡng
  - Đã sinh sống trên 60 ngày tại một viện điều dưỡng.
  - Sẵn sàng sinh sống tại một cơ sở hỗ trợ đời sống (một địa điểm giúp đỡ quý vị về những nhu cầu y tế hàng ngày) như một lựa chọn thay thế viện điều dưỡng.
  - Có thể sinh sống an toàn tại cơ sở hỗ trợ đời sống khi được hỗ trợ.
- Chuyển dịch từ viện điều dưỡng
  - Muốn sinh sống tại cộng đồng.
  - Sẵn sàng và có thể sinh sống an toàn tại cơ sở hỗ trợ đời sống khi được hỗ trợ.
  - Hiện đang nhận các dịch vụ tại viện điều dưỡng hoặc đáp ứng tiêu chuẩn thấp nhất để nhận các dịch vụ tại viện điều dưỡng.

Dịch vụ chuyển tiếp ra cộng đồng/Chuyển tiếp từ Cơ sở điều dưỡng đến Nhà ở



Các dịch vụ được cung cấp để giúp đỡ quý vị nếu quý vị sắp chuyển từ một viện điều dưỡng đến môi trường nhà ở mà tại đó quý vị phải thanh toán chi phí sinh hoạt.

*Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:*

- Hiện đang nhận được dịch vụ chăm sóc cấp độ viện điều dưỡng mang tính cần thiết về mặt y tế.
- Đã sinh sống trên 60 ngày tại một viện điều dưỡng và/hoặc môi trường Tạm thế y tế.
- Muốn chuyển về cộng đồng.
- Có thể sinh sống an toàn tại cộng đồng khi nhận được dịch vụ hỗ trợ.

Dịch vụ chăm sóc cá nhân và nội trợ



Các dịch vụ được cung cấp để giúp quý vị đáp ứng các nhu cầu sinh hoạt hàng ngày, chẳng hạn như:

- Tắm rửa
- Thay quần áo
- Dọn dẹp nhà cửa
- Mua sắm hàng tạp hóa

*Quý vị có thể nhận được dịch vụ nếu quý vị:*

- Có nguy cơ phải nhập viện hoặc bị đưa vào viện điều dưỡng.
- Cần giúp đỡ hàng ngày và không nhận được hệ thống hỗ trợ nào khác.
- Được chấp thuận nhận Dịch vụ hỗ trợ tại gia.

Health Net tuân thủ các luật dân quyền hiện hành của Tiểu bang và Liên bang và không phân biệt đối xử, loại trừ mọi người hoặc đối xử với họ khác biệt vì chủng tộc, màu da, quốc tịch, tuổi tác, tình trạng khuyết tật tinh thần, tình trạng khuyết tật thể chất, giới tính (bao gồm cả tình trạng mang thai, khuynh hướng tình dục và bản dạng giới), tôn giáo, tổ tiên, nhận dạng nhóm dân tộc, tình trạng sức khỏe, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân hoặc giới tính.

#### Health Net:

- Cung cấp trợ giúp và các dịch vụ miễn phí cho những người khuyết tật để giúp họ giao tiếp hiệu quả với chúng tôi, chẳng hạn như:
  - Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu có trình độ
  - Thông tin bằng văn bản ở các định dạng khác (bản in khổ lớn, âm thanh, các định dạng điện tử có thể truy cập và các định dạng khác)
- Cung cấp các dịch vụ ngôn ngữ miễn phí cho những người mà ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, như:
  - Thông dịch viên có trình độ
  - Thông tin được viết bằng các ngôn ngữ khác
  - Nếu quý vị cần những dịch vụ này, vui lòng liên hệ với Trung tâm Liên lạc Hội viên của Health Net theo số 1-800-675-6110 (TTY: 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày mỗi tuần, 365 ngày mỗi năm.

Theo yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp cho quý vị dưới dạng chữ nổi Braille, bản in khổ lớn, băng ghi âm hoặc tài liệu điện tử. Để nhận được bản sao bằng một trong những định dạng thay thế này, vui lòng gọi điện thoại hoặc gửi thư tới:

Health Net

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

Customer Contact Center 1-800-675-6110 (TTY: 711)

Tiếp âm California 711

Nếu quý vị cho rằng Health Net đã không thể cung cấp những dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử theo cách khác dựa trên chủng tộc, màu da, quốc tịch, độ tuổi hoặc giới tính (bao gồm cả tình trạng mang thai, khuynh hướng tình dục và bản dạng giới), tình trạng khuyết tật tinh thần, tình trạng khuyết tật thể chất, tôn giáo, tổ tiên, nhận dạng nhóm dân tộc, tình trạng sức khỏe, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân hoặc giới tính, quý vị có thể nộp đơn khiếu nại tới Điều phối viên 1557.

Quý vị có thể nộp đơn khiếu nại trực tiếp, qua đường bưu điện, fax hoặc email. Nếu quý vị cần trợ giúp nộp đơn khiếu nại, **Điều phối viên 1557** của chúng tôi sẵn sàng trợ giúp.

- Qua điện thoại: Gọi số 855-577-8234 (TTY: 711)
- Qua fax: 1-866-388-1769
- Bằng văn bản: Viết thư và gửi đến Health Net 1557 Coordinator, PO Box 31384, Tampa, FL 33631

Bằng phương tiện điện tử: Gửi email đến [SM\\_Section1557Coord@centene.com](mailto:SM_Section1557Coord@centene.com) Thông báo này có trên trang web của 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)

Quý vị cũng có thể nộp đơn than phiền về dân quyền cho Văn phòng Đặc trách Dân quyền thuộc Sở Quản lý Chăm sóc Sức khỏe của Tiểu bang California qua điện thoại, gửi thư hoặc bằng phương tiện điện tử:

- Qua điện thoại: Gọi số 916-440-7370. Nếu quý vị không thể nói hoặc nghe rõ, vui lòng gọi số 711.
- Bằng văn bản: Điền thông tin vào mẫu đơn than phiền hoặc viết thư và gửi đến địa chỉ 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.  
Đơn than phiền sẵn có tại [http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx)
- Bằng phương tiện điện tử: Gửi email đến địa chỉ [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov)

Quý vị cũng có thể nộp đơn than phiền về dân quyền với Văn phòng Đặc trách Dân quyền thuộc Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ bằng phương thức điện tử thông qua Cổng thông tin Than phiền của Văn phòng Đặc trách Dân quyền tại địa chỉ <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, hoặc qua đường bưu điện hay gọi điện đến số:

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)

Mẫu đơn than phiền được đăng tải tại <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.

## Để tìm hiểu thêm hoặc để đăng ký nhận các dịch vụ thuộc Những hỗ trợ từ cộng đồng

- Gọi cho Health Net theo số **800-675-6110 (TTY: 711)**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần.
- Gọi cho Tùy chọn chăm sóc sức khỏe Medi-Cal của Tiểu bang theo số **800-430-4263 (TTY 800-430-7077)**.