

Qhov no yog ib tsab ntawv uas raug xa tuaj rau txhua cov tswv cuab uas muaj kev npaj kho mob ntawm Kaiser Permanente Medicare. Tsab ntawv no tsis yog hais tshwj xeeb rau tej xwm txheej kev saib xyuas kev noj qab haus huv rau koj los sis txhua yam kev kho mob uas yuav muab kho koj.

Nyob Zoo Tswv Cuab,

Tau muab cov ntaub ntawv no rau txhua tus tswv cuab uas muaj kev npaj kho mob ntawm Kaiser Permanente Medicare txhawm rau lub hom phiaj muab kev qhuab qhia txog kev siv tshuaj kho kev quav yeeb tshuaj. Cov tshuaj kho kev quav yeeb tshuaj xws li Oxycodone (Percocet®), Hydrocodone (Norco®), Fentanyl, thiab Morphine yog cov tshuaj uas muaj zog. Cov tshuaj no yuav pab txhawb rau feem yuav tshwm sim tsis zoo ntawm kev quav yeeb tshuaj thiab kev siv tshuaj tshaj. Yog koj tus kws kho mob, peb xav qhia koj txog feem yuav muaj pheej hmoo tsis zoo ntawm kev siv yeeb tshuaj.

Cov tshuaj kho mob kev quav yeeb tshuaj yog dab tsi?

Cov tshuaj kho mob kev quav yeeb tshuaj raug siv los kho qhov mob pes nrab mus txog rau mob loj thaum lwm hom kev kho mob tsis ntxim lawm. Cov tshuaj no yuav tsis ntxim tag nrho rau koj qhov mob thiab thaum sij hawm dhau mus lawm cov yeeb tshuaj no kuj yuav hloov pauv koj lub hlwb los tswj tej tsos mob ntawd. Tej zaum qhov no haj yam ua rau mob ntxiv tuaj thiab/los sis ua rau muaj lwm yam tsos mob ntxiv xws li ua rau chim siab los sis tsaug zog thiab tsis muaj zog ua tej hauj lwm uas niaj hnub ua. Vim cov laj thawj no, kev siv yeeb tshuaj mus ntev mas yuav tsum muaj ib tug kws kho mob ua tib zoo los soj qab xyuas.

Kev siv yeeb tshuaj puas yuav ua rau muaj mob tau thiab muaj feem ua rau muaj tej yam tshwm sim tsis zoo tau?

- **Keu nyiaj taus** – Sij hawm dhau mus, cov yeeb tshuaj yuav tsis muaj zog zuj zus, thiab cov neeg yuav tsum siv kom ntau ntxiv thiaj li yuav tswj tau qhov ntaug mob tib yam li no tau.
- **Qhov nce raws li lub cev** – Tuaj yeem thim cov tsos mob tau thaum cia li nres tsis siv tshuaj kho los sis txo tsis siv tshuaj ntau ntxiv lawm.
- **Keu quav yeeb tshuaj** – Tej zaum koj yuav tswj tsis tau qhov koj siv koj tej yeeb tshuaj.
- **Keu muaj mob tshwm sim rau lub cev** – Cov yeeb tshuaj no tuaj yeem ua rau xeev siab, ntuav, thiab tsam plab tau.
- **Ncaws dab ntub** – Cov yeeb tshuaj tuaj yeem cuam tshuam rau kev txiav txim thiab kev txiav txim siab tau. Tej kev muaj mob tshwm sim no tuaj yeem ua rau ntog thiab ua tsheb sib tsoo uas yuav ua rau raug mob hnyav tau.
- **Muaj teeb meem txog kev xav kom tau meej tseeb, muaj dag zog tsawg, thiab ntxhov siab** – Tej kev muaj mob tshwm sim no tuaj yeem cuam tshuam rau ib tug neeg twg rab peev xwm ua hauj lwm thiab ua tej hauj lwm uas niaj hnub ua.
- **Ua pa tsis nto thaum tsaug zog los sis ua pa tsis taus thaum tsaug zog** – Tej zaum cov yeeb tshuaj yuav ua rau muaj teeb meem tsaug zog uas ua rau tsis muaj zog rau yav nruab hnub, xav tsis tawm, thiab nyob rau qee kis ua rau ua pa qeeb los sis ua rau koj ua pa tsis nto yog siv tsis raug.
- **Theem keeb hormone muaj tsawg** – Kev siv yeeb tshuaj mus ntev yuav ua rau kev xav sib deev muaj tsawg zuj zus, muaj zog tsawg zuj zus, ntxhov siab, tej leeg nqajj uas raug mob ntawd rov zoo los qeeb, thiab ua rau pob txha nyias.
- **Keu siv tshuaj tshaj yuam kev thiab kev tuag** – Tej kev muaj pheej hmoo tsis zoo no yuav muaj ntau yog tias ib tug neeg twg siv cov yeeb tshuaj mus ntev.

Qhov kuv siv cov yeeb tshuaj kuv yuav muaj kev nyab xeeb tau li cas?

- **Ua tib zoo ua raws li cov lus qhia.** Yuav tsum ua raws li koj tus kws kho mob cov lus qhia tas li thiab txhob muab koj cov tshuaj qhia rau lwm tus.
- **Yuav tau ceev faj.** Txhob nquag siv koj cov tshuaj ntau tshaj qhov pub siv tau. Tham rau koj tus kws kho mob los sis kws muag tshuaj ua ntej koj yuav noj ib qho tshuaj tshaj ntxiv.
- **Txav kom deb ntawm cov yeeb tshuaj uas phom sij.** Tham nrog koj tus kws kho mob los sis kws muag tshuaj txog txhua yam tshuaj uas koj noj ntawd. Qhov muaj cov yeeb tshuaj sib tov nrog ib hom tshuaj raws li nram qab no tuaj yeem ntxiv qhov tsis zoo ntxiv rau hom tshuaj ntawd tau. **dej cawv, cov tshuaj ntsiav noj kom tsaug zog** (xws li zolpidem [Ambien®] los sis zaleplon [Sonata®]), **cov tshuaj noj kom txhob nyuaj siab** (xws li diazepam [Valium®], alprazolam [Xanax®], thiab lorazepam [Ativan®]), thiab **cov tshuaj noj kom leeg nqaij ntaug mob** (xws li carisoprodol [Soma®], baclofen [Lioresal®], thiab lwm yam tshuaj).
- **Tham rau koj tus kws kho mob txog lwm hom kev xaiv kho kom qhov mob ntaug.** Yog koj qhov mob yeej tseem tswj tau, ces nug koj tus kws kho mob seb koj puas yuav noj tshuaj kom tsawg dua los sis hloov rau lwm hom tshuaj ntaug mob tau.
- **Naloxone: Nug koj tus kws kho mob los sis kws muag tshuaj txog hom tshuaj ntaug mob naloxone.** Cov yeeb tshuaj mas tej thaum kuj ua rau koj ua pa qeeb los sis ua rau koj nres tsis ua pa. Xaloxone yog ib hom tshuaj uas tuaj yeem thim qhov cuam tshuam ntawm cov yeeb tshuaj hauv koj lub cev tau. Naloxone mas yeej nyab xeeb thiab tuaj yeem cawm tau koj txoj sia. Tham nrog koj tus kws kho mob los sis kws muag tshuaj seb puas tsim nyog sau ntawv yuav tshuaj rau koj. Xav kom txhua tus neeg uas siv cov yeeb tshuaj tas li yuav tsum tau siv hom tshuaj naloxone.
- **Khaws cov yeeb tshuaj cia kom muaj kev nyab xeeb.** Khaws koj cov yeeb tshuaj cia rau hauv nws lub fwj tshuaj uas muaj daim ntawv lo chiv thawj. Muab tej tshuaj no khaws cia rau ntawm ib qho chaw uas me nyuam yaus ncav tsis cuag thiab kom lwm tus neeg muab tsis tau (xws li, tso rau hauv lub tub xauv).
- **Muab pov tseg raws li txheej txheem kev nyab xeeb.** Vim cov laj thawj kev nyab xeeb, cov tshuaj uas tsis tau siv mas yuav tsum muab pov tseg rau hauv lub chaw pov tseg ntawm kiosk uas muaj ntau qhov chaw rau ntawm Kaiser Permanente cov chaw muag tshuaj, siv ib lub hnab xa ntawv xa mus, los sis muab xa mus rau hnub koom txoos "Drug Take Back Day". Cov hnab xa muaj rau cov tswv cuab nyob rau ntawm Kaiser Permanente cov chaw muag tshuaj.

