

# НОВОСТИ

ВАШ ПАРТНЕР В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

ЗИМА 2025

## В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

- Омбудсмен управляемого медицинского обеспечения Medi-Cal Стр. 2
- Лабораторные услуги Стр. 2
- Льгота на услуги доулы Стр. 3
- Ежегодное заявление о раскрытии информации Стр. 3
- У вас недавно родился ребенок? Стр. 3
- Вакцина от гриппа для детей Стр. 4
- Что такое первичный прием у врача? Стр. 4
- Medicare? Medicaid? Medi-Cal? Это может сбивать с толку! Стр. 5
- Отдел обслуживания участников Partnership: (800) 863-4155 Стр. 5



## Программа Growing Together («Растем вместе»)

Наша программа Growing Together (GTP) предлагает поддержку родителям и их детям. GTP включает в себя наблюдение и уход в до- и послеродовом периоде, а также программы охраны здоровья детей. Все 3 включают в себя звонки в рамках приветствия и регистрации в программе. Программы наблюдения и ухода в до- и послеродовом периоде предлагают поощрения матерям за вакцинацию от коклюша (Tdap), гриппа и посещение врача после родов. Программа Healthy Baby («Здоровый ребенок») предлагает стимулы родителям, которые регулярно водят своих детей на профилактический осмотр к врачу и следят за их вакцинацией.

Важно обратиться к врачу на ранних сроках беременности и не пропускать плановые приемы в рамках наблюдения. Если вы

полагаете, что можете быть беременны, вам следует как можно скорее записаться на прием к врачу. Услуги ухода и наблюдения с ранних сроков беременности способствуют правильному протеканию этого периода и сохранению здоровья ребенка. Важно следить за изменениями, которые происходят с вами во время беременности, и обсуждать их со своим врачом.

Медицинская помощь во время беременности и после рождения ребенка важны для поддержания здоровья и матери, и ребенка. Участники плана Partnership могут получить дополнительную информацию или зарегистрироваться в программе GTP, позвонив в наш Отдел охраны здоровья населения по телефону (855) 798-8764. ♦

- Диадические услуги Стр. 5
- Обмен медицинской информацией Стр. 6
- ВАШ ПАРТНЕР В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ Стр. 7
- Уведомление о возмещении за счет имущества Стр. 7
- Ресурсы для вас и вашей семьи Стр. 8
- Partnership предлагает услуги устного и письменного перевода Стр. 10
- Насилие со стороны интимного партнера Стр. 10
- Позаботьтесь о здоровье вашего ребенка — запишитесь на профилактический осмотр Стр. 11
- Веб-страница "Здоровье и благополучие племенных общин" Стр. 12
- Программы и услуги Стр. 12
- Овощное рагу с говяжьим фаршем Стр. 13
- У вас есть другая медицинская страховка? Стр. 14
- У нас уже есть результаты! Стр. 14
- Телемедицина в области психиатрии Стр. 14
- Автор: д-р Тереза Франкович Стр. 15
- Partnership учитывает ваши предпочтения Стр. 15
- У нас уже есть результаты! Стр. 16
- Визиты оздоровления ребенка помогают детям вырасти счастливыми и здоровыми Стр. 16
- Услуги по лечению наркомании для участников Partnership Стр. 17

## Омбудсмен управляемого медицинского обеспечения Medi-Cal

Если у вас есть вопросы или жалобы в отношении предоставляемого вам медицинского обслуживания, вы можете позвонить в офис Омбудсмена по делам управляемого медицинского обеспечения при Департаменте здравоохранения по телефону **(888) 452-8609** с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00 ч. ♦

## Лабораторные услуги

Partnership и некоторые из наших врачей заключают контракты с конкретными лабораториями на оказание услуг. Когда ваш врач направит вас на лабораторные анализы, обязательно спросите его, какую лабораторию вам следует использовать. Если врач не знает, всегда можно обратиться к нам по номеру **(800) 863-4155**. ♦





## У вас недавно родился ребенок?

Наша программа «Растем вместе: здоровый ребенок» (Healthy Babies Growing Together Program, GTP) может помочь вам и вашему ребенку вести здоровый образ жизни с самого начала. В рамках программы Healthy Babies GTP вы получите:

- Подарочные карты на сумму до 100 долларов США на следующие услуги:
  - 2 профилактических приема у врача в возрасте до 3 месяцев
  - 2 профилактических приема у врача в возрасте от 3 до 9 месяцев
  - 2 профилактических приема у врача в возрасте от 9 до 15 месяцев
  - 2 профилактических приема у врача в возрасте от 15 до 30 месяцев
- Подарочную карту на сумму 100 долларов США для участников программы, которые до 24-месячного возраста сделают все обязательные прививки, а также 2 прививки от гриппа во время приемов у врача. Для получения подарочных карт нужно отправить нам карту прививок.
- Поддержку специалистов по телефону
- Помощь в поиске ресурсов по месту проживания
- Направления к координатору медицинского обслуживания

Для получения дополнительной информации о программе Healthy Babies GTP, звоните в Департамент охраны здоровья населения (Population Health) по телефону **(855) 798-8764** с понедельника по пятницу с 8 a.m. до 5 p.m. Пользователям телетайпа (TTY) следует обращаться в California Relay Service по номеру **(800) 735-2929** или **711**. ◆

## Льгота на услуги доулы

Доула — это поставщик услуг, не являющийся врачом, который поддерживает участника плана в период беременности, родов, в течение 12 месяцев после родов, а также в случае выкидыша, мертворождения или аборта. Доулы помогают участникам сохранять эмоциональное и физическое здоровье и связываться с медицинскими службами. Они дают рекомендации и оказывают поддержку, чтобы роды прошли успешно.

