



L.A. Care
Medicare Plus[™]
(HMO D-SNP)

2026

Taunang Gabay ng Miyembro



Talaan ng Mga Nilalaman

Mensahe mula sa L.A. Care Medicare Plus.....	2
Gabay sa Mapagkukunan ng Miyembro	4
• Mga Madalas Itanong (Frequently Asked Questions, FAQ)	5
Alamin ang Inyong Mga Opsyon sa Pangangalaga	9
Paghahanda bago magpatingin sa inyong Doktor	10
Mga Tampok na Benepisyo at Serbisyo	12
• Mga Karagdagang Vendor sa isang Sulyap	12
• Acupuncture at Chiropractic (Hindi saklaw ng Medicare)	13
• Mga Serbisyo sa Ngipin	13
• Matibay na Kagamitang Medikal o Durable Medical Equipment	14
• Membership sa Gym	15
• Mga Serbisyo sa Pandinig	15
• Mga Pagbabakuna	16
• Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Isip.....	16
• Nurse Advice Line.....	16
• Allowance sa Benefits Prepaid Card.....	17
• Mga Personal na Pang-emergency na Response System.....	18
• Mga Serbisyo sa Paa (Karaniwan)	18
• Saklaw ng Reseta – Medicare Part D	19
• Saklaw ng Reseta – Medi-Cal RX.....	20
• Tulong sa ilang partikular na hindi gumagaling na kondisyon - Mga Espesyal na Karagdagang Benepisyo para sa May Hindi Gumagaling na Sakit (SSBCI)	20
• Telehealth.....	22
• Transportasyon	22
• Mga Serbisyo para sa Paningin	23
• Pang-emergency/Agarang Saklaw sa Buong Mundo	23
• Website.....	23
Paano I-access ang Mga Materyales para sa Miyembro	24
Abiso sa Kasanayan sa Pagkapribado	26
Abiso sa Hindi Pandiskrimina	34
Abiso sa Pagiging Available	37





Minamahal na Miyembro,

Welcome sa L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP)!

Ikinalulugod naming sumali kayo sa aming pamilya sa pangangalagang pangkalusugan. Ang inyong Welcome Kit para sa Bagong Miyembro ay may mahalagang impormasyon tungkol sa inyong mga benepisyo ng plano, paano makahanap ng mga doktor, at ang listahan ng mga gamot na sinasaklaw namin. Mangyaring basahin ito nang maingat at itabi ito sa isang ligtas na lugar.

Ang Inyong mga benepisyo

Bilang isang miyembro ng L.A. Care Medicare Plus, matatanggap ninyo ang lahat ng serbisyo ng Medicare at Medi-Cal nang walang bayad, kasama ng karagdagang mga benepisyo para masuportahan ang inyong kalusugan at kagalingan. Tinitiyak namin na maayos na magkakasamang gumagana ang inyong mga benepisyo. Narito ang isang buod ng kung ano ang inyong matatanggap. Para sa higit pang detalye, mangyaring sumangguni sa Handbook ng Miyembro.

Narito ang ilan sa pangunahing mga benepisyo na maaari ninyong asahan:

- **Mga Inireresetang Gamot:**

- Tier 1: \$0 na Copay
- Tier 2-5: \$0 - \$12.65 o 25% coinsurance

Ang inyong copay/coinsurance ay depende sa halaga ng Karagdagang Tulong na natatanggap ninyo.

- **Buwanang Allowance:** Makakatanggap kayo ng \$110 buwanang allowance na naka-load na sa inyong Mastercard® Prepaid Card ng Mga Benepisyo, para makabili ng mga aprubadong Over-the-Counter (OTC) na item. Puwede kayong mamili sa mga kasaling tindahan, online sa **lacare.nationsbenefits.com**, sa pamamagitan ng telepono sa **1.833.571.7587** (TTY: **711**), o gamit ang MyBenefits app. Ang mga miyembrong kwalipikado para sa Espesyal na Karagdagang mga Benepisyo para sa mga may Malubhang Sakit (Special Supplemental Benefits for the Chronically Ill, SSBCI) ay puwedeng gumamit ng kanilang buwanang allowance para makatulong sa pagbabayad ng masustansyang pagkain, bayarin sa kuryente at iba pang utility, at gasolina sa istasyon. Para malaman ang higit pa kung paano maging kwalipikado para sa SSBCI, mangyaring makipag-ugnayan sa Mga Serbisyo sa Miyembro o repasuhin ang Handbook ng Miyembro.
- **Pangangalaga sa Ngipin:** Sinasaklaw namin ang mga serbisyo sa ngipin, kabilang ang mga paglilinis, pasta, pustiso, pagsusuri sa bibig, fluoride na paggamot, at X-ray. May ilang serbisyo na saklaw kapag bahagi ng paggamot ng isang pangunahing kondisyong medikal, tulad ng muling pagbubuo ng panga pagkatapos ng isang pinsala o pagbubunot ng ngipin bago ang paggamot sa cancer. Makukuha ang mga karagdagang serbisyo sa pamamagitan ng Medi-Cal Dental Program.
- **Pangangalaga sa Paningin:** Kami ang magbabayad para sa mga karaniwang serbisyo sa pangangalaga sa mata kapag ibinigay ang mga ito sa pamamagitan ng aming network ng mga VSP na provider. Kasama sa mga karaniwang benepisyo ang isang pagpapatingin ng mata kada taon sa kalendaryo at hanggang \$500 para sa isang pares ng salamin sa mata (mga frame lang) o sa mga contact lens kada dalawang taon sa kalendaryo. Sinasaklaw ang mga Pangunahing Inireresetang lens tulad ng glass o plastik, single vision, lined bifocal, lined trifocal, o lenticular lens bawat dalawang taon sa kalendaryo. Mangyaring pumunta sa aming direktoryo ng provider para makahanap ng doktor na malapit sa inyo.

24/7 na mga Serbisyo ng Suporta

Maaari kayong makatanggap ng tulong kahit kailan, sa araw o gabi, kasama ang mga holiday. Libre ang lahat ng tawag. Narito ang maaari mong makuha nang 24/7:

- **Mga Serbisyo sa Miyembro:** Para sa anumang tanong o tulong na kailangan ninyo.
- **Nurse Advice Line:** Makipag-usap sa isang nars tungkol sa inyong mga alalahanin sa kalusugan.
- **Mga Konsultasyon sa Telehealth:** Makipag-usap sa isang doktor sa pamamagitan ng telepono o video nang hindi umaalis sa bahay.

Pinakamaganda sa lahat, kapag nagpatingin kayo sa mga doktor o nagpunta sa ospital, walang gagastusin kung bibisita kayo sa mga provider na nasa aming network.

Pagsisimula

Para makapagsimula, kumpletuhin ang isang Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan (Health Risk Assessment, HRA). Makakatulong ito sa amin na makagawa ng pinasadyang plano para sa inyo. Makikipagtulungan sa inyo ang inyong tagapamahala ng pangangalaga para magtakda ng mga layunin at magmungkahi ng mga serbisyong nakakatugon sa inyong mga pangangailangan. Tawagan kami ngayon para kumpletuhin ang inyong pagsusuri at gawin ang unang hakbang patungo sa mas maayos na kalusugan.

Mga Karagdagang Mapagkukunan

Lubos na pakinabangan ang L.A. Care Medicare Plus sa pamamagitan ng pagsisiyasat sa mga karagdagang mapagkukunang ito:

- **Tulong sa Mga Pangangailangan sa Pakikisalamuha:** Ikinokonekta kayo ng Link ng Komunidad ng L.A. Care sa mga ahensya ng komunidad para sa tulong sa pabahay, pagkain, mga bayarin, at marami pang iba. Bisitahin ang **communitylink.lacare.org** o tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro para matuto pa.
- **Mga Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad:** Ang mga sentrong ito ay nag-aalok ng mga serbisyo ng suporta, pagkain, at iba't ibang mapagkukunan para mapahusay ang inyong kalusugan at kapakanan. Mag-iskedyul ng appointment sa pamamagitan ng pagtawag sa **1.877.287.6290** o bumisita sa **CommunityResourceCenterLA.org**.

Para sa higit pang impormasyon at access sa mga materyales ng plano, bumisita sa **medicare.lacare.org** o Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.833.522.3767**, TTY: **711**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday. May isang kinatawan na nakahandang tulongan kayo.

Nagsama kami ng magnet sa refrigerator na "Paano I-access ang Pangangalaga". Isa itong kapaki-pakinabang na katulong na maaari ninyong idikit mismo sa inyong refrigerator. Makikita rito ang mahahalagang numero ng telepono na maaari ninyong tawagan para gumawa ng mga appointment sa doktor, kumuha ng transportasyon, at ma-access ang mga benepisyo, serbisyo, at suporta para sa inyong mga pangangailangang pangkalusugan. Kung kailangan ninyo ng tulong, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.833.522.3767** (TTY: **711**), available nang 24/7, kasama ang mga holiday. Libre ang pagtawag.

Salamat sa pagpili sa L.A. Care Medicare Plus bilang inyong plano sa pangangalagang pangkalusugan.

Taos-puso,
L.A. Care Medicare Plus

Tandaan: Ang mga alternatibong format ng dokumentong ito, gaya ng malalaking titik, braille, at audio, ay available nang walang bayad. Tumawag sa **1.833.522.3767** (TTY: **711**), nang 24/7, kabilang ang mga holiday.



L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Gabay sa Mapagkukunan ng Miyembro



Mangyaring gamitin ang gabay na ito para maunawaan ang mga benepisyo ng inyong plano.

Mayroon ba kayong mga tanong o kailangan ba ninyo ng suporta?

Tandaan, isang tawag lang kami. Bukas ang aming team ng Mga Serbisyo para sa Miyembro nang 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, para tulungan kayo sa lahat ng inyong pangangailangan sa pangangalagang pangkalusugan.

Tawagan kami sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**)

Bago o Nagbabalik? Sulitin ang Inyong Plano – Panoorin ang Video ng Oryentasyon para sa Miyembro

Bilang miyembro, inaanyayahan kayong panoorin ang aming virtual na video ng Oryentasyon para sa Miyembro sa **medicare.lacare.org**. Ang video ay nagbibigay sa inyo ng madaling paraan para matuto tungkol sa mga benepisyo ng inyong plano at kapaki-pakinabang na serbisyo na available para sa inyo.

Maaari ninyong panoorin ang buong video o maaari kayong lumaktaw sa mga bahaging pinakainteresado kayo — tulad ng over-the-counter (OTC), tungkol sa fitness, ngipin, paningin, o transportasyon. Simpleng paraan ito para maunawaan ang inyong plano at makaramdam ng kumpiyansa tungkol sa paggamit ng mga benepisyo ninyo.

Mga Madalas Itanong

Kailan ako dapat magpunta sa aking Doktor ng Pangunahing Pangangalaga?

Para sa lahat ng alalahanin sa kalusugan, pumunta muna sa inyong Doktor ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Physician, PCP). Ang inyong PCP ang unang tao na dapat ninyong puntahan kapag kailangan ninyo ng pangangalagang pangkalusugan. Titiyakin ng inyong PCP na makukuha ninyo ang tamang pangangalaga, sa tamang lugar at sa tamang panahon. Bibigyan kayo ng rekomendasyon ng inyong PCP kung kailangan ninyo ng pangangalaga o mga serbisyo na nangangailangan ng espesyal na kadalubhasaan.

Makakatanggap ba ako ng Identification (ID) card ng L.A. Care Medicare Plus?

Makakatanggap ka ng ID card ng L.A. Care Medicare Plus. Mangyaring itabi ito sa isang ligtas na lugar hanggang sa 1/1/2025. Simula sa 1/1/2025, maaari ninyong simulang gamitin ang inyong L.A. Care Medicare Plus Pakitandaan na dalhin ang inyong ID Card ng Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus at Identification Card para sa Mga Benepisyo (Benefit Identification Card, BIC) ng Medi-Cal kapag ina-access ang mga muling pagkuha ng inireresetang gamot at serbisyong medikal.

Paano ko mapapalitan ang aking Doktor ng Pangunahing Pangangalaga?