Hom kev tswj xyuas mob uas kuv yuav tau xav txog yog hom twg?

Tham rau koj tus kws kho mob txog tej hau kev tswj koj tus mob uas tsis muaj feem ntsig txog rau cov yeeb tshuaj thiab yam uas phim zoo tshaj plaws rau koj. Qee hom kev xaiv yuav ntxim zoo dua rau koj thiab muaj pheej hmoo tsis zoo tsawg dua thiab yuav ua rau muaj mob tsawg dua rau koj. Nce raws li hom mob uas koj muaj ntawd, cov tshuaj no yuav muaj xws li:

- Cov tshuaj uas yuav sab nrauv los xws li ibuprofen (Motrin®), acetaminophen (Tylenol®), naproxen (Aleve®), los sis topicals xws li tshuaj capsaicin, diclofenac gel (Voltaren®), los sis trolamine salicylate (Aspercreme®).
- Cov tshuaj tiv thaiv mob uas siv ntawv yuav tshuaj xws li meloxicam (Mobic®), diclofenac (Voltaren®), thiab etodolac (Lodine®). Tsis pub siv mus ntev rau cov neeg laus vim tias yuav muaj feem ua rau muaj mob tau.
- Qee hom tshuaj uas tsis yog yeeb tshuaj uas siv ntawv yuav tshuaj mas tsuas yog siv kho mob hlab ntsha hlwb xwb, xws li gabapentin (Neurontin®) thiab pregabalin (Lyrica®).
- Kev zuaj ib ce, kev kho lub cev thiab lwm yam kev kho, kev siv tej yam kub los sis txias los nias, kev ua ev xaws xais, kev hno koob, thiab kev kho tus cwj pwm.

Tej zaum koj tus kws kho mob yuav tau muaj ntau hom kev xaiv kho mob rau koj uas koj qhov kev npaj kho mob yuav tsis duav nqi rau tej tshuaj ntawd. Yog tias yuav tau kho li no tiag, ces tiv toj rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm tus xov tooj uas nyob sab tom qab ntawd koj daim npav ID los sis mus saib CMS web page uas piav qhia txog kev duav nqi raws li Medicare Phaj A thiab B thiaj li yuav nkag siab txog koj tej kev xaiv kho (<https://www.medicare.gov/coverage/pain-management>).

Muaj Kev Kho Kev Quav Yeeb Tshuaj dab tsi xwb?

Medicare hauv Phaj B (is saws las kho mob) duav nqi rau Kev Kho Kev Quav Yeeb Tshuaj (Opioid Treatment Programs, OTPs) rau kev kho cov neeg uas quav yeeb tshuaj tsis meej pem (OUD). Yog xav paub ntaub ntawv ntau ntxiv txog koj *cov txiaj ntsig ntawm koj qhov kev npaj kho mob* uas ntsig txog rau kev kho mob rau kev quav tshuaj, suav txog kev pab tshuaj kho mob, kev kho mob puas siab ntsws, thiab kev pab tswv yim, ces thov saib koj qauv **Daim Ntawv Ua Pov Thawj Txog Kev Duav Nqi** los sis hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm tus xov tooj nyob sab tom qab koj daim npav ID.

Peb tuaj ntawm no yog tuaj pab koj

Yog koj muaj lus nug dab tsi txog cov ntaub ntawv uas sau tseg rau ntawm no los sis yog koj xav paub ntau ntxiv txog cov hau kev los tswj qhov mob, ces thov hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm tus xov tooj nyob sab tom qab koj daim npav ID.

Sau Npe,
Kaiser Permanente

Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal North P2 Plan (HMO D-SNP), raug muab kev saib xyuas los ntawm Kaiser Foundation Health Plan, Inc., Ib Cheeb Tsam Qaum Teb hauv California

Daim Ntawv Ceeb Toom Txog Kev Hloov Pauv Hauv Ib Lub Xyoos Puag Ncig rau xyoo 2024

Cov Lus Qhib

Tam sim no koj twb tso npe ua ib tug tswv cuab ntawm peb qhov kev npaj kho mob lawm. Lwm xyoo, yuav muaj kev hloov pauv qee yam rau pebb cov nyiaj pab, kev duav nqi, cov kev cai, thiab tej nqi ub no. Daim Ntawv Ceeb Toom Txog Kev Hloov Pauv Hauv Ib Lub Xyoos Puag Ncig qhia rau koj txog tej kev hloov pauv thiab yuav nrhivav tej xov xwm hais ntxiv txog tej ntawd rau ntawm lub chaw twg. Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntau ntxiv hais txog cov nqi, cov nyiaj pab kho mob, los sis cov kev cai, thov saib *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab*, uas nyob hauv peb lub vev xaib ntawm kp.org/eocncal. Cov ntsiab lus tseem ceeb thiab lawv cov lus txhais yuav tshwm sim raws li cov niam ntawv nyob rau hauv tshooj ntawv kawg ntawm koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab*.

Lwm yam ntaub ntawv ntxiv

- Phau ntawv no muaj sau ua ntau hom lus pub dawb rau sawv daws xws li lus Arabic, Lus Suav, Lus Farsi, Lus Hmoob, Lus Lav Xias (Russian), Lus Mev, los sis Lus Nyab Laj.
- Koj tuaj yeem txais tau *Daim Ntawv Ceeb Toom Txog Kev Hloov Pauv Hauv Ib Lub Xyoos Puag Ncig* no tau dawb ua lwm hom ntawv, xws li luam tawm kom loj, ntawv su rau neeg dig muag xuas, los sis muab tsim ua suab lus. Hu rau **1-800-443-0815 (TTY 711)**, 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Tus xov tooj no hu dawb xwb.
- Hu rau **1-800-443-0815 (TTY 711)**, 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub vij, los mus thov tau yam muaj xws li nram qab no:
 - Nyiam sau ua lwm hom lus uas tsis yog lus As Kiv thiab/los sis lwm hom ntawv,
 - Kev thov rau kev xa ntawv thiab kev sib txuas lus rau yav tom ntej, **thiab**
 - Kev hloov pauv ib qho kev thov rau hom lus uas nyiam thiab/los sis lwm hom ntawv.
- We have free interpreter services to answer any questions that you may have about our health or drug plan. To get an interpreter just call us at **1-800-464-4000 (TTY 711)**, 24 hours a day, 7 days a week. Someone that speaks *English* can help you. This is a free service.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815 (TTY 711)**, thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib kp.org/medicare.