Участники Partnership, которые беременны в настоящее время или были беременны в течение последних 12 месяцев, могут получить услуги доулы бесплатно. Не нужно получать направление от вашего поставщика. Наш Каталог поставщиков медицинских услуг поможет вам найти доулу, которая сотрудничает с Partnership, рядом с вами. Посетите наш сайт по адресу [PartnershipHP.org/Members/Medi-Cal/Pages/Find-a-Primary-Care-Provider.aspx](https://PartnershipHP.org/Members/Medi-Cal/Pages/Find-a-Primary-Care-Provider.aspx) для поиска доулы в разделе «Специалисты». ◆

## Ежегодное заявление о раскрытии информации

Решения, принимаемые программой страхования Partnership, основываются на потребностях участников плана в лечении и страховом покрытии. Partnership не предоставляет поставщикам медицинских услуг или их сотрудникам каких-либо выплат или вознаграждений за отказ обслуживать участников программы. ◆



## Что такое первичный прием у врача?

Каждый новый член должен обратиться к врачу в течение 120 дней с момента присоединения к Partnership. Мы называем этот первый визит первичным визитом к врачу.

### Первичный визит к врачу включает:

- Полное обследование организма и проверку психического здоровья;
- Получение информации о рисках для здоровья и способах заботы о здоровье;
- Медицинские осмотры или прививки, которые могут вам понадобиться;
- Составление плана медицинского обслуживания.

Это прекрасный момент, чтобы поговорить со своим врачом о своем здоровье и любых проблемах, которые могут у вас возникнуть. Ваш врач выслушает ваши потребности, изучит вашу историю болезни и решит, какая помощь вам нужна.

Посещение этих визитов принесет пользу для вашего здоровья. Они помогут вам и вашему врачу понять друг друга и поговорить о том, как достичь ваших целей в отношении здоровья.

Позаботьтесь о своем здоровье. Обязательно запишитесь на первичный прием к врачу. ♦

## Вакцина от гриппа для детей

Вакцинация необходима для поддержания здоровья вашего ребенка. Прививки защищают ребенка от таких серьезных заболеваний, как грипп. В отличие от детей старшего возраста, младенцы и дети ясельного возраста чаще нуждаются в госпитализации при заболевании гриппом. Именно поэтому важно, чтобы младенцы и дети ясельного возраста проходили вакцинацию от гриппа.

В первый год жизни детям необходимо сделать две прививки для защиты от гриппа: первую — в 6 месяцев, вторую — не ранее чем через 4 недели. Обязательно приводите ребенка на все рекомендованные профилактические приемы у врача и вовремя проходите с ним вакцинацию. Это лучшее, что вы можете сделать для здоровья ребенка. ♦



## Medicare? Medicaid? Medi-Cal? Это может сбивать с толку! Лулу Жанг

В середине 1960-х годов президент Линдон Б. Джонсон ввел в обиход понятие «Великого общества» (Great Society). Программы Medicare и Medicaid были частью плана по улучшению доступа к медицинскому обслуживанию. Оба плана были оформлены на законодательном уровне. Medicare — это федеральная медицинская страховка для пожилых людей, соответствующих определенным критериям. Medicaid — это страховка для людей с низким доходом или инвалидностью, как на федеральном уровне, так и на уровне отдельных штатов.

Medi-Cal — это калифорнийская версия Medicaid. Штат привлекает в программу множество поставщиков, чтобы сделать услуги Medi-Cal доступными для всех участников, соответствующих критериям для зачисления в план.

План Partnership HealthPlan of California заключил договор с правительством штата и теперь действует в 24 округах Северной Калифорнии. А именно: Butte, Colusa, Del Norte, Glenn, Humboldt, Lake, Lassen, Marin, Mendocino, Modoc, Napa, Nevada, Placer, Plumas, Shasta, Sierra, Siskiyou, Solano, Sonoma, Sutter, Tehama, Trinity, Yolo, и Yuba.

Другими словами, Partnership помогает сделать обслуживание в рамках Medi-Cal доступным для всех, кто проживает в этих 24 округах. Мы сотрудничаем с местными отделениями первичной медико-санитарной помощи, больницами и медицинскими центрами, которые предоставляют услуги Medi-Cal.

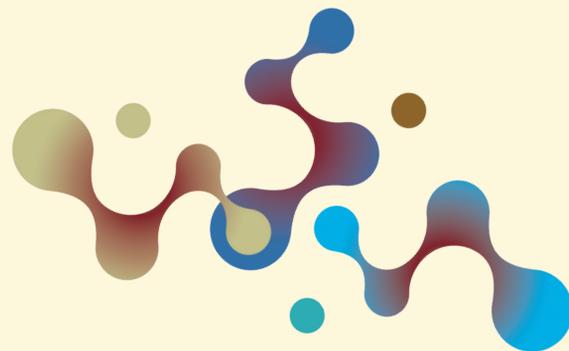
Partnership — ваш партнер в области здравоохранения.

Любой из вас может узнать, соответствуете ли вы критериям для участия в Medi-Cal, обратившись в отделение плана в своем округе. Местная администрация также может помочь вам заполнить заявление.

## Отдел обслуживания участников Partnership: (800) 863-4155

Если у вас есть вопросы по поводу медицинского обслуживания, позвоните нам. Мы готовы помочь с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00 ч. Мы можем помочь вам по следующим вопросам:

- Общая информация о ваших льготах Medi-Cal;
- Выбор или смена врача или медицинской клиники;
- Получение новой идентификационной карточки Partnership;
- Вопросы относительно медицинских счетов;
- Проблемы или жалобы, касающиеся медицинского обслуживания;
- Запись на прием;
- Услуги устного переводчика;
- Информация о вашем направлении или предварительном разрешении;
- Помощь с транспортировкой на приемы;
- Вопросы относительно страховых претензий и стоимости услуг. ♦



## КРАТКОЕ РЕЗЮМЕ

**Medicare:** Федеральная страховка для пожилых людей, соответствующих критериям для участия в плане

**Medicaid:** Программа медицинского страхования для граждан с низким доходом на федеральном уровне и на уровне штата

**Medi-Cal:** Калифорнийская версия Medicaid

**Partnership:** План медицинского страхования, обслуживающий участников Medi-Cal в 24 округах Северной Калифорнии

*Лулу Жанг является участником Partnership и выпускницей исторического факультета UC Davis. Она работает в Отделе консультирования участников Partnership. ♦*

## Диадические услуги

### Что такое диадические услуги?

Диадические услуги - это комплексное обследование физического и поведенческого здоровья и услуги для детей в возрасте до 21 года и их родителей или воспитателей. Услуги доступны родителям или воспитателям, даже если у них нет Medi-Cal, при условии, что услуга направлена на помощь ребенку, зарегистрированному в Medi-Cal. Услуги включают в себя консультирование и краткие вмешательства и поддержку.