May opsyon ang mga miyembro ng L.A. Care Medicare Plus na pumili mula sa iba't ibang doktor sa network. Kung hindi kayo nasisiyahan sa inyong PCP, maaari ninyo itong palitan anumang oras. Ang inyong bagong PCP ay magkakabisa sa unang araw ng susunod na buwan. Makakakuha kayo ng bagong ID card sa mail na nagpapakita ng pangalan ng inyong bagong doktor. Para pumili ng bagong PCP, maaari ninyong gawin ang alinman sa:

- Tumawag sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**), O
- Maaari din ninyong bisitahin ang aming portal ng serbisyo sa miyembro sa **members.lacare.org** para maghanap at pumili ng inyong PCP. Mangyaring sumangguni

sa gabay sa pagpaparehistro sa ibaba ng webpage para sa mga tagubilin sa bawat hakbang sa paggawa ng isang account.

Bilang isang miyembro ng L.A. Care Medicare Plus, itatala kayo sa L.A. Care para sa inyong mga Medicare at Medi-Cal Program. Itatalaga sa inyo ang PCP ng Medicare bilang inyong pangunahing doktor na siyang mangangasiwa sa inyong mga serbisyo ng Medicare at Medi-Cal, hindi magtatalaga sa inyo ng pangunahing doktor ng Medi-Cal. Maaari ninyong palitan ang inyong PCP anumang oras.

Ano ang isang Grupong Medikal?

Ang grupong medikal ay isang kapisanan ng mga PCP at espesyalista na ginawa para magkaloob ng pinag-ugnay na mga serbisyo ng pangangalagang pangkalusugan.

Nauugnay ang mga PCP ng aming plano sa mga grupong medikal. Kapag pumili kayo ng inyong PCP, pinipili rin ninyo ang nauugnay na grupong medikal. Ibig sabihin nito, isasangguni kayo ng inyong PCP sa mga espesyalista at serbisyong nauugnay rin sa kanilang grupong medikal. Dapat kayong kumuha ng pangangalaga mula sa mga provider ng serbisyo na kasali sa grupong medikal ng inyong PCP. Kadalasan, hindi namin sasaklawin ang pangangalaga mula sa isang provider na hindi nakikipagtulungan sa aming planong pangkalusugan at sa grupong medikal ng PCP ninyo.

Paano ako dapat maghanda para sa aking mga appointment sa doktor?

Mahalagang maging handa para sa inyong mga appointment sa doktor. Maaari ninyong masulit ang inyong oras kasama ang inyong doktor sa pamamagitan ng pagiging aktibo tungkol sa inyong kalusugan at pagtatanong.

Mga tip para maghanda para sa susunod ninyong pagpapatingin sa doktor:

- Isulat ang lahat ng inyong tanong
- Dalhin ang inyong ID card ng miyembro ng L.A. Care Medicare Plus, Identification Card para



sa mga Benepisyo (Benefits Identification Card, BIC) ng Medi-Cal, at photo ID

- Magdala ng listahan ng mga gamot na iniinom ninyo, at isulat kung gaano kadalas at kung kailan ninyo iniinom ang bawat gamot
- Tiyaking naa-access ninyo ang impormasyon sa pakikipag-ugnayan ng inyong doktor
- Pagkatapos ng inyong appointment, tiyakin na nauunawaan ninyo ang kailangan ninyong gawin.
- Kilalanin ang inyong doktor at huwag matakot magtanong. Kung nakauwi na kayo at mayroon pa rin kayong mga tanong, tawagan ang tanggapan ng inyong doktor at makipag-usap sa sinumang makakatulong.

Kailan ako dapat pumunta sa emergency room?

Pang-emergency na Pangangalaga

Ang medikal na emergency ay isang kondisyong medikal na may matinding kirot o seryosong pinsala sa katawan. Ang kondisyon ay masyadong seryoso na, kung hindi ito makatatanggap ng agarang medikal na atensiyon, naniniwala kayong magreresulta ito sa:

- Seryosong panganib sa inyong kalusugan
- Pinsala sa mga paggana ng katawan
- Seryosong paghina ng anumang organo o bahagi ng katawan, o
- Kung kayo ay nasa aktibong yugto ng panganganak at walang sapat na oras para ligtas kayong madala sa isang ospital bago manganak.

Tumawag sa **911** o pumunta sa pinakamalapit na emergency room kung mayroon kayong medikal na emergency. Kung hindi kayo sigurado kung mayroon kayong medikal na emergency, tumawag sa Nurse Advice Line sa **1.800.249.3619** (TTY **711**), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Kailan ako dapat pumunta sa agarang pangangalaga?

Pumunta sa isang center para sa agarang pangangalaga kung hindi malubha ang inyong

kundisyon, pero kailangan pa rin ng agarang atensyon. Maaaring makatulong ang agarang pangangalaga na maiwasang lumala ang inyong kondisyon. Kung hindi kayo sigurado kung kailangan ninyo ng agarang pangangalaga, tumawag sa Nurse Advice Line sa **1.800.249.3619** (TTY: **711**), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday. Matutulungan din nila kayong hanapin ang pinakamalapit na center ng agarang pangangalaga.

Paano ko mahahanap ng agarang pangangalaga na malapit sa akin?

Para makahanap ng isang center ng Agarang Pangangalaga na malapit sa iyo, mangyaring tumawag sa **1.844.346.3874 (1.844.FIND.URG)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Hindi ninyo kailangan ng rekomendasyon mula sa inyong PCP para sa pang-emergency na pangangalaga o agarang kinakailangang pangangalaga.

Ano ang dapat kong gawin kung makatatanggap ako ng bayarin para sa mga saklaw na serbisyo?

Hindi kayo dapat makatanggap ng bayarin para sa anumang saklaw na serbisyo. Kung makakuha kayo, mangyaring tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

Paano kung hindi ako nasisiyahan sa pangangalaga o serbisyong natatanggap ko?

Nagmamalasakit talaga kami para sa inyo at gusto naming tiyaking masaya kayo sa inyong pangangalagang pangkalusugan. Sakaling nalungkot o nag-alala kayo tungkol sa mga serbisyo o pangangalagang natanggap ninyo, maaari ninyong tawagan ang Mga Serbisyo sa Miyembro at ipaalam ito sa amin sa pamamagitan ng paghahain ng reklamo. Isulat namin ang lahat ng bagay na sasabihin mo sa amin at seseryosohin namin ito. Napakahalaga ng inyong feedback, at magsisikap kami nang husto para ayusin ang anumang



problema nang mabilis hangga't kaya namin. Maaari din kayong magreklamo tungkol sa amin, sa ospital, o sinupamang doktor, kahit na wala siya sa network ng aming plano. Narito kami para makinig at itama ang bagay-bagay para sa inyo

Paano ako maghahain ng reklamo?

Sumulat, bumisita o tumawag sa L.A. Care Medicare Plus.

L.A. Care Health Plan
Departamento ng Mga Serbisyo sa Miyembro
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017
1.833.LAC.DSNP
(1.833.522.3767) (TTY: 711)

Maaari rin kayong maghain ng reklamo online sa **lacare.org**.

Ano ang isang Paunang Pahintulot/ rekomendasyon?

Paunang pahintulot: Isang pag-apruba dapat ninyong makuha mula sa amin bago kayo makakuha ng partikular na serbisyo o gamot o makagamit ng wala sa network na provider.

Maaaring hindi saklawin ng aming plano ang serbisyo o gamot kung hindi kayo kukuha muna ng pag-apruba.

Sinasaklaw lang ng aming plano ang ilan sa mga serbisyong medikal na nasa network kung kukuha ang inyong doktor o iba pang nasa network na provider ng paunang pahintulot mula sa amin.

- Ang mga saklaw na serbisyo na nangangailangan ng paunang pahintulot ng aming plano ay minarkahan sa Kabanata 4 ng inyong Handbook ng Miyembro.

Sasaklawin lang ng aming plano ang ilang gamot kung kukuha kayo ng paunang pahintulot mula sa amin.

Ang mga saklaw na gamot na nangangailangan ng paunang pahintulot ng aming plano ay minarkahan sa Listahan ng Mga Saklaw na Gamot (Formulary ng Gamot).

Rekomendasyon: Ang rekomendasyon ay ang pag-apruba ng inyong provider ng pangunahing

pangangalaga (primary care provider, PCP) na gumamit ng provider maliban sa inyong PCP. Kung hindi muna kayo kukuha ng pag-apruba, maaaring hindi namin saklawin ang mga serbisyo. Hindi ninyo kailangan ng rekomendasyon para magpatingin sa mga partikular na espesyalista, tulad ng mga espesyalista sa kalusugan ng mga babae. Makikita ninyo ang higit pang impormasyon tungkol sa mga rekomendasyon sa Mga Kabanata 3 at 4 ng inyong Handbook ng Miyembro.

Ano ang isang Kahilingang Pagpapahintulot sa Serbisyo at paano Magsumite ng isa?

Para sa mga serbisyong nangangailangan ng Paunang Pahintulot, maaaring magsumite ang inyong doktor ng isang kahilingan para sa Pahintulot sa inyong ngalan. O kaya, maaari kayong tulungan ng team ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa pagsusumite ng Kahilingang Pagpapahintulot sa Serbisyo (Service Authorization Request, SAR). Maaaring isumite ang mga SAR sa inyong Grupong Medikal o sa team ng Mga Serbisyong Pangkalusugan ng L.A. Care para sa pag-apruba. Tumawag sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: 711) para sa tulong.

Saan dapat ipadala sa pamamagitan ng mail ang mga claim?

Pakipadala ang mga claim sa address na makikita sa likod ng inyong ID card ng miyembro ng L.A. Care Medicare Plus.

Ano ang Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan (HRA)?

Maghanda para sa tawag mula sa isang mabait na kinatawan ng L.A. Care! Tatawagan nila kayo sa unang 45 araw pagkatapos ninyong sumali sa aming plano para magsagawa ng isang bagay na tinatawag na Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan (Health Risk Assessment, HRA). Makikita rin ninyo ang form ng HRA sa inyong Welcome Packet para sa Bagong Miyembro. Sagutan lang ito at ibalik ito sa amin. Ang HRA ay isang hanay ng mga tanong para madagdagan ang kaalaman tungkol sa inyong mga pangangailangan sa kalusugan. Makakatulong ito sa aming mas mahusay na magplano para sa inyong pangangalaga. Ginagawa namin ang pagsusuri



ito bawat taon para mapanatili kayong malusog. Kung gusto ninyo, maaari ninyo kaming tawagan sa **1.844.522.3767** para gawin ang HRA sa telepono. Narito kami para tulungan kayo. Mahalaga sa amin ang inyong kalusugan, kaya huwag kalimutang gawin ang HRA!

Mga Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad (Community Resource Center, CRC) ng L.A. Care

Bukas sa mga miyembro at sa pangkalahatang publiko ang aming mga sentro ng mapagkukunan. Magkaroon ng access sa iba't ibang pangangalagang pangkalusugan at mga mapagkukunan sa komunidad kasama na ang:

- **Mga Serbisyo sa Miyembro at Navigator** – Humingi ng tulong sa pagtanggap ng dekalidad na pangangalaga at paglutas ng mga hamon para makuha ang pangangalagang kailangan ninyo.
- **Pamamahala ng Mga Hindi Gumagaling na Kondisyon** – Lumahok sa aming mga programa ng pag-iwas sa diabetes. Matutunan ang tungkol sa masustansyang pagkain at ang kahalagahan ng regular na pisikal na aktibidad kasama ang isang may kasanayang lifestyle coach.
- **Teknolohiyang Pangkalusugan** – I-access ang mga electronic na tool ng mapagkukunan na pangkalusugan, tulad ng mga portal at app na pangkalusugan, para tumulong na pamahalaan at pahusayin ang inyong kalusugan. Mag-aalok ng suporta ang Center para matutuhan kung paano gamitin ang mga tool na ito.
- **Pamamahala sa Pangangalaga** – Sulitin ang inyong mga benepisyo ng pangangalagang pangkalusugan sa pamamagitan ng pakikipagtulungan sa isang Tagapamahala ng Pangangalaga. Matutulungan ng isang Tagapamahala ng Pangangalaga ang mga miyembro na magsaayos at bumuo ng plano para sa kanilang pangangalaga.
- **Link ng Komunidad** – Gamitin ang platform ng Link ng Komunidad ng L.A. Care para makatanggap ng tulong sa mga serbisyong panlipunan para sa pabahay, pagkain, mga bayarin at mga personal na klase para sa kalusugan at wellness.