- تتوفر لدينا خدمات ترجمة مجانية للإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك بشأن خطتنا الصحية أو الدوائية. للحصول على مترجم ما عليك سوى الاتصال بنا على الرقم **1-800-464-4000** (الهاتف النصي (TTY) **711**)، على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع. يستطيع شخص يتحدث *Arabic* مساعدتك. هذه خدمة مجانية.
- Մենք առաջարկում ենք անվճար բանավոր թարգմանության ծառայություններ՝ մեր առողջապահական կամ դեղերի պլանի վերաբերյալ ձեր հարցերին պատասխանելու համար: Թարգմանչի ծառայություններ ստանալու համար պարզապես զանգահարեք մեզ **1-800-464-4000** (TTY **711**) հեռախոսահամարով՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր: *Armenian* լեզվով խոսող որևէ անձնակազմի անդամ կարող է աջակցել ձեզ: Սա անվճար ծառայությունն է:
- យើងមានសេវាកម្រៃផ្ទាល់មាត់ភាសាខ្មែរសម្រាប់សំណួរណាមួយដែលអ្នកអាចសួរពីគម្រោងសុខភាពឬឱសថរបស់យើង។ ដើម្បីទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់សូមទូរស័ព្ទលេខ **1-800-464-4000** (TTY **711**) 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។ អ្នកដែលអាច *Cambodian Khmer* អាចជួយអ្នកបាន។ វាជាសេវាកម្មមិនគិតថ្លៃ។
- 我們提供免費口譯服務，為您解答有關健康或藥物計劃的任何問題。要獲得口譯服務，1週7天、每天24小時請隨時致電**1-800-464-4000** (TTY **711**)。會說 *Chinese Traditional* 的人可以協助您。這是免費服務。
- برای پاسخ دادن به هر سوال احتمالی شما درباره طرح دارو یا سلامت ما، خدمات مترجم شفاهی رایگان ارائه می‌دهیم. برای دریافت مترجم شفاهی، کافی است از طریق شماره **1-800-464-4000** (TTY **711**)، 24 ساعت شبانه‌روز و هفت روز هفته با ما تماس بگیرید. فردی که به زبان *Farsi* صحبت می‌کند، می‌تواند به شما کمک کند. این خدمات رایگان است.
- Nous disposons de services d'interprétation gratuits pour répondre à toute vos questions sur nos assurances santé ou médicaments. Pour obtenir ce service, contactez-nous au **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 h/24 et 7 j/7. Un interprète parlant *French* vous aidera. Il s'agit d'un service gratuit.
- Nou gen sèvis entèpretasyon gratis pou reponn nenpòt kesyon ou ka genyen sou plan sante ouwa medikaman nou an. Pou w jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 è sou 24, 7 jou sou 7. Yon moun ki pale *French Creole* ka ede w. Sèvis sa a gratis.
- हमारे पास हमारे स्वास्थ्य या दवा योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर देने के लिए मुफ्त दुभाषिया सेवाएं हैं। दुभाषिया प्राप्त करने के लिए बस हमें **1-800-464-4000** (TTY **711**) पर कॉल करें, दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन। कोई व्यक्ति जो *Hindi* बोलता है, आपकी मदद कर सकता है। यह एक नि: शुल्क सेवा है।



- Peb muaj cov kev pab txhais lus pub dawb los teb cov lus nug uas tej zaum koj yuav muaj ntsig txog peb qhov phiaj xwm kho mob los sis tshuaj. Yog xav tau tus neeg pab txhais lus tsuas yog hu rau peb ntawm tus xov tooj **1-800-464-4000 (TTY 711)**, hu tau 24 xuaj moos hauv ib hnuv, 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Ib tus neeg uas hais *Hmong* yuav pab tau koj. Qhov no yog ib qho kev pab dawb xwb.
- Abbiamo un servizio di interpretariato gratuito per rispondere ad ogni eventuale domanda riguardante il nostro piano sanitario o farmaceutico. Per avere un interprete chiamare il **1-800-464-4000 (TTY 711)**, 24 ore su 24, 7 giorni su 7. Quacuno che parla *Italian* potrà aiutarvi. È un servizio gratuito.
- Wir bieten kostenlose Dolmetscherdienste, mit denen wir alle Fragen beantworten können, die bei Ihnen möglicherweise bezüglich unserer Gesundheits- oder Arzneimittelpläne aufkommen. Um die Dienste eines Dolmetschers in Anspruch zu nehmen, rufen Sie uns einfach unter **1-800-464-4000 (TTY 711)** an. Jemand, der *German* spricht, steht rund um die Uhr zur Verfügung, um Ihnen zu helfen. Dieser Dienst ist kostenlos.
- 当社では、健康プランや薬のプランに関するご質問にお答えする無料の通訳サービスをご用意しております。通訳をご依頼頂くには、**1-800-464-4000 (TTY 711)** までお電話ください。24 時間年中無休で対応いたします。*Japanese* を話す担当者がお手伝いいたします。これは無料のサービスです。
- 저희는 건강 또는 약품 플랜에 관한 어떠한 질문에도 답변해 드리는 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역사를 구하려면 **1-800-464-4000(TTY 711)** 번으로 주 7일, 하루 24시간 언제든지 전화해 주십시오. *Korean*를 구사하는 사람이 여러분을 도와드릴 수 있습니다. 서비스는 무료로 제공됩니다.
- ພວກເຮົາມີການບໍລິການນາຍແປພາສາຟຣີ ເພື່ອຕອບຄໍາຖາມທີ່ທ່ານອາດຈະມີກ່ຽວກັບແຜນການສຸຂະພາບ ຫຼື ຢາຂອງພວກເຮົາ. ເພື່ອຮັບນາຍແປພາສາ ມຸງຽງແຕ່ໂທຫາພວກເຮົາທີ່ເບີ **1-800-464-4000 (TTY 711)**, 24 ຊົ່ວໂມງຕໍ່ມື້, 7 ມື້ຕໍ່ອາທິດ. ບາງຄົນທີ່ເວົ້າ *Laotian* ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້. ນີ້ແມ່ນການບໍລິການຟຣີ.
- Yie mbuo mbenc maaih faan waac mienh wang-henh tengx nzie dau waac bun muangx dongh meih maaih waac qiex zuqc naaic gorngv taux yie mbuo goux heng-wangc a'fai ndie-daan wuov. Liouh lorx faan waac mienh, korh waac lorx taux yie mbuo yiem njiec naaiv **1-800-464-4000 (TTY 711)**, yietc hnoi koi benx 24 norm ziangh hoc, yietc norm liv baaiz bouc dauh koi longc 7 hnoi. Maaih mienh haih gornv mienh waac tengx faan waac bun meih oc. Naaiv se wangv henh tengx faan waac bun muangx hnavg.



- Oferujemy bezpłatne usługi tłumacza ustnego, który odpowie na wszelkie pytania dotyczące naszego planu zdrowotnego lub farmaceutycznego. Aby skorzystać z usług tłumacza, wystarczy zadzwonić do nas pod numer **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Pomoże Ci osoba mówiąca w języku: *Polish*. Usługa jest bezpłatna.
- Oferecemos serviços gratuitos de interpretação para responder suas dúvidas sobre nosso plano de saúde ou de medicamentos. Para ter acesso ao serviço, ligue para **1-800-464-4000** (TTY **711**). O serviço está disponível todos os dias da semana, 24 horas por dia. Alguém que fala *Portuguese brazil* pode ajudar você. Esse serviço é gratuito.
- ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਮੁਫਤ ਦੁਬਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ। ਦੁਬਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਖੋਸ ਸਾਨੂੰ **1-800-464-4000** (TTY **711**) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ *Punjabi* ਬੋਲਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਹੈ।
- У нас имеется бесплатный сервис устного перевода, чтобы отвечать на любые вопросы, которые могут возникнуть у вас о медицинском или лекарственном плане. Чтобы получить переводчика, просто позвоните нам по телефону **1-800-464-4000** (TTY **711**), который доступен 24 часа в сутки 7 дней в неделю. Переводчик, который говорит на *Russian*, сможет помочь вам. Этот сервис бесплатный.
- Contamos con servicios de interpretación gratuitos para responder a las preguntas que tenga sobre nuestro plan de salud o de medicamentos. Para obtener un servicio de intérprete, simplemente llámenos al **1-800-464-4000** (TTY **711**), las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Alguien que hable *Spanish US* puede ayudarle. El servicio es gratuito.
- Mayroon kaming mga libreng serbisyo ng interpreter para masagot ang anumang tanong na posibleng mayroon kayo tungkol sa aming plano sa kalusugan o gamot. Para makakuha ng interpreter, tawagan lang kami sa **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo. Matutulungan kayo ng isang taong nagsasalita ng *Tagalog*. Isa itong libreng serbisyo.
- เรามีบริการล่ามแปลภาษาเพื่อตอบคำถามที่คุณสงสัยเกี่ยวกับแผนสุขภาพหรือยาของเรา หากต้องการใช้บริการล่าม โปรดโทรหาเราที่ **1-800-464-4000** (TTY **711**) ได้ตลอด 24 ชั่วโมงทุกวัน เจ้าหน้าที่ที่สามารถพูด *Thai* พร้อมช่วยเหลือคุณ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม



- Для того, щоб відповісти на будь-які ваші запитання щодо нашого плану охорони здоров'я чи ліків, у нас є перекладач, який надає безкоштовні послуги. Щоб скористатися послугами перекладача, просто зателефонуйте нам за номером **1-800-464-4000** (TTY **711**) (цілодобово, 7 днів на тиждень). Хтось, хто володіє *Ukrainian*, може вам допомогти. Це безкоштовна послуга.
- Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời bất kỳ câu hỏi nào của quý vị về chương trình bảo hiểm sức khỏe hoặc thuốc của chúng tôi. Để được thông dịch viên trợ giúp, quý vị chỉ cần gọi cho chúng tôi theo số **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần. Ai đó nói tiếng *Vietnamese* có thể giúp quý vị. Đây là một dịch vụ miễn phí.