### Как получить диадические услуги?

Врач или другой практикующий специалист определяет детей, имеющие право на диадические услуги, во время обследования ребенка или приема у врача. Родители и воспитатели могут получать услуги, если их ребенок имеет право на диадические услуги.

Для получения дополнительной информации обратитесь к врачу Вашего ребенка. ♦

## Обмен медицинской информацией

Наша компания работает над проектом под названием «Обмен медицинской информацией» (Health Information Exchange, HIE). Он позволяет поставщикам медицинских услуг, медсестрам и другим специалистам в области здравоохранения обмениваться вашей медицинской информацией в электронном виде. Это поможет медикам, которые работают с вами, подготовить информацию о вас до того, как вы приедете на прием.

HIE улучшит коммуникацию между медицинскими специалистами, вашу безопасность и качество вашего обслуживания. Это позволит вам и вашему поставщику медицинских услуг уделить больше времени обсуждению ваших потребностей в медицинском обслуживании.

Передача вашей медицинской информации защищена Законом о приемственности и подотчетности медицинского страхования от 1996 года. Он гарантирует, что ваша информация находится в безопасности при передаче и что вам будет обеспечено наилучшее лечение.

Чтобы узнать больше о HIE, отсканируйте QR-код ниже с помощью камеры смартфона или перейдите по ссылке [https://www.partnershiphp.org/MembersRussian/Medi-Cal/Documents/HIEMemberOptOutForm\\_RUS.pdf](https://www.partnershiphp.org/MembersRussian/Medi-Cal/Documents/HIEMemberOptOutForm_RUS.pdf). ♦



## ВАШ ПАРТНЕР В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Внутривенная инфузия — это способ введения лекарств или жидкостей в организм с помощью иглы напрямую в кровоток. Такой способ используется, когда лекарство нельзя съесть или выпить. Инфузионную терапию проводят в стационарных, амбулаторных или домашних условиях.

Инфузионная терапия на дому позволяет получать внутривенные вливания, не выходя из дома. Процедура выполняется медицинским персоналом, прошедшим подготовку по проведению инфузионной терапии. Такие медицинские работники помогают вам, ухаживающему за вами лицу и вашему поставщику медицинских услуг. Процедура может проводиться в удобное для вас время.

Инфузионная терапия на дому включена в страховое покрытие Partnership. Для получения более подробной информации звоните в Отдел обслуживания участников программы по телефону **(800) 863-4155** с понедельника по пятницу с 8 a.m. до 5 p.m. Пользователям телетайпа следует звонить в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений по номеру **(800) 735-2929** или **711**. ♦

## Уведомление о возмещении за счет имущества

Программа Medi-Cal должна требовать возмещение за счет имущества покойных участников в случае получения такими участниками некоторых льгот по страховке Medi-Cal на момент исполнения им 55 или более лет. Размер возмещения включает в себя оплату взносов в рамках FFS и за регулируемое медицинское обслуживание, подушевые расходы за услуги учреждений с квалифицированным уходом, социальное обслуживание и услуги, предоставляемые на дому, а также оплату сопутствующих услуг больниц и рецептурных препаратов, полученных в период госпитализации участника в учреждение с квалифицированным уходом или в рамках социального обслуживания на дому. Размер возмещения не может превышать установленную стоимость имущества участника.

Чтобы узнать больше о возмещении за счет имущества, посетите сайт DHCS по адресу <http://dhcs.ca.gov/er> или позвоните по номеру **(916) 650-0590**. ♦



## Ресурсы для вас и вашей семьи

Ищете местные ресурсы и не знаете, с чего начать? Вам может помочь веб-сайт Partnership HealthPlan of California У нас есть ресурсы для каждого из 24 округов, которые мы обслуживаем. Это лишь один из способов помочь нашим участникам вести безопасный и здоровый образ жизни.

Чтобы ознакомиться со страницей ресурсов социальной помощи населению, посетите наш веб-сайт по адресу [PartnershipHP.org](http://PartnershipHP.org) или отсканируйте QR-код ниже с помощью камеры смартфона. Выберите свой округ, чтобы увидеть все ресурсы рядом с вами. Ресурсы могут отличаться в зависимости от округа и, как правило, бесплатны для участников нашего плана.