Nakatuon ang aming mababait na kawani sa paggawa ng isang ligtas na lugar na may mainit at malugod na pagtanggap. Narito kami para sa lahat sa komunidad, ito man ay para sa inyong unang klase para sa sayaw o kung kailangan ninyo ng tulong sa pangangalagang pangkalusugan. Dumaan at maranasan ang aming magagandang klase at serbisyo – libre ang lahat ng ito!

Bisitahin ang aming website online para makita ang aming mga lokasyong available sa inyo:

communityresourcecenterla.org

L.A. Care Connect – Ang Inyong Portal ng Miyembro

Ang inyong eksklusibong portal ng miyembro, ang L.A. Care Connect, na kung saan magagawa ninyo ang sumusunod:

- Tingnan ang inyong pagiging karapat-dapat at mga benepisyo
- Hilingin, tingnan, at/o i-print ang inyong ID card
- Palitan ang inyong Doktor o Grupong Medikal
- Pamahalaan ang inyong mga gamot, tingnan ang inyong mga nakaraang gamot, maghanap ng parmasya, at i-access ang lahat ng iba pang Benepisyo sa Parmasya
- Kumpletuhin ang inyong Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan
- I-access ang mga mapagkukunan para sa Edukasyon sa Kalusugan
- At Higit Pa!

I-set up ang inyong personal na account sa portal ng miyembro ng L.A. Care sa:

members.lacare.org Mangyaring sumangguni sa gabay sa pagpaparehistro sa ibaba ng webpage para sa mga tagubilin sa bawat hakbang sa paggawa ng isang account.

Ano ang Eksklusibong Nakahanay na Pagpapatala?

Bilang isang miyembro ng L.A. Care Medicare Plus, itatala kayo sa L.A. Care para sa inyong mga Medicare at Medi-Cal Program. Sa pamamagitan ng paghahanay ng inyong pagpapatala sa Medicare at Medi-Cal sa L.A. Care, mas mahusay naming mapag-uugnay ang inyong pangangalaga. Kapag nagpatala kayo sa L.A. Care Medicare Plus, awtomatikong gagawing L.A. Care ang inyong Medi-Cal plan kung hindi pa kayo miyembro ng L.A. Care para sa Medi-Cal.

Ano ang Tagapamahala ng Pangangalaga?

Ang isang Tagapamahala ng Pangangalaga ay ang pangunahing tao na nakikipatulungan sa inyo, sa planong pangkalusugan, at sa provider ng inyong pangangalaga para matiyak na natatanggap ninyo ang pangangalagang kailangan ninyo. Kung hindi ninyo kilala kung sino ang nakatalaga sa inyong Tagapamahala ng Pangangalaga, tawagan kami sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**) para sa tulong.

Alamin ang Inyong Mga Opsyon sa Pangangalaga

I-scan ang QR Code sa kanan o bumisita sa

www.lacare.org/members/getting-care para sa karagdagang impormasyon.



Mga Uri ng Pangangalaga	Mga Halimbawa ng Mga Sintomas at Serbisyo	Paano I-access	Mga Tinatayang Oras ng Paghihintay*
 Nurse Advice Line (telepono)	- Payo tungkol sa pangangalaga sa sarili - Mga pangkalahatang tanong sa kalusugan - Pagpili ng kung saan at kailan kukuha ng pangangalaga	Tumawag sa 1.800.249.3619 (TTY 711)	Available nang 24/7, kasama ang mga holiday
 Telehealth (online/ telepono)	Mga kondisyong hindi nagbabanta sa buhay tulad ng sipon, trangkaso, lagnat, o pantal	Tumawag sa 1.800.Teladoc (1.800.835.2362) o bumisita sa teladoc.com/lacare para i-set up ang inyong account	Available nang 24/7, kasama ang mga holiday
 Provider ng Pangunahing Pangangalaga (Primary Care Provider, PCP) – Karaniwang Pangangalaga	- Mga regular na checkup, iniksyon, paggamot, at reseta - Mga pangmatagalang kondisyon o sakit gaya ng diabetes - Tandaan: Posibleng isangguni kayo ng inyong PCP sa isang espesyalista.	- Tumawag sa numero ng telepono ng inyong PCP sa ID card ninyo. - Para pumili ng isa pang PCP, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care sa 1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711) o bumisita sa members.lacare.org (portal ng miyembro) o bumisita sa pinakamalapit sa inyong Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad para makipag-usap sa isang Navigator ng Miyembro ng L.A. Care	10 mga araw ng trabaho o mas mababa (Magtanong tungkol sa mga parehong araw na appointment) Tandaan: Posibleng maiba ang mga oras ng paghihintay sa appointment sa espesyalista mula sa mga oras ng paghihintay sa appointment sa PCP.
 Agarang Pangangalaga	- Sipon, trangkaso, lagnat - Mga pantal - Mga impeksyon (balat, mata, tainga) - Paghinga (paghinga nang may tunog, ubo) - Pananakit ng tiyan, pagsusuka, pagtatae - Maliliit na pinsala (mga paso, pagkapilay)	Para sa tulong sa paghahanap ng sentro para sa agarang pangangalaga, tumawag sa Nurse Advice Line or 1.844.FIND.URG (1.844.346.3874)	48 oras o mas mababa
 Pang-emergency na Pangangalaga	- Mga nagbabanta sa buhay na kondisyon tulad ng pananakit ng dibdib o hirap sa paghinga - Mga biglang pagbabago sa paningin - Panghihina, hirap sa pagsasalita	Tumawag sa 911 o pumunta sa pinakamalapit na emergency room ng ospital.	Available nang 24/7, kasama ang mga holiday

* Mas mahaba ang oras ng paghihintay. Ito ay dahil maaaring itala ng doktor na ang mas mahabang paghihintay ay hindi makasasama sa inyong kalusugan.



Paghahanda bago magpatingin sa inyong Doktor

Dalhin ang mga ito:



ID card ng miyembro at ID card ng Medi-Cal



Listahan ng mga layunin at alalahanin sa kalusugan para pag-usapan kasama ng inyong provider ng pangangalagang pangkalusugan



Notepad o piraso ng papel – huwag kalimutan ang ballpen – para makapagsulat ng mga tala sa oras ng pagpapatingin



Medikal na kasaysayan ng inyong pamilya



Listahan o (mga) botelya ng gamot na iniinom ninyo



Inyong kalendaryo, kung sakaling kailangan ninyong mag-iskedyul ng mga appointment sa doktor o pagsusuri





L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Mga Tampok na Benepisyo at



Serbisyo

L.A. Care Medicare Plus - Mga Pandagdag na Vendor sa isang Sulyap

Ang L.A. Care Medicare Plus ay nakikipagkontrata sa mga pinagkakatiwalaang partner para mabigyan kayo ng mga karagdagang benepisyo at serbisyo. Maaari din kayong bumisita sa aming website, medicare.lacare.org, para sa karagdagang impormasyon o para tingnan ang kanilang direktoryo.

Serbisyo

Vendor

Acupuncture na Chiropractic	American Specialty Health (ASH)
Gym para sa Fitness	SilverSneakers®
Mga Over-The-Counter (OTC) na Item Mga Masustansyang Pagkain/Grocery Tulong sa Mga Utility Gasolina para sa sasakyan (Gas sa Pump)	NationsBenefits®
Pangangalaga sa Paningin (Regular)	VSP
Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Isip	Carelon Behavioral Health
Mga Teknolohiyang Kaugnay sa Malayuang Pakikipag-ugnayan o Remote Access (Hotline sa Nursing)	Health Dialog
Mga Serbisyong Telehealth	Teladoc
Karaniwang Pangangalaga ng Ngipin	Liberty Dental

Acupuncture at Chiropractic (Hindi saklaw ng Medicare)



Bilang karagdagan sa inyong mga serbisyong Acupuncture at Chiropractic na sinasaklaw ng Medicare at Medi-Cal, maaari rin kayong tumanggap ng hanggang sa 45 pagbisita (pinagsama) para sa karaniwang mga serbisyong chiropractic at acupuncture!

Ang mga serbisyo ay ibinibigay ng American Specialty Health (ASH). Dapat kayong gumamit ng nakakontratang provider para tumanggap ng mga saklaw na serbisyo. Bisitahin ang direktoryo ng provider sa aming website sa: [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org)

Mga Serbisyo sa Ngipin



Sinasaklaw ng L.A. Care Medicare Plus ang mga serbisyo at procedure para sa ngipin. Kasama sa mga serbisyong ito ang, pero hindi limitado sa sumusunod:

Mga Serbisyong Pang-iwas sa Sakit:

- Pagsusuri sa Bibig – 1 bawat taon
- Mga X-Ray – 1 bawat taon
- Pagpapalinis – 1 bawat taon
- Fluoride na Paggamot – 1 topical na paglalagay sa isang taon

Mga Komprehensibong Serbisyo sa Ngipin:

- Pagpapanumbalik
- Endodontics – 1 beses bawat ngipin sa buong buhay
- Periodontics
- Prosthodontics (Hindi Natatangal at Natatangal)
- Mga Karagdagang Pangkalahatang Serbisyo sa Bibig/Maxillofacial na Operasyon

Nakikipagtulungan ang aming plano sa Liberty Dental para maibigay ang inyong mga benepisyo sa ngipin

Maaaring may nalalapat na mga benepisyo sa pagbubukod at limitasyon. Maaaring may mga pagbubukod kung medikal na kinakailangan. Ang mga tuntunin ng paunang pahintulot na nakalista sa Handbook ng Miyembro.

Para sa detalyadong listahan ng saklaw o dentistang provider na nasa network, maaari kayong pumunta sa website sa [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org) o sa pamamagitan ng pagtawag sa **1.855.552.8243**, Lunes hanggang Biyernes, 8:00 a.m hanggang 8:00 p.m, lokal na oras.



Para sa higit pang impormasyon, mangyaring sumangguni sa Handbook ng Miyembro.

Maaari ding maging available ang dagdag na saklaw sa ngipin sa pamamagitan ng Medi-Cal Dental Program, tumawag sa **1.800.322.6384** (TTY: **1.800.735.2922**) o bumisita sa **smilecalifornia.org** para sa karagdagang impormasyon.

Kasama sa saklaw ang:

- Mga karaniwang pagsusuri at pagpapalinis
- Pagpapa-pasta at mga pag-aayos
- Mga root canal at crown
- Mga hindi buong pustiso, at pag-aayos at muling paglinya ng mga pustiso

Mula Hulyo 1, 2026, hindi na magiging available ang mga benepisyo sa ngipin sa mga miyembrong hindi nakakatugon sa mga kasiya-siyang kinakailangan sa katayuan sa imigrasyon.

Ano ang Matibay na Kagamitang Medikal (DME) at paano ko ito maa-access?



Ang Matibay na Kagamitang Medikal (Durable Medical Equipment, DME) ay kagamitang tumutulong sa inyo na kumpletuhin ang inyong mga pang-araw-araw na aktibidad. Ang mga halimbawa ng mga item na ito ay mga wheelchair, saklay, powered mattress system, supply para sa diabetic, kama sa ospital na iniutos ng provider para gamitin sa bahay, IV infusion pump, speech generating device, kagamitan para sa oxygen at supply, nebulizer, o walker. Kung kailangan ninyo ng mga DME na item, dapat ninyong kausapin ang inyong doktor o maaari kayong tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro para sa isang Kahilingang Pagpapahintulot sa Serbisyo sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**) para sa tulong.

Membership sa Gym



Nag-aalok ang SilverSneakers® ng access sa mahigit 22,000 gym sa buong bansa kung saan makakagamit kayo ng equipment at makakasali sa mga panggrupong klase para sa ehersisyo. Nagbibigay rin ito ng mga online at on-demand na klase para sa mga workout sa bahay. Magagawa din ninyong mag-access ng mga klase, magtakda ng mga paalala ng mga paparating na workout, at manatiling konektado sa pamamagitan ng SilverSneakers Go mobile app.