Language Assistance Services

English: Language assistance is available at no cost to you, 24 hours a day, 7 days a week. You can request interpreter services, materials translated into your language, or in alternative formats. You can also request auxiliary aids and devices at our facilities. Just call us at **1-800-464-4000**, 24 hours a day, 7 days a week (closed holidays). TTY users call **711**.

Arabic: خدمات الترجمة الفورية متوفرة لك مجاناً على مدار الساعة كافة أيام الأسبوع. بإمكانك طلب خدمة الترجمة الفورية أو ترجمة وثائق للغتك أو لصيغ أخرى. يمكنك أيضاً طلب مساعدات إضافية وأجهزة في مرافقنا. ما عليك سوى الاتصال بنا على الرقم **1-800-464-4000** على مدار الساعة كافة أيام الأسبوع (مغلق أيام العطلات). لمستخدمي خدمة الهاتف النصي يرجى الاتصال على الرقم (711).

Armenian: Ձեզ կարող է անվճար օգնություն տրամադրվել լեզվի հարցում՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր: Դուք կարող եք պահանջել բանավոր թարգմանչի ծառայություններ, Ձեր լեզվով թարգմանված կամ այլընտրանքային ձևաչափով պատրաստված նյութեր: Դուք նաև կարող եք խնդրել օժանդակ օգնություններ և սարքեր մեր հաստատություններում: Պարզապես զանգահարեք մեզ **1-800-464-4000** հեռախոսահամարով՝ օրը 24 ժամ, շաբաթը 7 օր (տոն օրերին փակ է): TTY-ից օգտվողները պետք է զանգահարեն **711**:

Chinese: 您每週 7 天，每天 24 小時均可獲得免費語言協助。您可以申請口譯服務、要求將資料翻譯成您所用語言或轉換為其他格式。您還可以在我們的場所內申請使用輔助工具和設備。我們每週 7 天，每天 24 小時均歡迎您打電話 **1-800-757-7585** 前來聯絡（節假日休息）。聽障及語障專線 (TTY) 使用者請撥 **711**。

Farsi: خدمات زبانی در 24 ساعت شبانهروز و 7 روز هفته بدون اخذ هزینه در اختیار شما است. شما می توانید برای خدمات مترجم شفاهی، ترجمه مدارک به زبان شما و یا به صورت های دیگر درخواست کنید. شما همچنین می توانید کمک های جانبی و وسایل . کمکی برای محل اقامت خود درخواست کنید کفایت در 24 ساعت شبانهروز و 7 روز هفته (به استثنای روز های تعطیل) با ما به شماره **1-800-464-4000** تماس بگیرید. کاربران ناشنوا (TTY) با شماره **711** تماس بگیرند.

Hindi: बिना किसी लागत के दुभाषिया सेवाएँ, दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन उपलब्ध हैं। आप एक दुभाषिये की सेवाओं के लिए, बिना किसी लागत के सामग्रियों को अपनी भाषा में अनुवाद करवाने के लिए, या वैकल्पिक प्रारूपों के लिए अनुरोध कर सकते हैं। आप हमारे सुविधा-स्थलों में सहायक साधनों और उपकरणों के लिए भी अनुरोध कर सकते हैं। बस केवल हमें **1-800-464-4000** पर, दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन (छुट्टियों वाले दिन बंद रहता है) कॉल करें। TTY उपयोगकर्ता **711** पर कॉल करें।

Hmong: Muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj, 24 teev ib hnuv twg, 7 hnuv ib lim tiam twg. Koj thov tau cov kev pab txhais lus, muab cov ntaub ntawv txhais ua koj hom lus, los yog ua lwm hom. Koj kuj thov tau lwm yam kev pab thiab khoom siv hauv peb tej tsev hauj lwm. Tsuas hu rau **1-800-464-4000**, 24 teev ib hnuv twg, 7 hnuv ib lim tiam twg (cov hnuv caiv kaw). Cov neeg siv TTY hu **711**.

Japanese: 当院では、言語支援を無料で、年中無休、終日ご利用いただけます。通訳サービス、日本語に翻訳された資料、あるいは資料を別の書式でも依頼できます。補助サービスや当施設の機器についてもご相談いただけます。お気軽に **1-800-464-4000** までお電話ください（祭日を除き年中無休）。 TTY ユーザーは **711** にお電話ください。

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv,** mus saib **kp.org/medicare**. **6**



Khmer: ជំនួយភាសា គឺឥតគិតថ្លៃផ្នែកដល់អ្នកឡើយ 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។ អ្នកអាចស្នើសុំសេវាអ្នកបកប្រែឯកសារដែលបានបកប្រែទៅជាភាសាខ្មែរ ឬជាទំរង់ជំនួសផ្សេងៗទៀត។ អ្នកក៏អាចស្នើសុំឧបករណ៍និងបរិក្ខារជំនួយទំនាក់ទំនងសម្រាប់អ្នកពិការនៅទីតាំងរបស់យើងផងដែរ។ គ្រាន់តែទូរស័ព្ទមកយើង តាមលេខ **1-800-464-4000** បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍ (បិទថ្ងៃបុណ្យ)។ អ្នកប្រើ TTY សេវាលេខ 711។

Korean: 요일 및 시간에 관계없이 언어지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하는 통역 서비스, 귀하의 언어로 번역된 자료 또는 대체 형식의 자료를 요청할 수 있습니다. 또한 저희 시설에서 보조기구 및 기기를 요청하실 수 있습니다. 요일 및 시간에 관계없이 **1-800-464-4000** 번으로 전화하십시오. (공휴일 휴무). TTY 사용자번호 **711**.

Laotian: ການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາມີໃຫ້ໄດ້ຍ່ອຍບໍ່ເສັຽຄ່າ ແກ່ທ່ານ, ຕະຫຼອດ 24 ຊົ່ວໂມງ, 7 ວັນຕໍ່ອາທິດ. ທ່ານ ສາມາດຮ້ອງຂໍຮັບບໍລິການນາຍພາສາ, ໃຫ້ແປເອກະ ສານເປັນພາສາຂອງທ່ານ, ຫຼື ໃບຮູບແບບອື່ນ. ທ່ານສາມາດຂໍຊ່ວຍເຫຼືອເອກະສານ ແລະ ອຸປະກອນ ຕ່າງໆໃນສະຖານບໍລິການຂອງພວກເຮົາໄດ້. ພຽງແຕ່ໃຫ້ ຫາພວກເຮົາທີ່ **1-800-464-4000**, ຕະຫຼອດ 24 ຊົ່ວໂມງ, 7 ວັນຕໍ່ອາທິດ (ປິດວັນພັກຕ່າງໆ). ຜູ້ໃຊ້ສາຍ TTY ໃຫ້ **711**.

Mien: Mbenc nzoih liouh wang-henh tengx nzie faan waac bun muangx maiv zuqc cuotv zinh nyaanh meih, yietc hnoi mbenc maaiah 24 norm ziangh hoc, yietc norm liv baaiz mbenc maaiah 7 hnoi. Meih se haih tov heuc tengx lorx faan waac mienh tengx faan waac bun muangx, dorh nyungc horngh jaa-sic mingh faan benx meih nyei waac, a'fai liouh ginv longc benx haaix hoc sou-guv daan yaac duqv. Meih corc haih tov longc benx wuotc ginc jaa-dorngx tengx aengx caux jaa-sic nzie bun yiem njiec zorc goux baengc zingh gorn zangc. Kungx douc waac mingh lorx taux yie mbuo yiem njiec naaiv **1-800-464-4000**, yietc hnoi mbenc maaiah 24 norm ziangh hoc, yietc norm liv baaiz mbenc maaiah 7 hnoi. (hnoi-gec se guon gorn zangc oc). TTY nyei mienh nor douc waac lorx **711**.