## Вот некоторые из ресурсов, которые вы можете найти:

	<p><b>Экстренная медицинская помощь</b></p> <p>На этой странице есть ресурсы для округов, пострадавших от чрезвычайных ситуаций, таких как лесные пожары или землетрясения.</p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Где можно получить помощь во время чрезвычайной ситуации</li><li>• Куда можно переместить животных в случае чрезвычайной ситуации</li><li>• Как заменить утерянные документы</li></ul>
	<p><b>Дети и семья</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ресурсы по уходу за детьми</li><li>• Семейные ресурсные центры</li><li>• Услуги приемных семей и родственной поддержки</li><li>• Программы посещения на дому</li><li>• Услуги по развитию ребенка</li></ul>
	<p><b>Одевание и личная гигиена</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Места, где можно купить одежду, одеяла и спальные мешки</li><li>• Мобильные душевые и услуги прачечной</li></ul>



	<p><b>Кризисные ситуации</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Услуги по охране психического здоровья</li> <li>• Услуги помощи жертвам домашнего насилия и жестокого обращения</li> <li>• Номера телефонов линии помощи в кризисных ситуациях</li> </ul>
	<p><b>Пища</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Программа CalFresh</li> <li>• Ресурсы WIC (женщины, младенцы и дети)</li> <li>• Питание для пожилых людей</li> <li>• Фермерские рынки</li> <li>• Продовольственные банки и кладовые</li> </ul>
	<p><b>Жилье</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Приют(-ы)</li> <li>• Временное жилье</li> </ul>
<p><b>LGBTQ+</b></p>	<p><b>ЛГБТК+</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Номера телефонов горячей линии</li> <li>• Юридические ресурсы</li> <li>• Ресурсы для пожилых людей</li> <li>• Ресурсы для подростков</li> <li>• Ресурсы для трансгендеров</li> </ul>

	<p><b>Перинатальная помощь</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Услуги по сопровождению беременности</li> <li>• Программы посещения на дому</li> <li>• Ресурсы по психическому здоровью матерей</li> <li>• Послеродовые услуги</li> <li>• Услуги по поддержке грудного вскармливания</li> </ul>
	<p><b>Транспортные услуги</b></p> <p>Здесь вы найдете следующую информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Льготы на транспортировку от Partnership <ul style="list-style-type: none"> <li>o Немедицинская транспортировка (NMT)</li> <li>o Неэкстренная медицинская транспортировка (NEMT)</li> </ul> </li> </ul>



## Partnership предлагает услуги устного и письменного перевода

Partnership предоставляет бесплатные для вас или вашего врача услуги устного перевода. Вам не понадобится, чтобы ваши дети, друзья или члены семьи переводили для вас.

Когда вы звоните в наш отдел обслуживания участников, попросите переводчика с нужного вам языка. Если у вас нарушение слуха, вы также можете воспользоваться услугами перевода, когда вам нужно поговорить с сотрудниками Службы поддержки участников, отделов рассмотрения претензий, управления использованием, управления здоровьем населения, координирования медицинского обслуживания, рассмотрения жалоб и апелляций или транспортных услуг.

Можно запросить присутствие переводчика на приеме у врача — сюда входит и квалифицированный сурдопереводчик. Вы можете получить услуги устного переводчика по телефону, видео или лично. Чтобы получить личного переводчика, позвоните нам как минимум за 3 рабочих дня до вашего визита.

Partnership переводит все материалы для участников на испанский, русский и тагальский языки. Пожалуйста, позвоните нам, если вам нужны материалы на другом языке. Вы также можете запросить материалы, напечатанные крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в аудио-формате.

Сообщите нам, если ваши языковые потребности не были удовлетворены. Вы имеете право подать жалобу или апелляцию. О том, как это сделать, можно узнать на веб-сайте Partnership: **ЖАЛОБЫ, АПЕЛЛЯЦИИ и ЗАПРОСЫ НА СЛУШАНИЕ В СУДЕ ШТАТА** ([partnership.org](http://partnership.org)).

Чтобы узнать подробнее об этих услугах или подать жалобу или апелляцию, звоните нам по номеру телефона **(800) 863-4155**. Номер для пользователей телетайпа: **(800) 735-2929** или **711**. ♦

## Насилие со стороны интимного партнера

Насилие со стороны интимного партнера — это жестокое обращение в романтических отношениях. Ему могут подвергаться люди любого возраста, расы, религии, сексуальной ориентации или пола. Насилие может быть эмоциональным, вербальным, физическим или сексуальным. Оно может выражаться в форме угроз, издевательств или физического вреда.

Насилие со стороны интимного партнера может выглядеть по-разному. Вот несколько вопросов, которые стоит задать себе:

- Заставляет ли меня мой партнер испытывать чувство страха?
- Ревнует ли мой партнер, когда я нахожусь рядом с другими людьми?
- Угрожал ли когда-нибудь мой партнер причинить мне вред?
- Мой партнер когда-либо толкал, бил, душил меня, швырял в меня чем-то или принуждал меня к сексу?
- Распоряжается ли мой партнер семейными деньгами или отказывается давать мне деньги?
- Угрожает ли мой партнер меня депортировать?
- Мешает ли мне мой партнер видеться с близкими или следовать своим интересам?

### Вы не одиноки

Насилие со стороны интимного партнера является распространенным видом насилия. Если ваш партнер оскорбляет вас, вы можете чувствовать:

- Страх
- Злость
- Стыд
- Безнадежность

- Расстройство
- Обиду
- Замешательство

Ваш партнер может усугублять эти чувства. Никто не заслуживает такого обращения. Вы можете обратиться за помощью.

#### Что вы можете сделать?

- Позвоните в службу 911, если вы находитесь в опасности.
- Поговорите с близким другом, членом семьи, врачом или близким человеком.
- Подготовьте комплект первой необходимости. В комплекте должны быть вещи, которые вам понадобятся, если вам придется быстро покинуть помещение. В комплект необходимо включить идентификационную карточку участника, свидетельство о рождении, лекарственные препараты и некоторые деньги. Добавьте вещи, которые важны для вас, например фотографии или украшения. Всегда держите при себе мобильный телефон и ключи от машины.

Чтобы получить помощь в поиске приютов и программ в вашем районе, позвоните на Национальную горячую линию по вопросам домашнего насилия по номеру **(800) 799-SAFE (799-7233)** Пользователи телетайпа могут позвонить по телефону **(800) 787-3224**. Вы также можете найти ресурсы в вашем регионе в разделе «Ресурсы по месту жительства» на веб-сайте Partnership.