Para i-set up ang inyong account:

- bumisita sa **SilverSneakers.com**, o
- i-download ang SilverSneakers Go mobile app.

Bilang miyembro ng SilverSneakers, makakatipid kayo ng libo-libong dolyar sa tuition para sa inyong mga mahal sa buhay, sa pamamagitan lang ng pagwo-work out sa kalahok na lokasyon ng SilverSneakers®. Madali ito at wala kayong babayaran. Mangyaring bisitahin ang **SilverSneakers.TuitionRewards.com** para sa higit pang impormasyon.

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa paggamit ng mga benepisyo sa SilverSneakers, tawagan ang SilverSneakers sa **1.866.584.7389** (TTY **711**) Lunes - Biyernes, 8 a.m. hanggang 8 p.m., EST o bisitahin ang <https://tools.silversneakers.com/>, para makita ang mga lumalahok na lokasyon.

Mga Serbisyo sa Pandinig



Mga serbisyo sa pandinig na ibinibigay ng Medi-Cal

Nagbabayad kami para sa mga pagsusuri ng pandinig at pagbalanse na ginagawa ng inyong provider ng serbisyo. Ipinaaalam sa inyo ng mga pagsusuring ito kung kailangan ninyo ng medikal na paggamot. Saklaw ang mga ito bilang pangangalagang outpatient kapag kinukuha ninyo ang mga ito mula sa isang doktor, audiologist, o ibang kwalipikadong provider ng serbisyo.

Para sa mga serbisyo sa pandinig, maaari kayong tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro para sa isang Kahilingang Pagpapahintulot sa Serbisyo sa **1.833.LAC.DSNP** (**1.833.522.3767**) (TTY: **711**) para sa tulong.



Mga pagbabakuna



Protektahan ang inyong sarili at ang inyong pamilya, magpabakuna na!

Magpaikedyul ng appointment sa inyong doktor. Makakatulong kami. Tawagan kami sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**).

Babayaran namin ang mga sumusunod na bakuna at libre ang mga ito para sa inyo!

- mga bakuna para sa COVID-19
- Mga iniksyon para sa trangkaso, isang beses bawat panahon ng trangkaso sa taglagas at taglamig (mas maraming iniksyon para sa trangkaso kung kinakailangan)
- Bakuna laban sa Hepatitis B kung kayo ay nasa malaki at intermediate na panganib na magkaroon ng hepatitis B
- Bakuna sa pulmonya
- Iba pang bakuna kung nanganganib kayo at nakakatugon ang mga ito sa mga tuntunin sa pagsaklaw ng Medicare Part B

Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Isip



Alam ba ninyo na kasinghalaga ng kalusugan ng inyong katawan ang kalusugan ng inyong isip?

Nakakaramdam ba kayo ng kalungkutan, pag-aalala, o sobrang nabibigatan? Ang mga pakiramdam na ito ay mga normal na pagtugon sa stress, kawalan, o mga araw-araw na pangangailangan sa buhay. Kapag tumagal ang mga pakiramdam na ito nang mahigit sa dalawang linggo, tumawag sa aming mga tagapayo sa Caredon Behavioral Health sa **1.877.344.2858** (TTY **711**) 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo para makipag-usap sa sinumang makakatulong.

Nurse Advice Line



Tumawag sa Nurse Advice Line ng L.A. Care para humingi ng medikal na payo mula sa isang rehistradong nurse batay sa inyong mga kasalukuyang sintomas anumang oras, araw man o gabi.

Tumawag lang sa 1.800.249.3619 (TTY 711), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.

para makakuha ng mga sagot sa inyong mga alalahanin sa kalusugan.

Makakatulong sa inyo ang nurse na magpasya:

- Kung kailangan ba ninyong magpatingin sa doktor;
- Ano ang dapat gawin kung lumala ang inyong mga sintomas;
- Ano ang magagawa ninyo sa bahay para magsimulang gumanda ang pakiramdam.

Gumagamit rin kami ng mga interpreter para sa lahat ng iba pang wika, nang wala kayong babayaran.

Allowance sa Benefits Prepaid Card



Makakatanggap ka ng **\$110** na buwanang allowance, na ipe-preload sa iyong Benefits Mastercard® Prepaid Card, para gamitin sa mga inaprubahang over-the-counter (OTC) na item na pangkalusugan at para sa wellness tulad ng gamot sa ubo at sipon, mga bitamina, pampawi ng pananakit, bendahe, at higit pa. Ang card at mga tagubilin sa pag-activate ay ipapadala sa iyo sa mail sa loob ng humigit-kumulang 7 hanggang 10 araw pagkatapos sumali sa plano. Makakatanggap ka rin ng isang catalog ng OTC sa mail, na naglilista sa lahat ng inaprubahang item. Kapag nagsimula na ang iyong coverage at na-activate na ang card, makapagsimula ka nang mag-order. Libre ang pagpapadala, at dumarating sa loob ng humigit-kumulang dalawang araw ang karamihan ng mga item.

Ang mga inaprubahang item lang ang saklaw ng allowance. Puwede mong gamitin ang naka-print na catalog o bisitahin ang lacare.nationsbenefit.com para tingnan kung aling mga produkto ang kwalipikado. Pakitandaan na ang anumang hindi nagamit na pondo ay hindi idaragdag sa susunod na buwan. Para masulit ang iyong benepisyo, mabuting ideya ang gamitin ang buong allowance bawat buwan.

Madali lang makuha ang inyong mga item! Magagamit mo ang iyong Benefits Mastercard® Prepaid Card sa tindahan sa mga kalahok na parmasya at mga retail na lokasyon, sa online o sa pamamagitan ng telepono.

- **Sa mga Tindahan:** Puwede kayong mamili ng iba't ibang inaprubahang item sa mga lugar na tulad ng Albertsons, CVS, Food-4-Less, Ralphs, Walgreens, Walmart, at marami pa. Para makahanap ng tindahan malapit sa inyo, bumisita sa Pumunta sa lacare.nationsbenefits.com para makita ang kalahok na tindahan malapit sa inyo.
- **Online:** Pumunta sa lacare.nationsbenefits.com para makita ang listahan ng iba't ibang inaprubahang produkto. Kung ito ang unang beses na mag-o-order kayo online, kakailanganin ninyong gumawa ng account sa pamamagitan ng pagpaparehistro sa Benefits Pro Portal o sa Benefits Pro app. Kung mayroon na kayong account, mag-log in lang, piliin ang inyong mga item, at i-click ang "Check out (Pag-check out)."
- **Sa Telepono:** Puwede kayong tumingin sa inyong Suriin ang Catalog ng OTC o pumunta sa lacare.nationsbenefits.com para makita ang mga produktong gusto ninyong i-order. Para mag-order sa pamamagitan ng telepono, pakitawagan ang **1.833.571.7587** (TTY: **711**). Available ang Mga Kinatawan ng Serbisyo sa Miyembro mula 8 a.m. - 8 p.m. sa lokal na oras.

Para sa higit pang impormasyon, mangyaring sumangguni sa Handbook ng Miyembro. Para malaman kung paano gamitin ang mga benepisyong ito, makipag-ugnayan sa NationsBenefits® sa **1.833.571.7587** (TTY: **711**) o bisitahin ang NationsBenefits sa **LACare.NationsBenefits.com**.



Mga Personal na Pang-emergency na Response System (PERS)



Mahalaga ang pagiging ligtas ang pakiramdam sa tahanan. Kung may panganib kayong makaranas ng mga pagkahulog, isyu sa kalusugan, o emergency sa tahanan, posibleng kwalipikado kayo para sa isang Personal na Pang-emergency na Response System (Personal Emergency Response Systems, PERS), isang medikal na alertong serbisyo para sa pagsubaybay. Gamit ang PERS, makakatanggap kayo ng device na hinahayaan kayong pumindot ng button para makakuha ng agarang tulong sa oras ng emergency. Kung mayroon kayong anumang tanong, pakitawagan ang Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.855.322.5007**, (TTY: **711**).

Mga Serbisyo sa Paa (Karaniwan)



Sinasaklaw ng aming plano ang hanggang **14** na pagbisita para sa karaniwang pangangalaga sa paa bawat taon para sa Podiatry na hindi saklaw ng Medicare.

Maaaring kasama sa karaniwang pangangalaga sa paa ang:

- Paggupit o pag-aalis ng mga tumigas na balat at kalyo
- Pagtabas, paggupit, o pagbawas ng mga kuko
- Pagpapanatili ng kalinisan o ibang paraan para makaiwas sa sakit, tulad ng paglilinis at pagbabad ng inyong mga paa

Magpa-appointment sa inyong doktor para sa serbisyong ito.

Saklaw ng Reseta – Medicare Part D



Narito kami para tumulong na sagutin ang inyong mga tanong tungkol sa gamot.

- Maaari ninyong punan ang inyong mga reseta ng Medicare Part D sa alinmang parmasya sa network ng L.A. Care Medicare Plus. Para makahanap ng mga parmasyang malapit sa inyo o para magtanong tungkol sa inyong mga reseta, tumawag sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday. Noong nagpatala kayo, pinadalhan kayo ng flyer na Paano I-access, na kinabibilangan ng mga tagubilin tungkol sa paghiling ng Listahan ng Mga Saklaw na Gamot (tinatawag na Formulary).
- Ipinapakita sa inyo ng Formulary kung aling mga gamot ang saklaw ng L.A. Care. Posibleng kailanganin ninyong bayaran ang buong halaga ng gamot kung hindi ito kasama sa listahan. Tawagan muna kami bago kayo pumunta sa parmasya para malaman kung saklaw ang gamot ninyo.
- Maaari din ninyong makuha ang pinakabagong listahan ng mga saklaw na gamot sa aming website sa **[medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org)**

Co-Pay sa Mga Benepisyo ng Reseta ng Medicare Part D



Tier 1: **\$0 na Copay**

Tier 2-5: **\$0 – \$12.65 o 25% Coinsurance**

Ang inyong copay/coinsurance ay depende sa halaga ng Karagdagang Tulong na natatanggap ninyo.

Maaari ninyong makuha ang hanggang 100-araw na supply ng inyong gamot para mabawasan ang inyong pagbisita sa parmasya. Magtanong kayo sa inyong doktor o pharmacist kung puwede itong maging pagpipilian. Maraming gamot ang puwede ring ipadala sa inyong tahanan sa pamamagitan ng koreo—tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro para malaman pa ang higit. Kung hindi saklaw o nangangailangan ng pahintulot ang inyong gamot, mangyaring makipag-ugnayan sa inyong doktor o pharmacist.



Saklaw ng Reseta – Medi-Cal RX



Ang inyong mga benepisyo ng parmasya ng Medi-Cal ay pinapamahalaan ng Departamento ng Mga Serbisyo sa Pangangalagang Pangkalusugan (Department of Healthcare Services, DHCS) sa pamamagitan ng isang contractor ng benepisyo ng parmasya, ang Magellan Medicaid Administration, Inc. (Magellan).

Dalhin ang inyong Benefits Identification Card (BIC), ang BIC, ng Medi-Cal kapag pupunta kayo sa parmasya. Gagamitin ng parmasya ang inyong card para mahanap ang inyong impormasyon at maibigay sa inyo ang mga gamot ninyo.

Makukuha ninyo ang mga benepisyo sa parmasyang saklaw ng Medi-Cal:

1. **Online**— gamitin ang Medi-Cal Rx Pharmacy Locator sa **Medi-CalRx.dhcs.ca.gov**, or
2. **Sa pamamagitan ng telepono** tumawag sa Serbisyo sa Customer ng Medi-Cal Rx (**1.800.977.2273**) dalawampu't apat na oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo, o sa **711** para sa TTY, Lunes hanggang Biyernes, 8am hanggang 5pm.