Navajo: Doo bik'é asíníáágóó saad bee ata' hane' bee áká e'elyeed nich'í' áq'át'é, t'áá álahjí' jiiigo dóó t'ée'go áádóó tsosts'íjí áq'át'é. Ata' hane' yidíikiil, naaltsoos t'áá Diné bizaad bee bik'i' ashchiigo, éi doodago hane' bee didíits'íilígíí yidíikiil. Hane' bee bik'i' di'díitíilígíí dóó bee hane' didíits'íilígíí bina'idíikidgo yidíikiil. Kojí hodiilnih **1-800-464-4000**, t'áá álahjí', jiiigo dóó t'ée'go áádóó tsosts'íjí áq'át'é. (Dahodíilzingóne' doo nida'anish dago éi da'deelkaal). TTY chodayool'inígíí kojí dahalne' **711**.

Punjabi: ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੀ ਲਾਗਤ ਦੇ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੱਖ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਾਇਕ ਸਾਧਨਾਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਬਸ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਨੂੰ **1-800-464-4000** ਤੇ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ (ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਬੰਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ) ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। TTY ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ ਵਾਲੇ **711** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ।

Russian: Мы бесплатно обеспечиваем Вас услугами перевода 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. Вы можете воспользоваться помощью устного переводчика, запросить перевод материалов на свой язык или запросить их в одном из альтернативных форматов. Мы также можем помочь вам с вспомогательными средствами и альтернативными форматами. Просто позвоните нам по телефону **1-800-464-4000**, который доступен 24 часа в сутки, 7 дней в неделю (кроме праздничных дней). Пользователи линии TTY могут звонить по номеру **711**.

Spanish: Tenemos disponible asistencia en su idioma sin ningún costo para usted 24 horas al día, 7 días a la semana. Puede solicitar los servicios de un intérprete, que los materiales se traduzcan a su idioma o en formatos alternativos. También puede solicitar recursos para discapacidades en nuestros centros de atención. Solo llame al **1-800-788-0616**, 24 horas al día, 7 días a la semana (excepto los días festivos). Los usuarios de TTY, deben llamar al **711**.

Tagalog: May magagamit na tulong sa wika nang wala kang babayaran, 24 na oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Maaari kang humingi ng mga serbisyo ng tagasalin sa wika, mga babasahin na isinalin sa iyong wika o sa mga alternatibong format. Maaari ka ring humiling ng mga karagdagang tulong at device sa aming mga pasilidad. Tawagan lamang kami sa **1-800-464-4000**, 24 na oras bawat araw, 7 araw bawat linggo (sarado sa mga pista opisyal). Ang mga gumagamit ng TTY ay maaaring tumawag sa **711**.



Thai: มีบริการช่วยเหลือด้านภาษาฟรีตลอด 24 ชั่วโมง
7 วันต่อสัปดาห์ คุณสามารถขอใช้บริการสาม
แปลเอกสารเป็นภาษาของคุณ หรือในรูปแบบอื่นได้
คุณสามารถขออุปกรณ์และเครื่องมือช่วยเหลือได้ที่ศูนย์บริการ
ให้ความช่วยเหลือของเรา โดยโทรหาเราที่ **1-800-464-4000**
ตลอด 24 ชั่วโมง 7 วันต่อสัปดาห์ (ยกเว้นวันหยุดราชการ)
ผู้ใช้ TTY ให้โทร **711**

Ukrainian: Послуги перекладача надаються
безкоштовно, цілодобово, 7 днів на тиждень. Ви
можете зробити запит на послуги усного
перекладача, отримання матеріалів у перекладі
мовою, якою володієте, або в альтернативних
форматах. Також ви можете зробити запит на
отримання допоміжних засобів і пристроїв у
закладах нашої мережі компаній. Просто
зателефонуйте нам за номером **1-800-464-4000**.
Ми працюємо цілодобово, 7 днів на тиждень
(крім святкових днів). Номер для користувачів
телетайпа: **711**.

Vietnamese: Dịch vụ thông dịch được cung cấp miễn
phí cho quý vị 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày trong tuần. Quý
vị có thể yêu cầu dịch vụ thông dịch, tài liệu phiên dịch
ra ngôn ngữ của quý vị hoặc tài liệu bằng nhiều hình
thức khác. Quý vị cũng có thể yêu cầu các phương tiện
trợ giúp và thiết bị hỗ trợ tại các cơ sở của chúng tôi.
Quý vị chỉ cần gọi cho chúng tôi tại số **1-800-464-4000**,
24 giờ mỗi ngày, 7 ngày trong tuần (trừ các ngày lễ).
Người dùng TTY xin gọi **711**.



Cov Txheej Lus

A. Cov Lus Tsis Kam Lees	10
B. Tshuaj xyuas koj qhov kev pab them nqi kho mob ntawm Medicare thiab Medi-Cal rau xyoo tom ntej	10
B1. Cov ntaub ntawv qhia txog peb txoj kev npaj kho mob	11
B2. Yam tseem ceeb uas yuav tau ua	11
C. Kev hloov pauv peb txoj kev npaj kho mob lub npe	13
D. Kev hloov pauv peb cov kws muab kev pab kho mob thiab cov tsev muag tshuaj hauv pab pawg kho mob koom tes ua ke	13
E. Kev hloov pauv cov nyiaj pab kho mob thiab cov nqi nyob rau xyoo tom ntej	14
E1. Kev hloov pauv cov nyiaj pab kho mob thiab cov nqi rau cov kev pab kho mob	14
E2. Kev hloov pauv kev pab them nqi rau cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav	16
E3. Theem 1: "Theem Pab Them Nqi Chiv Thawj"	17
E4. Theem 2: "Theem Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj"	19
F. Kev hloov pauv kev tswj hwm.....	19
G. Kev xaiv ib txoj kev npaj kho mob.....	19
G1. Kev nyob hauv peb txoj kev npaj kho mob.....	19
G2. Kev hloov pauv cov kev npaj kho mob	20
H. Txais kev pab.....	24
H1. Peb txoj kev npaj kho mob	24
H2. Kev Pab Tswv Yim Fab Is Saws Las Kho Mob (Health Insurance Counseling and Advocacy Program, HICAP)	24
H3. Tsoom Fwv Qhov Khoos Kas.....	25
H4. Medicare	25
H5. California Department of Managed Health Care.....	26



A. Cov Lus Tsis Kam Lees

- ❖ Kaiser Permanente yog txoj kev npaj kho mob HMO D-SNP nrog daim ntawv cog lus nrog Medicare thiab daim ntawv cog lus nrog lub khoos kas Medi-Cal. Kev tso npe rau Kaiser Permanente mas nce raws li qhov cog lus txuas ntxiv.

B. Tshuaj xyuas koj qhov kev pab them nqi kho mob ntawm Medicare thiab Medi-Cal rau xyoo tom ntej

Qhov tseem ceeb ces yuav tau los tshuaj xyuas koj qhov kev duav nqi tam sim no los saib xyuas kom nws tseem tau raws li koj qhov xav tau rau lwm lub xyoos. Yog tias nws tsis tau raws li koj qhov xav tau, koj tuaj yeem tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob tau. Saib raws li **Ntu E** yog xav paub ntau ntxiv txog tej kev hloov pauv rau koj cov nyiaj pab rau lwm lub xyoos.

Yog koj xaiv tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob, koj qhov ua tswv cuab yuav tag rau hnuv kawg ntawm lub hlis uas koj tau thov ntawd. Koj yeej tseem nyob nrog cov khoos kas Medicare thiab Medi-Cal tau tsuav yog koj tsim nyog xwb.