Помните, вы знаете, что правильно для вас. Насилию нет оправдания. ♦

## Позаботьтесь о здоровье вашего ребенка — запишитесь на профилактический осмотр

Знаете ли вы, что ваш ребенок может ежегодно посещать своего основного лечащего врача (PCP) для осмотра состояния здоровья ребенка? Эти посещения важны для роста и развития вашего ребенка, и они предоставляются бесплатно.

Во время профилактического осмотра PCP проверит эмоциональное и физическое развитие вашего ребенка, здоровье полости рта, зрение, слух и потребности в питании. Вашему ребенку также могут сделать прививки от детских болезней и провести обследование крови на уровень свинца в возрасте 12 и 24 месяцев. Если вашему ребенку меньше 6 лет, ему, возможно, придется пройти некоторые пропущенные ранее виды скрининга.

Позвоните участковому врачу вашего ребенка сегодня, чтобы запланировать профилактический осмотр. С любыми вопросами обращайтесь к нам по номеру **(800) 863-4155** с понедельника по пятницу с 8 a.m. до 5 p.m. Пользователи TTY могут обратиться в службу передачи данных California Relay Service по номеру **(800) 735-2929** или позвонить по номеру **711**. ♦



## Веб-страница "Здоровье и благополучие племенных общин"

Partnership стремится к улучшению здоровья участников программы в племенных общинах. Мы рады объявить, что у Partnership появилась полезная веб-страница. На веб-странице можно найти службы и ключевые номера телефонов Partnership, ресурсы Управление губернатора по делам племенных общин и многое другое. Мы создали эту веб-страницу для упрощения поиска членами племенных общин ресурсов, которые помогут сохранить им здоровье. ♦



Отсканируйте QR-код для перехода на веб-страницу "Здоровье и благополучие племенных общин"



### Программы и услуги Психическое здоровье: Для амбулаторных услуг:

Участники, у которых есть только страховка Medicare Part B, могут позвонить по номеру **1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)**.

Остальные участники могут позвонить в Carelon Behavioral Health по номеру **(855) 765-9703**.

#### Для стационарных услуг:

Департамент психического здоровья каждого округа предлагает услуги госпитализации в психиатрический стационар. Чтобы узнать

номер телефона департамента психического здоровья вашего округа, позвоните нам по телефону **(800) 863-4155**, понедельник – пятница с 8 а.м. до 5 р.м. Пользователи ТТУ могут позвонить по номеру **(800) 735-2929** или **711**.

### Круглосуточная сестринская консультативная линия:

Телефонная линия **(866) 778-8873** доступна круглосуточно без выходных

Сестринская консультативная линия — это служба, предлагающая свои услуги участникам Partnership бесплатно.

Вы можете позвонить на Сестринскую консультативную линию:

- Если у вас возникли вопросы медицинского характера и вы не можете связаться со своим поставщиком медицинских услуг
- Если у вас возникла проблема медицинского характера и вы не можете определить, стоит ли обращаться в пункт неотложной помощи

### Отдел по охране общественного здоровья:

Телефонная линия **(855) 798-8764** доступна с понедельника по пятницу, с 8 а.м. до 5 р.м.

Отдел по охране общественного здоровья предлагает следующие услуги:

- Программа Perinatal Growing Together с льготами для дородового и послеродового ухода
- Программа Healthy Babies Growing Together для взаимодействия ребенка с поставщиком услуг и проведения льготных профилактических осмотров
- Помощь в понимании важного значения профилактических осмотров и анализов
- Инструменты по поддержанию здорового образа жизни на портале для участников плана Partnership
- Образовательные программы по здоровому образу жизни
- Общественные ресурсы

## Координирование медицинского обслуживания:

Телефонная линия (800) 809-1350 доступна с понедельника по пятницу, с 8 а.м. до 5 р.м.

Координирование медицинского обслуживания может быть вам полезно в следующих случаях:

- Поиск медицинской помощи и услуг в вашем районе
- Ведение клинических случаев
  - о Координирующий уход
  - о Сложные проблемы со здоровьем
  - о Борьба с вновь возникшими проблемами со здоровьем
- Образовательные программы по здоровому образу жизни
- Общественные ресурсы
- Калифорнийская служба по делам детей (CCS)
- Услуги по поведенческому здоровью
- Доступ к услугам по охране психического здоровья
- Паллиативная помощь
- Лечение хронической боли
- Запись на прием к врачу ♦



## Овощное рагу с говяжьим фаршем

### Что вам понадобится:

- 1 фунт постного говяжьего фарша
- 1 столовая ложка оливкового масла
- 2 небольших кабачка, нарезанные кубиками
- 1 красный болгарский перец, нарезанный кубиками
- 2 банки (по 15 унций каждая) нарезанных кубиками помидоров
- 1 стакан воды
- Соль
- Перец

### Для подачи:

- Кинза
- Сметана



### Что делать:

Сложите говяжий фарш в сотейник или глубокую сковороду, посолите, поперчите и обжарьте до готовности. Достаньте мясо из сотейника и отложите на время. В эту же посуду добавьте оливковое масло, кабачки и красный болгарский перец. Готовьте около 5–7 минут. Добавьте говяжий фарш, помидоры, воду, соль и перец. Готовьте на медленном огне 5–8 минут, пока овощи не станут мягкими.

Подавайте с кинзой и сметаной.

## У вас есть другая медицинская страховка?

Если у вас есть другая медицинская страховка, например Medicare или страхование от работодателя, или через члена семьи (с такой компанией, как Blue Cross of California,

Blue Shield of California или Health Net), вы должны покрыть свои медицинские расходы в первую очередь из «первичной» страховки. Это называется «координирование льгот». Medi-Cal является «плательщиком последней очереди» согласно федеральному закону и законодательству штата. Это означает, что Medi-Cal не может оплатить ваши медицинские услуги, если другой страховой план может оплатить его в первую очередь. Partnership не будет платить за медицинское обслуживание, пока ваша первичная страховка не оплатила свою часть или не отказала в медицинской помощи как в непокрываемой льготе.