Tulong sa ilang partikular na hindi gumagaling na kondisyon - Mga Espesyal na Karagdagang Benepisyo para sa May Hindi Gumagaling na Sakit (SSBCI)

Ang Mga Espesyal na Pandagdag na Benepisyo para sa May Hindi Gumagaling na Sakit (Special Supplemental Benefits for the Chronically Ill, SSBCI) ay programang nagbibigay ng karagdagang tulong sa mga taong may malubha at pangmatagalang problema sa kalusugan. Idinisenyo ito para gawing mas madali ang pang-araw-araw na pamumuhay at tulungan ang mga miyembrong mas maalagaan ang kanilang kalusugan sa bahay.

Kung kwalipikado kayo, magkakaroon kayo ng higit na opsyon sa paggasta para gamitin ang buwanang \$110 na allowance na naka-preload sa inyong Benefits Mastercard para makapagbayad para sa mga inaprubahang item na bukod sa mga over-the-counter (OTC) na hindi inireresetang item para sa kalusugan at wellness. Magagawa rin ninyong magbayad para sa:

- Masusustansyang pagkain tulad ng mga prutas, gulay, at buong butil
- Mga bayarin sa utilidad sa bahay tulad ng kuryente, gas, tubig, at basura
- Gas sa pump para makatulong sa inyong makarating sa kailangan ninyong puntahan

Mahalaga: Hindi naiipon patungo sa susunod na buwan ang inyong allowance.

Subukang gamitin ang lahat ng \$ 110 bawat buwan para masulit ninyo ang inyong benepisyo.

Tandaang hindi lahat ay kwalipikado.

Paano Kayo Magiging Kwalipikado?

Dapat na kayo ay:

- may seryosong pangmatagalang isyu sa kalusugan na nakakaapekto sa inyong pang-araw-araw na pamumuhay, at
- Nasa mataas na panganib na maospital o magkaroon ng iba pang malaking problema sa kalusugan, at
- Nangangailangan ng maraming tulong sa pangangalaga sa inyong kalusugan, at

Para maging kwalipikado para sa SSBCI, dapat kayong magkaroon ng isa o higit pang hindi gumagaling na kondisyon na nakakatugon sa mga pamantayan sa pagiging karapat-dapat:

- Diabetes mellitus,
- Labis ang timbang, labis na katabaan, at metabolic syndrome,
- Pangmatagalang gastrointestinal na sakit,
- Pangmatagalang sakit sa bato (chronic kidney disease, CKD),
- Post-organ transplantation,
- Immunodeficiency at Immunosuppressive na mga sakit,
- Mga kondisyong nauugnay sa cognitive impairment,
- Mga kondisyon na may mga hamon sa paggana ng katawan,
- Mga hindi gumagaling na kondisyon na nagdudulot ng kapansanan sa paningin, pandinig (pagkabingi), panlasa, pandama, at pang-amoy,
- Mga kondisyong nangangailangan ng mga nagpapatuloy na serbisyo sa therapy para mapanatili ang paggalaw,
- Hindi gumagaling na sakit sa pag-inom ng alak at iba pang sakit sa paggamit ng kontroladong kemikal (substance use disorder, SUD),
- Mga autoimmune na sakit,
- Cancer,
- Mga sakit sa puso,
- Malalang atake sa puso,
- Dementia,
- Malulubhang sakit sa dugo,
- HIV/AIDS,
- Mga malalang sakit sa baga,
- Mga hindi gumagaling na kondisyon sa kalusugan ng isip na nakakapagpawala ng kakayahang kumilos,
- Mga neurologic disorder,
- Stroke

Ginagamit ang mga sagot mo sa iyong Pagtatasa sa Panganib sa Kalusugan (Health Risk Assessment, HRA) at ang iyong mga medikal na talaan ay para matukoy kung kwalipikado ka. Maaari mo ring hilingin sa iyong doktor na magsumite ng kahilingan sa L.A. Care na nagpapatunay sa iyong kwalipikadong (mga) kondisyong medikal at iba pang pamantayan sa pagiging kwalipikado para sa SSBCI. Mangyaring tandaan na ang benepisyo ng SSBCI at ang iyong kwalipikasyon (kapag naaprubahan) ay nagtatapos sa katapusan ng taon ng benepisyo. Hindi lahat ay kwalipikado. Tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.833.522.3767** (TTY: **711**) para sa tulong.



Telehealth



Ang Telehealth ay isang mabilis na paraan ng pagkuha ng medikal na pangangalaga nang hindi umaalis sa inyong bahay o kung nasaan man kayo. Available ang mga doktor na mag-diagnose, manggamot, at magreseta ng gamot kung kinakailangan.

Para i-set up ang inyong account, bisitahin ang **Teladoc.com** o i-download ang Teladoc mobile app.

Para sa higit pang impormasyon, tumawag sa **1.800.Teladoc (1.800.835.2362)** nang 24/7 o bumisita sa **www.teladoc.com/lacare** **teladoc.com/lacare**

Maaari ring mag-alok ang inyong PCP ng mga serbisyong telehealth, magtanong tungkol sa mga serbisyong telehealth sa inyong susunod na appointment!

Transportasyon



Madali lang ang pagpunta sa mga appointment sa inyong doktor.

Bilang isang miyembro ng L.A. Care Medicare Plus, mayroon kayong libre at walang limitasyon na transportasyon para maihatid kayo sa tanggapan ng inyong doktor at iba pang medikal na appointment sa pamamagitan ng inyong mga benepisyong Medi-Cal. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa inyong mga benepisyo sa transportasyon o para magpaiskedyul ng masasakyan, tumawag sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY **711**).

Ano ang kakailanganin ninyo:

- ID Number ng Miyembro (makikita ang numerong ito sa inyong ID card ng Miyembro)
- Petsa ng Kapanganakan
- Petsa, Oras, at Dahilan Kung Bakit Kailangan Ninyong Magpatingin sa Doktor
- Mga address para sa Pag-pick up at Paghahatid

Mga Serbisyo para sa Paningin



Kasama sa iyong mga regular na benepisyo sa paningin ang:

- Isang regular na pagsusuri sa mata bawat taon sa kalendaryo
- Hanggang **\$500** para sa isang pares ng salamin sa mata (mga frame lang) o sa mga contact lens tuwing dalawang taon sa kalendaryo
- Sinasaklaw ang mga Pangunahing Inireresetang lens tulad ng glass o plastik, single vision, lined bifocal, lined trifocal, o lenticular lens bawat dalawang taon sa kalendaryo. Hindi saklaw ang mga pag-upgrade at pagpapahusay tulad ng progressive lens, mga scratch resistance coating, iba pang coating at pagdagdag.

Tandaan: Hindi nabibilang sa \$500 na allowance ang mga Pangunahing Inireresetang lens.

Para malaman ang higit pa tungkol sa pangangalaga sa paningin na saklaw sa pamamagitan ng L.A. Care Medicare Plus, mangyaring tumawag sa **1.855.492.9028** (TTY **711**) mula 8:00 a.m. hanggang 8:00 p.m., 7 araw sa isang linggo o bisitahin ang kanilang direktoryo ng provider sa aming website sa: www.vsp.com/advantageonly

Pandaigdigang Saklaw na Pang-emergency/Agaran



Kung mayroon kayong emergency kapag wala kayo sa L.A. County, makakapunta kayo sa pinakamalapit na pasilidad ng emergency (tanggapan ng doktor, klinika, o ospital).

Nag-aalok ang L.A. Care Medicare Plus ng pandaigdigang saklaw na pang-emergency saanman sa mundo. Ang mga pang-emergency at agarang kinakailangang serbisyo ay saklaw nang walang paunang pahintulot. Sasaklawin namin ang hanggang **\$10,000** sa mga gastusin kada taon. Makipag-ugnayan sa Mga Serbisyo sa Miyembro para sa karagdagang impormasyon sa **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY **711**).

Website



Dapat bisitahin ng mga miyembro ng L.A. Care Medicare Plus ang website ng plano sa **medicare.lacare.org** para sa pinakabagong impormasyon tungkol sa mga benepisyo ng plano, serbisyo, at iba pang kapaki-pakinabang na impormasyon para tulungan kayong manatiling malusog.



L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Paano I-access ang mga Materyales para sa Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP)

Pinadali namin para sa inyo na i-access ang lahat ng inyong mahalagang impormasyon ng L.A. Care Medicare Plus plan sa 2026, tulad ng kumpletong listahan ng Mga Provider, mga Botika, Listahan ng mga Saklaw na Gamot (Formulary) at Handbook ng Miyembro sa **medicare.larcare.org**.

Ang lahat ng inyong mahalagang saklaw sa kalusugan ay nasa **medicare.larcare.org**.



Direktoryo ng Provider/Parmasya – Isang listahan ng mga doktor, pasilidad, at parmasya sa aming network

- I-download ang aming buong *Direktoryo ng Provider/Parmasya* sa seksyon ng Miyembro
- Gumamit ng online na mahahanap na direktoryo sa **medicare.larcare.org**.



Listahan ng Mga Saklaw na Gamot (Formulary) – Isang listahan ng mga gamot na sinasaklaw namin

- Mag-download ng na-update na *Listahan ng mga Saklaw na Gamot (Formulary)* sa seksyon ng Miyembro



Handbook ng Miyembro – Ipinapaliwanag ang pagiging kwalipikado sa plano, mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan, inireresetang gamot saklaw, mga karapatan, at proteksyon.

- I-download ang aming buong *Handbook ng Miyembro* sa seksyon ng Miyembro

Kung gusto ninyong ipadala sa inyo sa pamamagitan ng mail ang isang kopya ng inyong Direktoryo ng Provider/Parmasya, Listahan ng Mga Saklaw na Gamot (Formulary), at/o Handbook ng Miyembro, tumawag sa Mga Serbisyo sa Miyembro sa **1.833.522.DSNP (3767) (TTY: 711), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.**

Maaari ninyong tingnan o hilingin sa amin ang 2026 na *Direktoryo ng Provider/Parmasya, Listahan ng Mga Saklaw na Gamot (Formulary) at Handbook ng Miyembro* simula sa **Oktubre 15, 2025.**

Makukuha ninyo ang dokumentong ito nang libre sa iba pang format, gaya ng malalaking titik, braille, at/o audio. Tumawag sa **1.833.522.3767 (TTY: 711)**, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday.



Abiso sa Mga Kasanayan sa Pagkapribado

Petsa ng Simula: Hulyo 15, 2025

Ang Inyong Impormasyon. Ang Inyong Mga Karapatan. Ang Aming Mga Responsibilidad.

INILALARAWAN NG ABISONG ITO KUNG PAANO MAAARING GAMITIN AT ISIWALAT ANG IMPORMASYON TUNGKOL SA INYONG MEDIKAL, DENTAL, AT PANINGIN, NA KAUGNAY SA INYONG MGA BENEPISYO SA KALUSUGAN, AT KUNG PAANO KAYO MAGKAKAROON NG ACCESS SA IMPORMASYONG ITO. **PAKIBASA ITO NANG MABUTI.**

Ang Local Initiative Health Authority for Los Angeles County, isang pampublikong entity na nagpapatakbo at nagsasagawa ng negosyo bilang L.A. Care Health Plan (L.A. Care) na nagbibigay ng inyong mga benepisyo at saklaw sa pangangalagang pangkalusugan sa pamamagitan ng mga programa ng Estado, Pederal, at komersyal na programa. Mahalaga sa amin ang pagprotekta sa inyong protektadong impormasyong pangkalusugan (Protected Health Information, PHI). Kinakailangan ng L.A. Care na ibigay sa inyo ang abisong ito tungkol sa inyong mga karapatan at ilang responsibilidad na mayroon kami para mapanatiling ligtas ang inyong PHI, kabilang ang aming mga kasanayan sa pagkapribado ayon sa iniaatas ng mga batas ng California at ng Batas sa Portability at Accountability ng Insurance sa Kalusugan (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) ng 1996. Sinasabi sa inyo ng abisong ito kung paano namin maaaring gamitin at ibahagi ang inyong PHI. Ipinapaalam din nito sa inyo kung ano ang inyong mga karapatan. Maaari kayong magkaroon ng mga karagdagan o mas mahihigpit na karapatan sa pagkapribado alinsunod sa batas ng estado.