Yog tias koj tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob, koj yuav tau txais cov ntaub ntawv ntsig txog koj li:

- Cov kev xaiv ntawm Medicare nyob hauv **Ntu G2**.
- Cov kev xaiv ntawm Medi-Cal thiab cov kev saib xyuas nyob hauv **Ntu G2**.



B1. Cov ntaub ntawv qhia txog peb txoj kev npaj kho mob

- Kaiser Permanente yog ib qho kev npaj kho mob uas cog lus nrog tag nrho Medicare thiab Medi-Cal ob yam tib si los muab cov nyiaj pab rau cov tswv cuab ntawm ob qho khoos kas no.
- Kev pab them nqi raws li Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal Plan yog qhov tsim nyog tau txais kev pab them nqi kho mob hu ua "kev pab them nqi tsawg kawg nkaus." Nws mus raws li tus qauv lav ris ntawm Txoj Cai Kev Tiv Thaiv Neeg Mob thiab Txoj Cai Kev Them Taus Nqi Saib Xyuas (Patient Protection and Affordable Care Act's, ACA). Mus Saib Qhov Kev Pab Cuam Nyiaj Tau Los Sab Hauv (IRS) lub vev xaib ntawm www.irs.gov/Affordable-Care-Act/Individuals-and-Families for rau cov ntaub ntawv ntau ntxiv ntawm tus neeg uas tau koom ua lub luag hauj lwm yuav tsum tau ua.
- Thaum *Daim Ntawv Ceeb Toom txog Kev Hloov Pauv Hauv Ib Lub Xyoos Puag Ncig* sau hais tias "peb," "peb," "peb li," los sis "peb li kev npaj kho mob," ces txhais tau tias yog Qhov Kev Npaj Kho Mob ntawm Medicare Medi-Cal.

B2. Yam tseem ceeb uas yuav tau ua

- **Kuaj xyuas seb puas muaj ib yam hloov pauv rau peb cov nyiaj pab thiab tej nqi ub no uas yuav cuam tshuam rau koj.**
 - Puas muaj ib qho kev hloov pauv uas cuam tshuam rau tej kev saib xyuas uas koj siv ntawd?
 - Tshuaj xyuas tej kev hloov pauv ntawm cov nyiaj pab thiab tej nqi ub no kom paub meej tias tej ntawd tseem siv tau rau koj rau lwm lub xyoos.
 - Saib rau ntawm **Ntu E1** yog xav paub tej xov xwm hais txog tej kev hloov pauv rau cov nyiaj pab thiab tej nqi ub no rau peb qhov kev npaj kho mob.



- **Kuaj xyuas seb puas muaj ib yam hloov pauv rau peb qhov kev duas roos rau tej tshuaj kho mob uas yuav cuam tshuam rau koj.**
 - Koj cov tshuaj puas tseem raug duav nqi? Tej tshuaj ntawd puas muaj qib nqi koom them sib txawv? Koj puas tuaj yeem siv tau tib hom chaw muag tshuaj?
 - Tshuaj xyuas tej kev hloov pauv kom paub meej tias peb qhov kev duav nqi rau tej tshuaj tseem siv tau rau koj rau lwm lub xyoos.
 - Saib rau ntawm **Ntu E2** yog cav paub ntxog tej kev hloov pauv rau peb qhov kev duav nqi rau cov tshuaj kho mob.
 - Koj tej nqi tshuaj mas tej zaum yuav nce siab ntxiv suav txij xyoo tsaib no los.
 - Tham nrog koj tus kws kho mob txog feem kev xaiv them nqi qis dua uas tej zaum yuav muaj rau koj; qhov no yuav txuag tau koj cov nyiaj uas yuav tau them hauv ib lub xyoos puag ncig mus thawm lub xyoo ntawd.
 - Xa rau nruab siab tias koj cov nyiaj pab rau hauv qhov kev npaj kho mob mas yeej raug xam ntau npaum nkaus li qhov yuav hloov pauv rau tej nqi tshuaj uas koj tshuav nqi ntawd.
- **Kuaj xyuas seb koj cov kws kho mob thiab cov chaw muag tshuaj puas nyob rau hauv peb pawg sib koom tes ua ke rau lwm lub xyoo.**
 - Koj cov kws kho mob, suav txog koj cov kws kho mob tshwj xeeb, puas nyob hauv peb pab pawg sib koom tes ua ke lawm? Koj lub chaw muag tshuaj ne yuav zoo li cas? Cov tsev kho mob los si lwm cov kws kho mob uas koj siv ntawd ne yuav zoo li cas?
 - Saib rau ntawm **Ntu D** yog xav paub txog peb *Phau Ntawv Teev Npe Kws Kho Mob thiab Chaw Muag Tshuaj*.
- **Xav txog tag nrho koj tej nqi ub no nyob rau hauv koj qhov kev npaj kho mob.**
 - Koj yuav tau them tej nqi uas yus yuav tau them rau tej kev saib xyuas thiab tej nqi tshuaj uas koj siv tas li ntawd ntau npaum li cas?
 - Tag nrho cov nqi uas muab piv rau lwm feem kev xaiv duav nqi yuav zoo li cas?
- **Xav seb koj puas zoo siab nrog peb qhov kev npaj kho mob.**



Yog tias koj txiav txim siab yuav nyob nrog Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal:

Yog koj xav nyob nrog peb mus ntxiv rau lwm lub xyoos, ces ua yooj yim xwb – koj tsis tas yuav ua dab tsi li. Yog tias koj tseem tsis tau ua kev hloov pauv, ces koj tseem yuav cia li tau rau npe nyob hauv Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal.

Yog tias koj txiav txim siab hloov cov kev npaj kho mob:

Yog koj txiav txim siab tias lwm yam kev pab them nqi yuav zoo dua rau koj qhov kev xav tau lawm, tej zaum koj yuav hloov mus rau cov kev npaj kho mob ntawd tau (saib rau ntawm **Ntu G2** yog xav paub ntau ntxiv). Yog tias koj tso npe rau hauv ib txoj kev npaj kho mob tshiab, los sis hloov mus rau Original Medicare, ces koj qhov kev pab them nqi kho mob tshiab yuav pib rau thawj hnuv ntawm lub hli tom ntej.

C. Kev hloov pauv peb txoj kev npaj kho mob lub npe

Thaum Lub Ib Hlis Ntuj 1, 2024, peb txoj kev npaj kho mob lub npe yuav hloov los ntawm Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal Plan mus rau Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal North P2 Plan.

Koj yuav tau txais ib daim npav ID tshiab kom tsis pub dhau lub Ib Hlis 2024.

D. Kev hloov pauv peb cov kws muab kev pab kho mob thiab cov tsev muag tshuaj hauv pab pawg kho mob koom tes ua ke

Peb cov kws kho mob thiab chaw muag tshuaj pab pawg sib koom tes ua ke tau hloov pauv rau xyoo 2024.

Thov tshuaj xyuas Phau Ntawv Teev Npe Kws Kho Mob thiab Cha Muag Tshuaj hauv xyoo 2024 los nrhiav seb koj cov kws kho mob los sis chaw muag tshuaj puas nyob rau hauv pab pawg sib koom tes ua ke. Tau hloov kho tshiab *Phau Ntawv Teev Cov Kws Muab Kev Pab Kho Mob thiab Tsev Muag Tshuaj* yog muaj nyob hauv pab lub vev xaib ntawm kp.org/directory. Koj kuj hu rau Feem Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm cov nab npawb nyob hauv qab kawg ntawm phab ntawv no yog xav paub cov ntaub ntawv tshiab hais txog kws kho mob los sis xav thov kom muab *Phau Ntawv Teev Npe Kws Kho Mob thiab Chaw Muag Tshuaj* xaj tuaj rau koj.