Мы предлагаем услуги по координированию вашего медицинского обслуживания бесплатно для вас. Если у вас есть вопросы или опасения по поводу того, как ваша программа Medi-Cal сочетается с другими видами страхования, звоните в Partnership по номеру **(800) 863-4155**. Номер для пользователей телетайпа: **(800) 735-2929** или **711**.

Чтобы сообщить об изменениях в вашей первичной страховке, позвоните в Partnership и выполните одно из следующих действий:

- Позвоните в местный окружной офис Medi-Cal
- Позвоните в Департамент здравоохранения (DHCS) по номеру **(800) 541-5555**
- Используйте следующую веб-страницу, чтобы сообщить о своем изменении в DHCS: [http://www.dhcs.ca.gov/services/Pages/TPLRD\\_OCU\\_cont.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/services/Pages/TPLRD_OCU_cont.aspx)[www.dhcs.ca.gov/services/Pages/TPLRD\\_OCU\\_%20cont.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/services/Pages/TPLRD_OCU_%20cont.aspx) ◆

## Телемедицина в области психиатрии

Психиатр — это врач, который заботится о вашем психическом здоровье. Участники Partnership в возрасте от 4 лет и старше могут получить услуги психиатра в рамках сервиса TeleMed2U. Дети в возрасте до 4 лет получают направление в UC Davis Health.

### Как выглядит такой прием у врача?

Прием у врача с помощью сервиса телемедицины можно пройти у себя дома или в любом месте, где есть компьютер, ноутбук, планшет или телефон с возможностью подключения к Интернету. Это отличный выбор, так как вам не нужно никуда ехать. Таким образом вы сможете попасть к психиатру быстрее, чем в случае личного приема.

### Вот как это происходит.

1. Ваш лечащий врач (PCP) может направить вас к психиатру, либо вы можете обратиться к нему сами.
2. Ваш прием будет организован нашими поставщиками услуг телемедицины TeleMed2U или UC Davis Health.
3. Перед приемом у врача сотрудники компании TeleMed2U или UC Davis Health позвонят вам, чтобы убедиться в том, что у вас есть все необходимое для такого приема.
4. Вы получите ссылку для Zoom. Обязательно войдите в свой аккаунт за 5 минут до приема.
5. Если вам понадобятся лекарства, заказ будет отправлен в вашу аптеку.

Чтобы назначить или перенести прием, а также по любым другим вопросам обращайтесь к своему лечащему врачу.

- Для связи с компанией UC Davis Health звоните по номеру **(800) 482-3284**
- Для связи с компанией TeleMed2U отправьте электронное письмо по адресу [referrals@telemed2u.com](mailto:referrals@telemed2u.com), позвоните или отправьте сообщение по номеру **(855) 446-8628** или воспользуйтесь QR-кодом ниже. ◆



Сканируйте QR-код, чтобы забронировать услуги визита TeleMed2U сегодня же.

## Автор: д-р Тереза Франкович

Знаете ли вы, что обычную пищевую аллергию у ваших детей можно предотвратить? Поговорите с врачом вашего ребенка о безопасных способах введения новых продуктов в детский рацион. Это может снизить вероятность развития пищевой аллергии.

Веб-сайт Американской академии педиатрии [HealthyChildren.org](http://HealthyChildren.org) содержит сведения, полезные для здоровья и безопасности всех детей. Для получения дополнительной информации о последних рекомендациях по профилактике пищевой аллергии посмотрите их видео о том, как снизить риск появления у ребенка аллергии на арахис и других распространенных пищевых аллергий.

*Доктор Тереза Франкович (Teresa Frankovich) — медицинский директор в компании Partnership HealthPlan в Калифорнии. ◆*

Просканируйте QR-код, чтобы просмотреть видео.



## Partnership учитывает ваши предпочтения

Partnership стремится использовать предпочитаемые нашими участниками местоимения и язык. Мы собираем информацию, чтобы лучше узнать наших участников. Это включает в себя сведения о расовой и этнической принадлежности, языке, сексуальной ориентации и гендерной идентичности наших участников. Если вы предоставите нам эту информацию, это не отразится на ваших льготах по программе Medi-Cal или возможностях доступа к медицинскому обслуживанию. С более подробной информацией о том, как мы проверяем данные о гендерной идентичности в процессе принятия решений, можно ознакомиться в разделе 5 Руководства для поставщиков услуг на нашем веб-сайте по адресу [PartnershipHP.org](http://PartnershipHP.org), а также в нашей политике в отношении услуг по подтверждению гендерной идентичности.

Для нас на первом месте стоит ваше право на неприкосновенность частной жизни и конфиденциальность вашей информации. Partnership защищает и использует данные о расовой и этнической принадлежности, языке, сексуальной ориентации и гендерной идентичности так же, как и защищенную медицинскую информацию (PHI). По закону мы можем собирать и передавать PHI для осуществления лечения, оплаты и в рамках организации осуществления медицинской деятельности.

Чтобы подробнее ознакомиться с нашим Уведомлением о практике защиты конфиденциальности, посетите наш веб-сайт по адресу <https://www.partnershiphp.org/MembersRussian/Medi-Cal/Pages/Notice-of-Privacy-Practices---HIPPA.aspx>. Если вы желаете сообщить нам о предпочитаемых вами местоимениях и языке, звоните нам по номеру **(800) 863-4155** с понедельника по пятницу, с 8 a.m. до 5 p.m. Пользователям телетайпа (TTY) следует звонить в California Relay Service по номеру **(800) 735-2929** или набрать **711**. ◆



## У нас уже есть результаты!

Каждый год Partnership проводит опрос некоторых своих участников на предмет их удовлетворенности качеством обслуживания. В 2024 году мы обработали 3375 анкет для взрослых и 4125 анкет для детей.