I. Personal at Pribado ang Inyong PHI.

Nakakatanggap ang L.A. Care ng PHI na tumutukoy sa pagkakakilanlan ninyo, gaya ng inyong pangalan, impormasyon sa pakikipag-ugnayan, personal na impormasyon, at impormasyon tungkol sa pananalapi, mula sa ilang mapagkukunan, gaya ng Estado, Pederal, at mga lokal na ahensya bago kayo maging karapat-dapat, maitalaga, at/o makapagpatala sa programa ng L.A. Care. Nakakatanggap din kami ng PHI tungkol sa inyo na ibinibigay ninyo sa amin. Nakakatanggap din kami ng PHI mula sa mga provider ng pangangalagang pangkalusugan gaya ng mga doktor, klinika, ospital, laboratoryo, at iba pang kumpanya o tagapagbayad ng insurance. Ginagamit namin ang impormasyong ito para isaayos, aprubahan, magbayad para sa, at pabutihin ang inyong pangangalagang pangkalusugan, at upang makipag-ugnayan sa inyo. Hindi namin maaaring gamitin ang inyong impormasyong henetiko para magpasya kung bibigyan namin kayo ng coverage sa pangangalagang pangkalusugan o magpasya tungkol sa halaga ng coverage na iyon. Minsan, maaaring tumanggap kami ng impormasyon tungkol sa inyong lahi, etnisidad, at wika. Maaaring gamitin namin ang impormasyong ito para tulungan kayo, makipag-usap sa inyo, at alamin ang inyong mga pangangailangan, tulad ng pagbigay sa inyo ng mga materyal na pang-edukasyon sa wikang inyong pinipili, at pag-alok ng mga serbisyo sa pagsasalin nang libre. Ginagamit at ibinabahagi namin ang impormasyong ito ayon sa ibinigay sa abisong ito. Hindi namin gagamitin ang impormasyong ito sa pagpapasya kung ibibigay namin sa inyo ang coverage sa pangangalagang pangkalusugan o ang halaga ng saklaw.

II. Paano Namin Pinoprotektahan Ang Inyong PHI

Iniaatas sa amin ng batas na panatilihin ang pagkapribado at seguridad ng inyong PHI. Nakatuon kami sa pagprotekta ng inyong PHI at pinapanatili naming pribado at ligtas ang PHI ng aming mga kasalukuyan at dating miyembro gaya ng iniaatas ng batas at pamantayan ng akreditasyon. Gumagamit kami ng mga

pisikal, teknikal, at administratibong proteksyon para matiyak ang pagkapribado ng inyong PHI, at regular na sinasanay ang aming tauhan sa paggamit at pagbabahagi ng PHI. Kabilang sa ilang paraan kung paano namin pinapanatiling ligtas ang PHI ay ang pagtiyak na ligtas ang mga tanggapan at naka-lock ang mga lamesa at mga filing cabinet, ang mga computer at elektronikong device ay protektado ng password, at ang mga tauhan lamang na nangangailangan ng impormasyon upang magawa ang kanilang trabaho ang tanging binibigyan ng kakayahang makuha ito. Kung saan iniaatas ng batas, kapag nakikipagtulungan sa amin ang aming mga partner sa negosyo, kailangan din nilang protektahan ang pagkapribado ng anumang PHI na ibinabahagi namin sa kanila at hindi pinapayagang magbigay ng PHI sa iba maliban kung pinapayagan ng batas, at ng abisong ito. Ayon sa iniaatas ng batas, ipapaalam namin sa inyo kung nagkaroon ng paglabag sa inyong hindi ligtas na PHI. Susundin namin ang mga tungkulin at mga kasanayan sa pagkapribado na inilalarawan sa abisong ito at bibigyan namin kayo ng kopya nito. Hindi namin gagamitin o ibabahagi ang inyong impormasyon bukod pa sa inilalarawan sa abisong ito, bilang pagsunod sa mga batas ng Estado at Pederal, o alinsunod sa inyong nakasulat na pahintulot.

III. Mga Pagbabago sa Abiso sa Mga Kasanayan sa Pagkapribado na ito

Susunod ang L.A. Care sa abisong ginagamit namin ngayon. Mayroon kaming karapatang baguhin ang abiso sa mga kasanayan sa pagkapribadong ito anumang oras. Ilalapat ang anumang mga pagbabago sa inyong PHI, kasama ang PHI na mayroon na kami bago mangyari ang mga pagbabago. Ipapaalam namin sa inyo kapag gumawa kami ng mga pagbabago sa abisong ito sa pamamagitan ng isang newsletter, lihan, o sa aming website. Maaari din kayong humiling sa amin ng kopya ng bagong abiso, pakitingnan sa ibaba kung paano makipag-ugnayan sa amin.

IV. Paano Namin Maaaring Gamitin at Ibahagi Ang PHI Tungkol sa Inyo

Kinokolekta, ginagamit, o ibinabahagi ng L.A. Care ang PHI na ibinigay sa amin gaya ng pinapayagan ng batas para sa paggamot, pagbabayad, at mga operasyon sa pangangalagang pangkalusugan kaugnay ng programa kung saan kayo nakatala. Kabilang sa mga ginagamit o ibinabahaging PHI ang, ngunit hindi limitado sa:

- Pangalan;
- Address;
- Petsa ng kapanganakan
- Pangangalaga at paggamot na natanggap;
- Kasaysayan ng kalusugan;
- Ang halaga ng/bayad sa pangangalaga;
- Lahi/etnisidad;
- Wika;
- Kasariang itinalaga sa kapanganakan;
- Kinikilalang gender;
- Sekswal na oryentasyon; at
- Mga panghalip (pronouns).

Mga Karaniwang Paraan Kung Paano Namin Ginagamit at Ibinabahagi ang PHI:

Karaniwan naming maaaring gamitin at ibahagi ang PHI sa mga sumusunod na paraan nang wala ang inyong pahintulot:

- **Paggamot: Hindi kami nagbibigay ng paggamot**, pero maaari naming gamitin at ibahagi ang PHI sa mga provider ng pangangalagang pangkalusugan at iba pang provider ng serbisyo tulad ng mga doktor, ospital, mga supplier ng durable medical equipment, at iba pa para magbigay sa inyo ng pangangalaga, at paggamot at iba pang serbisyo, at impormasyon para tulungan kayo.



- **Pagbabayad:** Maaari naming gamitin at ibahagi ang PHI sa ibang provider ng pangangalagang pangkalusugan, provider ng serbisyo, at ibang insurer at tagabayad para magproseso ng mga kahilingan para sa kabayaran, at magbayad para sa mga serbisyo sa kalusugang ipinagkaloob sa inyo.
- **Mga Pagpapatakbo ng Pangangalagang Pangkalusugan:** Maaari naming gamitin at ibahagi ang PHI para mapatakbo ang aming organisasyon at makipag-ugnayan sa inyo kapag kinakailangan, halimbawa para sa mga nasa hustong gulang, pagpapaganda ng kalidad, pamamahala ng pangangalaga, pangangasiwa ng pangangalaga, at araw-araw na mga tungkulin. Maaari naming gamitin at ibahagi ang PHI sa mga programa ng Estado, Pederal, at County para sa pakikilahok at pangangasiwa ng programa.
- **Iba Pang Paraan Kung Paano Namin Ginagamit ang PHI:**
 - Para magbigay ng impormasyon sa isang doktor o ospital para kumpirmahin ang inyong mga benepisyo, copay, o deductible.
 - Para mag-apruba ng pangangalaga nang maaga.
 - Para magproseso at magbayad ng mga claim para sa mga serbisyo at paggamot sa pangangalagang pangkalusugan na natanggap ninyo.
 - Para ibigay ang PHI sa inyong doktor o ospital para magamot nila kayo.
 - Para suriin ang kalidad ng pangangalaga at mga serbisyong natatanggap ninyo.
 - Para tulungan kayo at mabigyan kayo ng impormasyon at serbisyong pang-edukasyon at para sa pagpapahusay ng kalusugan (hal., para sa mga kondisyong tulad ng diabetes).
 - Para ipaalam sa inyo ang mga karagdagang serbisyo at programa na maaaring interesado kayo at/o makakatulong sa inyo (hal., isang klase ng fitness sa Sentro ng Mapagkukunan para sa Mga Pamilya ng L.A. Care).
 - Para paalalahanan kayong kumuha ng regular na mga pagsusuri, screening, o checkup sa kalusugan.
 - Para bumuo ng mga programa at inisyatiba sa pagpapahusay ng kalidad, kabilang ang paggawa, paggamit, o pagbabahagi ng walang pagkakakilanlan data gaya ng pinapahintulutan ng HIPAA.
 - Para gumamit at magbahagi ng impormasyon, direkta o hindi direkta, sa mga health information exchange, para sa paggamot, pagbabayad, at mga operasyon sa pangangalagang pangkalusugan.
 - Pagsisiyasat at pag-uusig sa mga kaso, gaya ng pandaraya, pag-aaksaya, o pang-aabuso.

V. Iba Pang Paraan Kung Paano Namin Maaaring Gamitin at Ibahagi ang PHI

Pinapahintulutan o iniaatasan kaming magbahagi ng inyong PHI sa iba pang paraan nang wala ang inyong pahintulot, na kadalasang para makapag-ambag sa ikabubuti ng publiko, gaya ng pampublikong kalusugan at pananaliksik. Magagamit o maibabahagi namin ang inyong PHI para sa mga sumusunod na karagdagang layunin alinsunod sa pagsunod sa at ayon sa pinapayagan ng mga naaangkop na batas:

- Upang sumunod sa mga batas ng Estado, Pederal, o lokal na batas.
- Para sumunod sa kahilingan ng ahensyang nagpapatupad ng batas, gaya ng pulisya, militar, ahensya ng pambansang seguridad, o ahensya o kinatawan ng Federal, Estado, o lokal na pamahalaan, gaya ng workers' compensation board, o ng ahensyang nangangasiwa sa kalusugan para sa mga aktibidad na pinapahintulutan ng batas, at utos ng hukuman o administratibo.
- Para tumugon sa Departamento ng Mga Serbisyong Pangkalusugan at Pantao kung gusto nitong makita na sumusunod kami sa pederal na batas sa pagkapribado

- Para makatulong sa mga recall ng produkto.
- Para makapag-ulat ng hindi magagandang reaksiyon sa mga gamot.
- Para makapag-ulat ng pinaghihinalaang pang-aabuso, pagpapabaya, o karahasan sa tahanan, gaya ng iniaatas o pinapayagan sa ilalim ng batas.
- Para sa pananaliksik sa pangangalagang pangkalusugan.
- Para makatugon sa mga kahilingan sa donasyon ng organ at tissue, at makipagtulungan sa isang medikal na tagasuri o direktor ng punerarya.
- Kaugnay ng mga reklamo, pagsisiyasat, paghahabla at legal na pagkilos.
- Para makaiwas o makabawas sa isang malubhang panganib sa kalusugan o kaligtasan ng sinuman.