Qhov tseem ceeb uas koj yuav tau paub ces peb kuj yuav hloov pauv qee yam rau peb pab pawg sib koom tes ua ke rau hauv lub xyoos. Yog koj tus kws kho mob tawm hauv pab qhov kev npaj kho mob lawm, koj muaj qee cov cai thiab kev tiv thaiv. Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv, mus saib rau **Tshooj 3** ntawm koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab*.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815** (TTY 711), thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib kp.org/medicare. 13



E. Kev hloov pauv cov nyiaj pab kho mob thiab cov nqi nyob rau xyoo tom ntej

E1. Kev hloov pauv cov nyiaj pab kho mob thiab cov nqi rau cov kev pab kho mob

Peb tab tom hloov pauv peb qhov kev duav nqi rau qee yam kev kho mob thiab yam uas koj yuav tau them rau tej nqi saib xyuas mob nkeeg uas raug duav nqi no rau lwm lub xyoo. Daim ntawv hauv qab no piav qhia txog tej kev hloov pauv no.

	2023 (xyoo no)	2024 (lwm xyoo)
<p>Kev xa cov puas mov tuaj rau tim tsev raws li koj qhov kev duav nqi ntawm Medicare</p> <p>Kev xa cov puas mov tuaj rau tim tsev kiag tam sis tom qab tawm tim tsev kho mob uas sib koom tes ua ke lawm raws li yog tus neeg pw kho vim muaj mob plawv nres.</p> <p>Lus Cim Tseg: Qhov kev hloov pauv no tsis siv rau koj li kev duav roos raws Medi-Cal.</p>	<p>Duav roos ob puas mov toj hnuv ntev txog plaub lub vij ua ke, ib lub xyoos twg pub ua tau ib zaug. Qhov yuav tau xa mus.</p>	<p>Tsis raug duav nqi.</p>
<p>Kev kho mob hlwb rau cov neeg mob pw hauv tsev kho mob</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peb duav roos ntau txog 190 hnuv toj ib lub sij hawm tsis tu ncuu rau kev pw hauv tsev kho mob hauv Medicare-certified lub tsev kho mob hlwb. • Sij hawm 190-hnuv txwv yuav siv tsis tau rau kev nyob kho mob puas hlwb hauv chav kho mob hlwb ntawm lub tsev kho mob ntau yam. Nws kuj tseem siv tsis tau rau kev nyob hauv lub tsev kho mob hlwb tau cuam tshuam nrog qee cov mob tshwj xeeb. 	<p>Peb pab them nqi pw hauv tsev kho mob tsis txwv.</p>



	2023 (xyoo no)	2024 (lwm xyoo)
<p>Cov Tshuaj Yuav Tau Tom Txee Muag Tshuaj (Over-the-Counter, OTC) Uas Siv Rau Kev Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Noj Qab Nyob Zoo</p> <p>Peb pab them nqi rau tej tshuaj OTC uas muaj npe nyob rau hauv daim ntawv teev npe OTC kom muab xa dawb tuaj rau tim tsev. Kev txib yuav tshuaj txhua zaus yuav tsum tsawg kawg yog \$25. Koj cov nqi txib yuav tshuaj yuav tsum tsis tshaj koj cov nqi txwv txiav hauv peb lub hlis. Qhov tsis tau siv ib qho txiaj ntsig txwv txiav hauv peb lub hlis twg mas yuav muab tshem mus rau peb lub hlis tom ntej tsis tau. (Koj cov nyiaj pab txwv txiav yuav rov qab pib dua rau Lub Ib Hlis hnuv tim 1, Lub Plaub Hlis hnuv tim 1, Lub Xya Hli hnuv tim 1, thiab Lub Kaum Hli hnuv tim 1).</p> <p>Xav saib peb daim ntawv teev npe thiab qhov txib yuav raws hauv online, thov mus saib hauv kp.org/otc/ca. Koj tuaj yeem hu xov tooj mus txib yuav los sis thov ib daim ntawv luam ntawm daim ntawv teev npe no es kom muab xa tuaj rau koj los ntawm kev hu rau 1-833-569-2360 (TTY 711), 7 a.m. txog 6 p.m. PST, hnuv Monday txog hnuv Friday.</p>	<p>Koj tuaj yeem txib yuav tej tshuaj OTC siab txog \$100 rau hauv cov nyiaj pab uas muaj ciaj ciam txwv hauv peb lub hlis.</p>	<p>Koj tuaj yeem txib yuav tej tshuaj OTC siab txog \$140 rau hauv cov nyiaj pab uas muaj ciaj ciam txwv hauv peb lub hlis.</p>



E2. Kev hloov pauv kev pab them nqi rau cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav

Tej kev hloov pauv rau peb Cov Npe Tshuaj

Tau hloov kho tshiab *Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj Uas Raug Pab Them Nqi* yog muaj nyob hauv peb lub vev xaib ntawm kp.org/seniorrx. Koj kuj tseem tuaj yeem hu rau Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm cov naj npawb nyob hauv qab kawg ntawm phab ntawv no yog xav paub cov ntaub ntawv tshiab los sis xav thov kom muab *Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj Uas Raug Pab Them Nqi* xa tuaj rau koj.

Peb tau hloov pauv rau peb Cov Npe Tshuaj, suav nrog tej kev hloov pauv rau cov tshuaj uas peb pab them nqi thiab hloov pauv rau tej kev txwv uas siv rau peb qhov kev pab them nqi rau qee cov tshuaj.

Saib Cov Npe Tshuaj **kom paub tseeb tias koj cov tshuaj yuav raug duav nqi rau lwm lub xyoo** thiab paub tias seb puas muaj ib yam kev txwv txiav dab tsi.

Yog koj raug cuam tshuam los ntawm ib qho kev hloov pauv rau kev duav nqi cov tshuaj, ces peb xav kom koj:

- Sib tham nrog koj tus kws kho mob (los sis lwm cov kws muag tshuaj) los mus nrhiav lwm yam tshuaj sib txawv uas peb duav nqi.
 - Koj tuaj yeem hu rau Feem Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm cov nab npawb xov toj nyob hauv phab ntawv kawg hauv qab no los mus thov cov npe tshuaj uas raug duav nqi uas kho mob tau ib yam.
 - Cov npe tshuaj no yuav pab koj tus kws kho mob nrhiav ib hom tshuaj uas raug duav nqi uas haum rau koj.
- Thov kom peb duav nqi ib ntus rau yam tshuaj kho mob.
 - Nyob rau qee qhov xwm txheej, peb duav nqi **ib ntus** rau tej tshuaj kho mob rau thaum sij hawm thawj 90 hnuv ntawm lub xyoo.
 - Qhov siv tau ib ntus no mas ntev txog 30 hnuv. (Yuav kawm kom paub ntau ntxiv txog thaum twg koj thiaj li tau txais tshuaj ib ntus thiab yuav thov ib qho li cas, saib rau ntawm **Tshooj 5** ntawm koj *Phau Ntawv Tswv Cuab*.)
 - Thaum koj tau txais ib qho kev pab tshuaj ib ntus, nrog koj tus kws kho mob tham txog yuav ua li cas thaum koj cov khoom siv mus ib ntus ntawd tag. Koj tuaj yeem hloov mus rau peb ib qho kev npaj pab them nqi sib txawv rau yam tshuaj los sis thov kom peb zam rau koj thiab pab them nqi rau koj hom tshuaj tam sim no.



- Qhov kev zam rau cov qauv tshuaj uas raug pom zoo tam sim no yuav tag sij hawm rau thaum tag lub xyoo txhua xyoo thiab yuav tsum tau rov qab xa ntawv mus thov kev pom zoo rau thaum lub xyoo pib tshiab.