Оба опроса показали, что участники были довольны услугами своих поставщиков и обслуживанием Partnership. Детское анкетирование также показало, что участники были довольны быстрым оказанием медицинской помощи.

Мы благодарим всех, кто принял участие в опросе. Ваше мнение очень важно для нас. Результаты опроса помогают нам повысить качество предоставляемых услуг. Мы продолжим усердно работать над улучшением доступа к медицинским услугам для всех наших участников.

Мы также хотим услышать мнение участников плана из 10 округов, в которых мы начали работать в 2024 году. Новый опрос будет проведен по почте в феврале 2025 года. Если вы получите анкету, помогите нам стать лучше, заполнив ее за себя или своего ребенка. ♦

## Визиты оздоровления ребенка помогают детям вырасти счастливыми и здоровыми

Визиты оздоровления очень важны для того, чтобы ваш ребенок рос здоровым. Для участников плана Partnership такие осмотры совершенно бесплатны.

Детям и молодежи в возрасте от 3 лет до 21 года следует посещать врача один раз в год. Направленность визитов будет зависеть от возраста ребенка, но всегда должна включать медицинский осмотр и оценку роста и развития. Вы будете рассказывать о том, как у вашего ребенка дела дома, в школе и с друзьями. Во время некоторых визитов вашему ребенку могут потребоваться анализы на низкий уровень железа, высокий уровень холестерина и другие обычные обследования.

Вакцинация также является важной частью этих визитов. Вакцины помогают защитить вашего ребенка от заболеваний, которые

могут быть опасными для жизни. Например, вакцина против ВПЧ (вируса папилломы человека) очень эффективна в профилактике некоторых видов рака у мужчин и женщин. Эту вакцину следует вводить мальчикам и девочкам с 9–11 лет.

Ваш PCP может стать надежным партнером в поддержании физического и психического здоровья вашего ребенка. Водя ребенка на эти ежегодные визиты оздоровления, вы помогаете вырастить их счастливыми и здоровыми людьми. ◆

## Услуги по лечению наркомании для участников Partnership

Wellness and Recovery — это программа в рамках плана Partnership HealthPlan of California для помощи участникам в лечении от злоупотребления психоактивными веществами. Данная программа реализуется в округах Humboldt, Lassen, Mendocino, Modoc, Shasta, Siskiyou и Solano. Partnership помог более чем 11 000 участников получить следующие услуги:

- Лечение абстинентных состояний (детоксикация)
- Консультирование в рамках амбулаторной и интенсивной амбулаторной помощи
- Медикаментозное лечение (MAT)
- Интернатный уход

### Услуги предоставляют консультанты по злоупотреблению психоактивными веществами и клинический персонал.

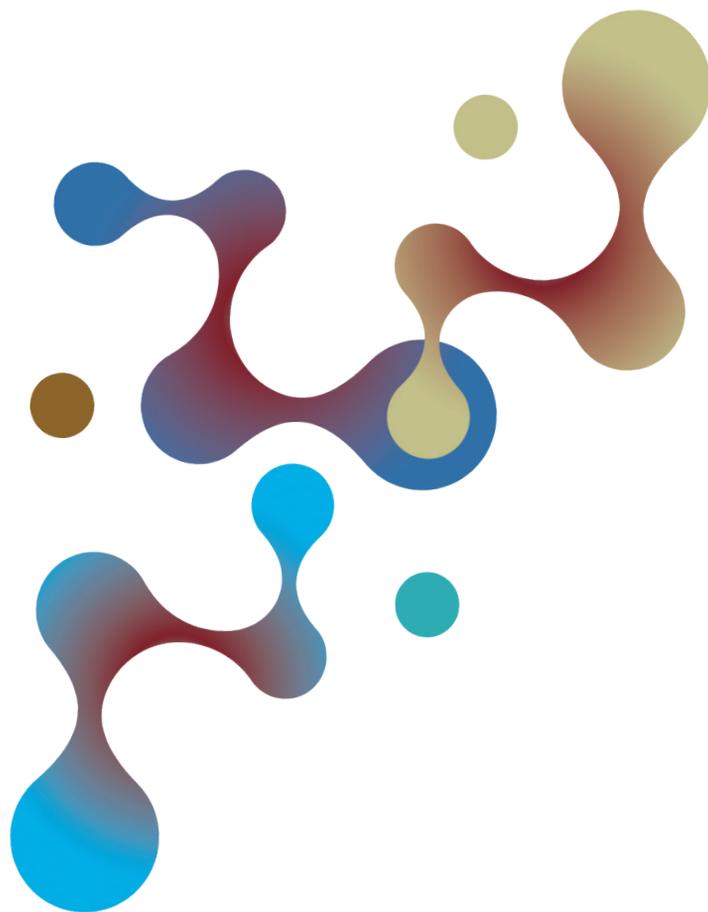
Если вы проживаете в округах Humboldt, Lassen, Mendocino, Modoc, Shasta, Siskiyou и

Solano: звоните в Carelon Behavioral Health по номеру **(855) 765-9703**.

В других округах эти услуги предлагаются участникам Partnership через окружной департамент здравоохранения, а не через Программу Wellness and Recovery.

Независимо от того, в каком округе вы живете, Partnership может помочь вам получить услуги по лечению зависимости от психоактивных веществ.

Вы можете посетить наш сайт по адресу [PartnershipHP.org](http://PartnershipHP.org), чтобы ознакомиться со Справочником участника программы Wellness and Recovery, Справочником поставщиков медицинских услуг, номерами телефонов округов и получить дополнительную информацию о льготе. ◆



---

## **УВЕДОМЛЕНИЕ О НЕДОПУЩЕНИИ ДИСКРИМИНАЦИИ**

---

Дискриминация запрещена законом. Partnership HealthPlan of California следует законам штата и федеральному законодательству в отношении гражданских прав. Partnership не дискриминирует, не исключает и не относится к людям по-разному в зависимости от их пола, расы, цвета кожи, религиозной конфессии, происхождения, национальности, этнической самоидентификации, возраста, уровня интеллектуального развития, инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендера и гендерной идентичности, а также сексуальной ориентации.