VI. Pakikipag-ugnayan Sa Inyo

Maaari naming gamitin ang PHI sa pakikipag-ugnayan sa inyo o sa inyong itinalaga tungkol sa mga benepisyo, serbisyo, pagpili ng inyong provider ng pangangalagang pangkalusugan at billing at pagbabayad. Susunod ang L.A. Care sa mga naaangkop na batas sa mga pakikipag-ugnayan nito sa inyo, kabilang ang Batas sa Proteksyon ng Consumer sa Telepono (Telephone Consumer Protection ACT, TCPA). Maaaring makipag-ugnayan kami sa inyo sa pamamagitan ng mga liham, newsletter, pamphlet, at ayon sa mga sumusunod:

- **Mga Tawag sa Telepono.** Kung nagbigay kayo sa amin ng inyong numero ng telepono (kabilang ang numero ng telepono ng tagapag-alaga o itinalaga kung ibinigay nila ito), kabilang ang inyong numero ng cell phone, maaari namin, kasama ang aming mga affiliate at subcontractor, sa ngalan namin, kayong tawagan, kasama ang paggamit ng awtomatikong sistema ng pag-dial sa telepono/o ng artipisyal na boses alinsunod sa mga naaangkop na batas. Maaari kayong singilin ng inyong mobile cell phone carrier para sa pagtanggap ng mga tawag, mangyaring makipag-ugnayan sa inyong cell phone carrier para sa impormasyong ito. Kung ayaw ninyong makipag-ugnayan sa ganitong paraan, ipaalam ito sa caller, o makipag-ugnayan sa amin upang mailagay sa aming Listahan ng Huwag Tawagan (Do Not Call).
- **Pag-text sa Inyo.** Kung ibinigay ninyo sa amin ang inyong numero sa cell phone (kabilang ang kung nagbigay ang isang tagapangalaga o itinalaga ng kanyang numero sa telepono), maaaring mag-text kami, o ang aming mga affiliate at subcontractor, sa aming ngalan, para sa mga partikular na layunin, tulad ng mga paalala, mga opsyon sa paggamot, serbisyo, at paalala o kumpirmasyon sa pagbayad ng premium, nang naayon sa mga naaangkop na batas. Maaari kayong singilin ng inyong mobile cell phone carrier para sa pagtanggap ng mga text. Mangyaring makipag-ugnayan sa inyong cell phone carrier para sa impormasyong ito. Kung sa anumang oras ay ayaw na ninyong makatanggap ng mga mensaheng text, pakisunod ang impormasyon para sa pag-unsubscribe sa mensahe, o mangyaring sumagot ng “STOP” para huminto sa pagtanggap ng mga naturang mensahe.
- **Mga email.** Kung nagbigay kayo sa amin ng inyong email address (kabilang ang email address ng tagapangalaga o itinalaga kung ibinigay nila ito), maaaring magpadala kami ng email sa inyo para sa ilang limitadong layunin (hal., pagpapadala ng inyong pagpapatala, mga materyales para sa miyembro, provider, at mga materyal na pang-edukasyon, o paalala o kumpirmasyon ng mga pagbabayad), kung sumasang-ayon kayong matanggap ang mga ito sa elektronikong paraan. Maaaring singilin kayo ng provider ng inyong internet o email o mobile cell phone para sa pagtanggap ng mga email, mangyaring makipag-ugnayan sa provider ng inyong internet o



email o mobile cell phone para sa impormasyong ito. Kinikilala ninyo at sumasang-ayon kayo na kapag gumamit kayo ng hindi encrypted na email address at/o computer, o kapag in-access ninyo ang inyong email sa pamamagitan ng isang mobile na kagamitan, o may kahati kayo sa email, o computer, o mobile cell phone, may panganib na mabasa ng ikatlong partido ang inyong PHI at tinatanggap ninyo ang mga naturang panganib at tinatalikuran ninyo ang anumang mga proteksyon na mayroon kayo sa ilalim ng anumang mga batas. Kung sa anumang oras ay ayaw na ninyong makatanggap ng mga mensaheng text, pakisunod ang tagubiling "Unsubscribe" sa ibaba ng mensahe para huminto sa pagtanggap ng mga pakikipag-ugnayan sa email.

VII. Nakasulat na Pahintulot

Kung gusto naming gamitin o ibahagi ang inyong PHI para sa anumang layunin na hindi ibinibigay sa abisong ito, kukuha kami ng nakasulat na pahintulot mula sa inyo. Halimbawa, ang paggamit o pagbabahagi ng PHI para sa mga pangangailangan sa pag-market o pagbebenta ay nangangailangan ng inyong nakasulat na pahintulot. Kung gagamit o magbabahagi kami ng mga tala mula sa psychotherapy, maaari ding kailanganin namin ang inyong pahintulot. Kung ibibigay ninyo sa amin ang inyong pahintulot, maaari ninyong kanselahin ito sa anumang oras sa pasulat na paraan, at hindi na namin gagamitin o ibabahagi ang inyong PHI para sa layuning iyon pagkatapos ng petsa ng aming pagproseso sa inyong kahilingan. Pero, kung nagamit o naibahagi na namin ang inyong PHI nang may pahintulot ninyo, maaaring hindi na namin mabawi ang anumang pagkilos na naisagawa bago ninyo kanselahin ang inyong pahintulot.

VIII. Ang Inyong Mga Karapatan

Mayroon kayong ilang partikular na karapatan sa inyong PHI, at kung paano ito magagamit o maibabahagi. May karapatan kayong:

- **Makakuha ng kopya ng inyong mga talaan sa kalusugan at ng mga claim.** Maaari ninyong hilinging makakita o makakuha ng kopya ng inyong mga talaan sa kalusugan at ng mga claim. Magbibigay kami ng kopya o buod ng inyong mga talaan sa kalusugan at ng mga claim. Maaaring may mga impormasyon at talaan na hindi namin maisisiwalat ayon sa pinapahintulutan ng batas, o maaaring hindi namin maibibigay ang ilang impormasyon sa ilang anyo, format, o media. Maaari namin kayong singilin ng makatuwirang halaga para sa pagkopya at pagpapadala ng inyong PHI. Gayunman, mangyaring tandaang hindi nagtatabi ang L.A. Care ng kumpletong kopya ng inyong mga talaang medikal, mangyaring makipag-ugnayan sa inyong provider ng pangangalagang pangkalusugan kung gusto ninyong makita, o makakuha ng kopya ng, o magbago ng pagkakamali sa inyong mga talaang medikal.
- **Hilingin sa amin na itama ang mga talaan sa kalusugan at ng mga claim.** Kung naniniwala kayong may mali sa inyong PHI, maaaring ninyong hilingin sa amin na iwasto ito. Maaaring may ilang impormasyon na hindi namin maaaring baguhin (hal., ang diagnosis ng doktor), at sasabihin namin ito sa inyo sa pamamagitan ng sulat. Kung iba ang nagbigay sa amin ng impormasyon (hal. ang inyong doktor), ipapaalam namin ito sa inyo, upang mahiling ninyo sa kanila na maitama ito. Dahil hindi nagtatabi ang L.A. Care ng kumpletong kopya ng inyong mga talaang medikal, mangyaring makipag-ugnayan sa inyong provider ng pangangalagang pangkalusugan kung gusto ninyong magbago ng pagkakamali sa inyong mga talaang medikal.
- **Hilingin na makipag-ugnayan sa inyo nang kumpidensyal.** Maaari ninyong hilingin sa amin na makipag-ugnayan kami sa inyo sa partikular na paraan (hal. sa telepono sa bahay o tanggapan) o magpadala ng mail sa ibang address. Hindi lahat ng kahilingan ay maaaring sang-ayunan, ngunit pagbibigyan namin ang makatuwirang kahilingan.

- **Hilingin sa aming limitahan kung ano ang aming ginagamit o ibinabahagi.** Maaari ninyong hilingin sa aming huwag gamitin o magbahagi ng ilang partikular na impormasyong pangkalusugan para sa paggamot, pagbabayad, o ng aming mga operasyon. Batay sa batas, hindi namin kinakailangang sumang-ayon sa inyong kahilingan, at maaari kaming magsabi ng “hindi” kung makakaapekto ito sa inyong pangangalaga, pagbabayad sa mga claim, mga pangunahing operasyon, o hindi pagsunod sa mga panuntunan, regulasyon, o ahensya ng gobyerno, kahilingan ng nagpapatupad ng batas, o ng utos ng hukuman o administratibo.
- **Makakuha ng listahan ng kung kanino namin ibinahagi ang inyong PHI.** Maaari kayong humiling sa amin ng listahan (accounting) ng dami ng beses na ibinahagi namin ang inyong impormasyong pangkalusugan, kung kanino namin ibinahagi ito, at maikling paglalarawan ng dahilan. Magbibigay kami sa inyo ng listahan para sa panahong hiniling ninyo. Ayon sa batas, ibibigay namin ang listahan nang hindi tatagal sa anim (6) na taon bago ang petsa ng inyong nakasulat na kahilingan. Isasama namin ang lahat ng pagbubunyag, maliban ang tungkol sa paggamot, pagbabayad, at pagpapatakbo ng pangangalagang pangkalusugan, at iba pang partikular na pagbubunyag, tulad ng mga panahong ibinahagi namin sa inyo ang impormasyon, o tuwing ibinabahagi namin ito nang may pahintulot ninyo. Magbibigay kami ng isang accounting sa isang taon nang libre, ngunit maaari namin kayong singilin ng makatuwirang halaga para sa anumang karagdagang kahilingan.
- **Makakuha ng kopya ng abiso sa pagkapribado na ito.** Maaari kayong makakuha ng papel na kopya ng abisong ito sa pamamagitan ng pagtawag sa amin.
- **Pumili ng sinuman na kumilos para sa inyo.** Kung nagbigay kayo sa ibang tao ng medikal na power of attorney o kung ang isang tao ay inyong legal na tagapangalaga, maaaring isagawa ng taong iyon ang inyong mga karapatan at gumawa ng mga pagpipilian tungkol sa inyong PHI. Maaaring hilingin namin sa inyo o sa inyong itinalaga na magbigay sa amin ng ilang impormasyon at dokumento (hal., kopya ng utos ng hukuman na nagbibigay ng guardianship). Kakailanganin ninyo o ng inyong tagapangalaga na magsagot ng nakasulat na pagpapahintulot, mangyaring makipag-ugnayan sa amin sa numero sa ibaba para malaman kung paano ito gawin.

Maaari mong gamitin ang mga binabanggit na karapatan sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa L.A. Care ayon sa inilalarawan sa ibaba.

IX. Mga Sensitibong Serbisyo

Ang isang miyembro na maaaring magpahintulot na tumanggap ng mga sensitibong serbisyo ay hindi kinakailangang humingi ng pahintulot mula sa sinumang iba pang miyembro upang makatanggap ng mga sensitibong serbisyo o magsumite ng claim para sa mga sensitibong serbisyo. Nangangahulugan ang “mga sensitibong serbisyo” ng mga serbisyong nauugnay sa kalusugan ng pag-iisip o pag-uugali, sekswal at reproduktibong kalusugan, mga sexually transmitted infection, sakit sa paggamit ng kontroladong kemikal, pangangalagang nagpapatibay sa kasarian, at karahasan ng kinakasama para sa mga miyembrong 12 taong gulang at pataas. Idirekta ng L.A. Care ang pakikipag-ugnayan tungkol sa mga sensitibong serbisyo sa alternatibong itinalagang address ng miyembro na pagpapadalhan ng liham, sa kanyang email address, o sa numero ng telepono o, kung walang itinalagang patutunguhan, sa pangalan ng miyembro sa address o numero ng telepono na nasa file. Hindi dapat magbunyag ang L.A. Care ng medikal na impormasyong nauugnay sa mga sensitibong serbisyo sa sinumang iba pang miyembro nang walang ipinapahayag na nakasulat na pahintulot mula sa miyembrong tumatanggap ng pangangalaga. Tatanggap ang L.A. Care ng mga kahilingan para sa kompidensiyal na pakikipag-ugnayan



sa anyo at uri na hinihiling, kung madali itong makukuha sa hiniling na anyo at uri, o sa mga alternatibong lokasyon. Ang kahilingan ng isang miyembro para sa kompidensiyal na pakikipag-ugnayan na nauugnay sa mga sensitibong serbisyo ay mananatiling may bisa hanggang sa baguhin ng miyembro ang kahilingan o magsumite ng bagong kahilingan para sa mga kompidensiyal na pakikipag-ugnayan.

Mangyaring tawagan kami sa numero sa inyong ID card, o sumulat sa amin para malaman kung paano hilingin ang alinman sa nasa itaas. Kakailanganin ninyong magsumite ng inyong kahilingan sa sulat, at sabihin sa amin ang ilang partikular na impormasyon. Maaari naming ipadala sa inyo ang (mga) form.

X. Pagkapribado sa Pangangalaga sa Reproductibong Kalusugan

Ipinagbabawal sa amin ang paggamit o pagsisiwalat ng inyong PHI para magsagawa ng kriminal, sibil, o administratibong imbestigasyon, o magpataw ng kriminal, sibil, o administratibong pananagutan laban sa inyo dahil sa paghiling, pagkuha, pagbibigay, o pagpapatupad ng legal na pangangalaga sa reproductibong kalusugan. Ipinagbabawal din sa amin na tukuyin ang inyong pagkakakilanlan para sa mga layuning iyon. Bilang halimbawa, hindi namin maaaring isiwalat ang inyong PHI, kabilang ang inyong pangalan, para magpatupad ng kriminal na imbestigasyon laban sa inyo para sa legal na pagkuha ng inireresetang pampigil sa pagbubuntis o pampalaglag.

Hindi namin maaaring gamitin o isiwalat ang inyong PHI na nauugnay sa pangangalaga sa reproductibong kalusugan para sa mga layunin ng mga aktibidad sa pangangasiwa ng kalusugan, hudisyal at administratibong proseso, mga layunin ng pagpapatupad ng batas, o mga coroner at medikal na tagasuri nang hindi gumagawa ng mga makatuwirang hakbang para makakuha ng pagpapatunay mula sa humiling na legal ang kahilingang iyon. Bilang halimbawa, hindi namin maaaring isiwalat ang inyong PHI na may kinalaman sa legal na nakuhang pagpapalaglag sa tagapagpatupad ng batas nang hindi gumagawa ng mga makatuwirang hakbang para makakuha ng pagpapatunay na hindi gagamitin ng tagapagpatupad ng batas ang inyong PHI para sa ipinagbabawal na layunin.

Maaari naming gamitin o isiwalat ang PHI na may kinalaman sa impormasyon ng reproductibong kalusugan para sa mga layuning pinahihintulutan ng HIPAA kung saan ang kahilingan para sa paggamit o pagsisiwalat ng PHI ay hindi ginawa para mag-imbestiga o magpataw ng pananagutan sa sinumang tao dahil sa paghiling, pagkuha, pagbibigay, o pagpapatupad ng pangangalaga sa reproductibong kalusugan. Bilang halimbawa, maaari naming isiwalat ang PHI sa isang awtoridad ng pampublikong kalusugan na pinapahintulutan ng batas na magsagawa ng pagsubaybay sa pampublikong kalusugan.

Nangangahulugan ang “pangangalaga sa reproductibong kalusugan” ng pangangalagang pangkalusugan, ayon sa kahulugan ng HIPAA, na nakakaapekto sa kalusugan ng isang indibidwal sa lahat ng bagay na may kaugnayan sa sistemang reproductibo at sa mga gampanin at proseso nito.

XI. Mga Reklamo

Kung sa tingin ninyo ay hindi namin naprotektahan ang inyong PHI, may karapatan kayong maghain ng reklamo sa amin, sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa amin sa:

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care
1200 West 7th Street,
Los Angeles, CA 90017

Mga Serbisyo sa Miyembro ng Medi-Cal: **1-888-839-9909**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Covered/Direct: **1-855-270-2327**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng PASC-SEIU: **1-844-854-7272**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**

TTY/TDD: **711**

Maaari ka ring maghain ng reklamo sa Tanggapan ng Departamento ng mga Serbisyong Pangkalusugan at Pantao ng U.S. para sa mga Karapatang Sibil sa pamamagitan ng pagbisita sa **www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/complaints/**.

Maaari ding makipag-ugnayan ang Mga Miyembro ng Medi-Cal sa Tanggapan ng Pagsunod sa HIPAA ng Departamento ng Mga Serbisyo sa Pangangalagang Pangkalusugan ng California (California Department of Health Care Services Office of HIPAA Compliance) sa pamamagitan ng pagpunta sa **dhcs.ca.gov**

XII. Gamitin Ang Inyong Mga Karapatan Nang Walang Takot

Hindi magsasagawa ng anumang pagkilos ang L.A. Care laban sa inyo sa paggamit sa mga karapatan sa pagkapribado sa abisong ito o sa paghahain ng reklamo.

XIII. Petsa ng Simula

Ang orihinal na petsa ng simula ng abisong ito ay Abril 14, 2003. Pinakahuling binago ang abisong ito noong Hulyo 15, 2025

XIV. Pakikipag-ugnayan sa Amin, o Mga Tanong, o kung gusto ninyo ng abisong ito sa ibang wika o format:

Kung mayroon kayong mga tanong tungkol sa abisong ito, o kung gusto ninyo ng tulong sa paggamit ng inyong mga karapatan, o gusto ninyo ng abisong ito sa ibang wika (Arabic, Armenian, Chinese, Farsi, Khmer, Korean, Russian, Espanyol, Tagalog, o Vietnamese), malaking titik, audio, o ibang alternatibong format (kapag hiniling) nang libre, mangyaring tumawag o sumulat sa amin sa:

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care

1200 West 7th Street,

Los Angeles, CA 90017

Mga Serbisyo sa Miyembro ng Medi-Cal: **1-888-839-9909**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Covered/Direct: **1-855-270-2327**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng PASC-SEIU: **1-844-854-7272**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**

TTY/TDD: **711**

o

Opisyal ng Pagkapribado ng L.A. Care

L.A. Care Health Plan

1200 West 7th Street,

Los Angeles, CA 90017

Mga Serbisyo sa Miyembro ng Medi-Cal: **1-888-839-9909**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Covered/Direct: **1-855-270-2327**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng PASC-SEIU: **1-844-854-7272**

Mga Serbisyo sa Miyembro ng L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**

TTY/TDD: **711**

Email: **PrivacyOfficer@lacare.org**

ABISO TUNGKOL SA HINDI PANDIDISKRIMINA

Ang pandidiskrimina ay labag sa batas. Sumusunod ang L.A. Care Health Plan sa mga Pang-estado at Pederal na batas sa mga karapatang sibil. Hindi ginagawa ng L.A. Care Health Plan ang labag sa batas na pandidiskrimina, pagbubukod ng mga tao, o pagtrato nang iba sa kanila dahil sa biyolohikal na kasarian, lahi, kulay, relihiyon, angkan, bansang pinagmulan, pagkakakilanlan ng pangkat-etniko, edad, kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, medikal na kundisyon, genetic na impormasyon, katayuan sa pag-aasawa, kasarian, kinikilalang kasarian, o sekswal na oryentasyon.

Nagbibigay ang L.A. Care Health Plan ng:

- Mga libreng suporta at serbisyo sa mga taong may mga kapansanan upang mas mapahusay ang kanilang pakikipag-ugnayan, gaya ng:
 - ✓ Mga kwalipikadong interpreter ng wikang pasenyas
 - ✓ Nakasulat na impormasyon na nasa iba pang format (malalaking titik, audio, naa-access na elektronikong format, iba pang format)
- Mga libreng serbisyo sa wika para sa mga taong hindi English ang pangunahing wika, gaya ng:
 - ✓ Mga kwalipikadong interpreter
 - ✓ Impormasyong nakasulat sa iba pang wika

Kung kailangan ninyo ang mga ganitong serbisyo, makipag-ugnayan sa L.A. Care Health Plan, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kabilang ang mga holiday, sa pamamagitan ng pagtawag sa **1-833-522-3767**. Kung may problema kayo sa pandinig o pagsasalita, mangyaring tumawag sa **TTY 711**. Kapag hiniling, maaari ninyong makuha ang dokumentong ito nang nasa braille, malalaking titik, audio cassette, o elektronikong anyo. Upang kumuha ng kopya na nasa isa mga alternatibong format na ito, mangyaring tumawag o sumulat sa:

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017

1-833-522-3767 TTY: 711

PAANO MAGHAIN NG KARAINGAN

Kung naniniwala kayong nabigo ang L.A. Care Health Plan na ibigay ang mga serbisyong ito o labag sa batas itong nandiskrimina sa ibang paraan batay sa biyolohikal na kasarian, lahi, kulay, relihiyon, angkan, bansang pinagmulan, pagkakakilanlan ng pangkat-etniko, edad, kapansanan sa pag-iisip, pisikal na kapansanan, medikal na kondisyon, henetikong impormasyon, katayuan sa pag-aasawa, kasarian, kinikilalang kasarian, o sekswal na oryentasyon, maaari kayong maghain ng karaingan sa Chief Compliance Officer ng L.A. Care Health Plan. Maaari kayong maghain ng karaingan sa pamamagitan ng pagtawag, pagsulat, o sa elektronikong paraan:

- Sa pamamagitan ng pagtawag: Makipag-ugnayan sa Chief Compliance Officer ng L.A. Care Health Plan, 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, kasama ang mga holiday, sa pamamagitan ng pagtawag sa **1-833-522-3767**. O kaya, kung may problema kayo sa pandinig o pagsasalita, mangyaring tumawag sa **TTY 711**.
- Sa pamamagitan ng pagsulat: Sumagot ng form ng apela o sumulat at ipadala ito sa:

L.A. Care Health Plan
Chief Compliance Officer
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017

Email: civilrightscoordinator@lacare.org

- Nang personal: Bumisita sa tanggapan ng inyong doktor o sa L.A. Care Health Plan at sabihing gusto ninyong maghain ng karaingan.
- Sa elektronikong paraan: Bisitahin ang website ng L.A. Care Health Plan sa www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-appeal-form o magpadala ng email sa civilrightscoordinator@lacare.org.

TANGGAPAN NG MGA KARAPATANG SIBIL - DEPARTAMENTO NG MGA SERBISYO PARA SA KALUSUGAN AT TAO (DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES) NG U.S.

Kung naniniwala kayong nadiskrimina kayo dahil sa lahi, kulay, bansang pinagmulan, edad, kapansanan, o kasarian, maaari din kayong maghain ng reklamo hinggil sa mga karapatang sibil sa Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil ng Departamento ng Mga Serbisyo para sa Kalusugan at Tao ng U.S. sa pamamagitan ng pagtawag, pagsulat, o elektronikong paraan:

- Sa pamamagitan ng pagtawag: Tumawag sa **1-800-368-1019**. Kung may problema kayo sa pagsasalita o pandinig, mangyaring tumawag sa **TTY/TDD 1-800-537-7697**.
- Sa pamamagitan ng pagsulat: Sumagot ng form ng reklamo o magpadala ng sulat sa:

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

Makakakuha ng mga form para sa pagrereklamo sa
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

- Sa elektronikong paraan: Bisitahin ang Portal para sa Pagrereklamo ng Tanggapan para sa Mga Karapatang Sibil sa <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Ang L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) ay isang planong pangkalusugan na nakikipagkontrata sa Medicare at Medi-Cal upang maipagkaloob sa mga nagpapatala ang mga benepisyo ng parehong programa. Ang pagpapatala sa L.A. Care Medicare Plus ay nakadepende sa pag-renew ng kontrata.

Abiso sa Pagiging Available

English Tagline

ATTENTION: If you need help in your language, call **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1-833-522-3767** (TTY: **711**). These services are free.

الشعار بالعربية (Arabic)

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ **3767-522-833-1** (TTY: **711**). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريـل والخط الكبير. اتصل بـ **3767-522-833-1** (TTY: **711**). هذه الخدمات مجانية.

Հայերեն պիտակ (Armenian)

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1-833-522-3767** (TTY: **711**): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1-833-522-3767** (TTY: **711**): Այդ ծառայություններն անվճար են:

简体中文标语 (Chinese)

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1-833-522-3767** (TTY: **711**)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1-833-522-3767** (TTY: **711**)。这些服务都是免费的。

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)। ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

हंदी टैगलाइन (Hindi)

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो **1-833-522-3767** (TTY: **711**) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**). 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**). 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 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。 **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໄດ້ທາດ **1-833-522-3767** (TTY: **711**). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ມີ ອັກສອນນູແລະມັດຕິພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໄດ້ທາດ **1-833-522-3767** (TTY: **711**). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hlou mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

ឃ្លាសម្គាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ៖ បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធុស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពធំ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

مطلب به زبان فارسی (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با **3767-522-833-1** (TTY: **711**) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با **3767-522-833-1** (TTY: **711**) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

Русский слоган (Russian)

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Mensaje en español (Spanish)

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al **1-833-522-3767** (TTY: **711**). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Estos servicios son gratuitos.

Tagalog Tagline (Tagalog)

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Libre ang mga serbisong ito.



แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1-833-522-3767** (TTY: **711**) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1-833-522-3767** (TTY: **711**) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Примітка українською (Ukrainian)

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер **1-833-522-3767** (TTY: **711**). 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**). 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 **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Các dịch vụ này đều miễn phí.



L.A. Care
Medicare Plus[™]
(HMO D-SNP)



1.833.LAC.DSNP (522.3767) TTY: 711



medicare.lacare.org