Partnership гарантирует:

- Бесплатную помощь людям с нарушениями, затрудняющими вербальную коммуникацию, в том числе:
  - ✓ квалифицированный сурдоперевод;
  - ✓ отправку информации в альтернативных форматах (крупным шрифтом, в виде аудиофайлов, в электронном формате и т. д.);
- Бесплатные языковые услуги для людей, чьим основным языком не является английский, в том числе:
  - ✓ квалифицированный устный перевод;
  - ✓ отправку информации на других языках.

Если вы нуждаетесь в таких услугах, свяжитесь с Partnership с 8 а.м. до 5 р.м. по телефону

(800) 863-4155. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните на номер (800) 735-2929 или в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер 711. По вашему запросу этот документ может быть предоставлен вам набранным шрифтом Брайля или крупным шрифтом, в виде аудиокассеты или электронного файла. Чтобы получить копию документа в альтернативном формате, позвоните или напишите нам по адресу:

Partnership HealthPlan of California  
4665 Business Center Drive, Fairfield, CA 94534

(800) 863-4155

(800) 735-2929 или Калифорнийская служба коммутируемых сообщений 711

---

### **КАК ПОДАТЬ ЖАЛОБУ**

Если вы считаете, что Partnership не предоставил вам эти услуги или незаконно дискриминировал вас на основании ваших пола, расы, цвета кожи, религиозной конфессии, происхождения, национальности, этнической самоидентификации, возраста, уровня интеллектуального развития, инвалидности, состояния здоровья, генетической информации, семейного положения, гендера, гендерной

идентичности или сексуальной ориентации, вы можете подать жалобу Координатору Partnership по гражданским правам. Отправить жалобу можно по телефону, лично, письменно или в электронном виде.

- По телефону: свяжитесь с Отделом обслуживания участников РНС с 8 а.м. до 5 р.м. по номеру (800) 863-4155. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните на номер (800) 735-2929 или в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер 711.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:  
Partnership HealthPlan of California  
Attn: Grievance: Partnership Civil Rights Coordinator  
4665 Business Center Drive  
Fairfield, CA 94534
- Лично: посетите вашего врача или Partnership и скажите, что хотите подать жалобу.
- В электронном виде: посетите веб-сайт Partnership по адресу <https://partnershiphp.org>.

---

## **УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ – КАЛИФОРНИЙСКИЙ ДЕПАРТАМЕНТ УСЛУГ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

Вы также можете подать жалобу в связи с нарушением гражданских прав в Калифорнийский департамент здравоохранения по телефону, письменно или в электронном виде:

- По телефону: позвоните на номер **916-440-7370**. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните в Калифорнийскую службу коммутируемых сообщений на номер **711**.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:

**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**

Формы для жалоб доступны по адресу  
[http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx).

- В электронном виде: отправьте электронное письмо на адрес [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov).

**УПРАВЛЕНИЕ ПО ГРАЖДАНСКИМ ПРАВАМ – МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ США**

Если вы считаете, что отношении вас была совершена дискриминация на основании ваших расы, цвета кожи, национальности, возраста, инвалидности или пола, вы можете подать жалобу в Управление по гражданским правам Министерства здравоохранения и социального обеспечения США по телефону, письменно или в электронном виде:

- По телефону: позвоните на номер **1-800-368-1019**. Если у вас есть проблемы со слухом или говорением, позвоните в службу коммутируемых сообщений на номер **1-800-537-7697**.
- Письменно: заполните форму или напишите письмо и отправьте его по адресу:

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

Формы для подачи жалоб доступны на веб-сайте <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- В электронном виде: посетите портал Управления по гражданским правам для подачи жалоб: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

**TAGLINES**

**English Tagline**

ATTENTION: If you need help in your language call 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). These services are free of charge.

**الشعار بالعربية (Arabic)**

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريـل والخط الكبير. اتصل بـ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). هذه الخدمات مجانية.

**Հայերեն պիտակ (Armenian)**

ՈՒ ՇԱԴՐՈՒԻ ԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանզահարեք 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929): Այդ ծառայություններն անվճար են:

**ប្រាសាទសំខ្មែរ (Cambodian)**

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រួង ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

**简体中文标语 (Simplified Chinese)**

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)。我们另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和大字体阅读，提供您方便取用。请致电 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)。这些服务都是免费的。

**فارسی زبان به مطلب (Farsi)**

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

**हिंदी टैगलाइन (Hindi)**

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)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。 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929)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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

**ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)**

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

**Mien Tagline (Mien)**

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiex longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Liouh lorx jauv-louc 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

### **ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)**

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

### **Русский слоган (Russian)**

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру 1-800-863-4155 (линия TTY: 1-800-735-2929). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру 1-800-863-4155 (линия TTY: 1-800-735-2929). Такие услуги предоставляются бесплатно.

### **Mensaje en español (Spanish)**

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Estos servicios son gratuitos.

### **Tagalog Tagline (Tagalog)**

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Libre ang mga serbisyonong ito.

### **แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)**

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

### **Примітка українською (Ukrainian)**

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). 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 1-800-863-4155 (TTY: 1-800-735-2929). Các dịch vụ này đều miễn phí.



**P.O. Box 85**  
**Suisun City, CA 94585**

**(800) 863-4155 (800) 735-2929 (TTY/TDD)**

**PartnershipHP.org**

PRSRT STD  
U.S. Postage  
**PAID**  
Clarity

**ЗИМА 2025**



**Partnership HealthPlan  
of California**

**– ваш партнер по  
охране здоровья**