Tej kev hloov pauv rau tej nqi ub no ntawm cov tshuaj

Muaj ob theem kev them nqi tshuaj rau koj qhov kev pab them nqi tshuaj Medicare Part D nyob rau hauv peb txoj kev npaj kho mob. Koj them npaum li cas yog nyob ntawm seb koj nyob rau them twg thaum lub sij hawm koj tau txais tshuaj. Ob them nod muaj xws li:

<p style="text-align: center;">Theem 1 Theem Pab Them Nqi Chiv Thawj</p>	<p style="text-align: center;">Theem 2 Theem Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj</p>
<p>Lub sij hawm nyob rau qeb no, peb qhov kev npaj kho mob mam li them feem nqi ntawm koj cov tshuaj, thiab koj mam li them koj feem uas koom them. Koj qhov nqi koj nrog them yog hu ua tus nqi sib koom them.</p> <p>Koj mam li pib rau qeb no thaum koj sau koj daim ntawv yuav tshuaj thawj zaug rau ntawm lub xyoo.</p>	<p>Thaum sij hawm nyob rau theem no, txoj kev npaj kho mob yuav them tag nrho ntawm cov nqi ntawm koj cov tshuaj mus txog ntua Lub Kaum Ob Hlis 31, 2024.</p> <p>Koj pib nyob rau theem no kom tom qab koj them cov nqi uas yus tus kheej rho nyiaj hauv hnab tshos them ib txhia lawm.</p>

Theem Kev Pab Them Nqi Chiv Thawj yuav xaus thaum tag nrho koj cov nqi uas yus tus kheej rho nyiaj hauv hnab tshos los them rau cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav siab txog li qhov txwv **\$8,000**. Thaum lub sij hawm ntawd, Theem Kev Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj yuav pib. Peb txoj kev npaj kho mob pab them tag nrho koj cov nqi tshuaj txij thaum ntawd mus txog rau thaum xaus ntawm lub xyoo. Mus saib rau **Tshooj 6** ntawm koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* kom paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv txog tias seb koj yuav them nyiaj ntau npaum li cas rau cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav.

E3. Theem 1: "Theem Pab Them Nqi Chiv Thawj"

Lub sij hawm nyob rau Qeb Duav Roos Thaum Xub Thawj, peb qhov kev npaj kho mob mam li them feem nqi koom them ntawm koj cov tshuaj uas raug duav nqi, thiab koj mam li them koj feem uas koom them. Koj qhov nqi koj nrog them yog hu ua tus nqi sib koom them. Tus nqi sib koom them yog nyob ntawm them tus nqi sib faib them cov tshuaj nyob rau hauv thiab qhov chaw uas koj tau txais tshuaj. Koj them nyiaj rau tus nqi uas sib koom them txhua zaus uas koj mus nqa tshuaj raws li daim ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj. Yog tias koj cov tshuaj raug them nqi tsawg dua qhov nqi sib koom them nyiaj, koj them tus nqi qis dua.



Peb thau tshem qee yam tshuaj nyob rau hauv peb Daim Ntawv Teev Tshuaj mus rau theem tshuaj uas qis dua los yog siab dua. Yog tias koj cov tshuaj tau muab tshem mus ntawm qib mus rau ib theem tom ntej lawm, qhov no tuaj yeem cuam tshuam rau koj tus nqi sib koom them. Yog xav paub seb koj cov tshuaj puas nyob rau hauv lwm theem, ces saib cov tshuaj ntawd hauv peb Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj.

Lub kem nram qab no qhia koj cov nqi tshuaj nyob rau hauv txhua theem ntawm peb ob theem tshuaj. Cov nyiaj no **tsuas yog** siv tau thaum sij hawm thaum uas koj tseem nyob hauv Theem Pab Them Nqi Chiv Thawj nkaus xwb.

	2023 (xyoo no)	2024 (lwm xyoo)
<p>Cov Tshuaj nyob hauv Theem 1-2</p> <p>(muaj xws li cov tshuaj thuaj pais)</p> <p>Tus nqi them rau kev muab tshuaj hauv Theem 1 thiab 2 yog ntev txog ib lub hlis uas tau sau rau ntawm lub tsev muag tshuaj hauv pab pawg kho mob koom tes ua ke</p>	<p>Koj tus nqi sib koom them rau ib lub hlis (muab tshuaj los siv txog 30-hnub) yog \$0-\$4.15 toj ib daim ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj, nyob ntawm koj theem “Kev Pab Ntxiv.”</p>	<p>Koj tus nqi sib koom them rau ib lub hlis (muab tshuaj los siv txog 30-hnub) yog \$0-\$4.50 toj ib daim ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj, nyob ntawm koj theem “Kev Pab Ntxiv.”</p>
<p>Cov Tshuaj nyob hauv Theem 3-5</p> <p>(muaj xam nrog cov tshuaj muaj npe thiab cov tshuaj tshwj xeeb)</p> <p>Tus nqi them rau kev muab tshuaj hauv Theem 3 mus txog 5 yog ntev txog ib lub hlis uas tau sau rau ntawm lub tsev muag tshuaj hauv pab pawg kho mob koom tes ua ke</p>	<p>Koj tus nqi sib koom them rau ib lub hlis (muab tshuaj los siv txog 30-hnub) yog \$0-\$10.35 toj ib daim ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj, nyob ntawm koj theem “Kev Pab Ntxiv.”</p>	<p>Koj tus nqi sib koom them rau ib lub hlis (muab tshuaj los siv txog 30-hnub) yog \$0-\$11.20 toj ib daim ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj, nyob ntawm koj theem “Kev Pab Ntxiv.”</p>



Theem Pab Them Nqi Chiv Thawj yuav tag thaum tag nrho koj cov nqi yuav tau them txog **\$8,000**. Thaum lub sij hawm ntawd Theem Kev Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj yuav pib. Txoj kev npaj kho mob pab them tag nrho koj cov nqi tshuaj txij thaum ntawd mus txog rau thaum xaus ntawm lub xyoo. Mus saib rau **Tshooj 6** ntawm koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* kom paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv txog tias seb koj them nyiaj ntau npaum li cas rau cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav.

E4. Theem 2: "Theem Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj"

Thaum koj rho nyiaj hauv hnab tshos them nto qhov txwv tsis pub dhau **\$8,000** rau koj cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav, Theem Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj yuav pib. koj nyob rau hauv Theem Pab Them Nqi Rau Qhov Puas Tsuj Loj kom txog thaum kawg ntawm lub xyoo.

- Yog xav nrhiav cov ntaub ntawv qhia ntxiv txog koj cov tshuaj uas kws kho mob sau ntawv yuav uas Medicare thiab Medi-Cal pab them nqi rau, mus saib *Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj Uas Raug Pab Them Nqi*.

F. Kev hloov pauv kev tswj hwm

	2023 (xyoo no)	2024 (lwm xyoo)
Cov npawb Ntawv Cog Lus thiab Txoj Phiaj Xwm Cov Txiaj Ntsig Teev Tseg (PBP)	Koj txoj kev npaj kho mob tam sim no, Kaiser Permanente Senior Advantage Medicare Medi-Cal Plan, yog kuj tseem hu ua Contract H0524, PBP #030.	Koj txoj kev npaj kho mob tshiab, Senior Advantage Medicare Medi-Cal North P2 Plan, yog kuj tseem hu ua Contract H8794, PBP #002.

G. Kev xaiv ib txoj kev npaj kho mob

G1. Kev nyob hauv peb txoj kev npaj kho mob

Peb vam tias yuav ua kom koj yog ib tug tswv cuab rau ntawm qhov kev npaj kho mob txuas mus ntxiv. Koj tsis tas yuav ua dab tsi thiaj li yuav nyob nrog peb qhov kev npaj kho mob. Yog koj **tsis** hloov mus rau lwm qhov kev npaj kho mob ntawm Medicare los sis hloov mus rau Medicare Thaum Chiv Thawj, ces koj yeej cia li raug tso npe ua ib tug tswv cuab ntawm peb qhov kev npaj kho mob rau xyoo 2024 lawm.



G2. Kev hloov pauv cov kev npaj kho mob

Cov neeg feem coob uas muaj Medicare tuaj yeem tso tseg lawv qhov ua tswv cuab rau qee lub sij hawm ntawm lub xyoo tau. Vim hais tias koj muaj Medi-Cal, tej zaum koj muaj peev xwm tso tseg koj qhov ua tswv cuab rau hauv peb qhov kev npaj kho mob los sis hloov mus rau ib qho kev npaj kho mob sib txawv rau thaum ib lub sij hawm xws li nram qab no **Sij Hawm Tso Npe Tshwj Xeeb**:

- Lub Ib Hlis txog Lub Peb Hlis
- Lub Plaub Hlis txog Lub Rau Hli
- Lub Xya Hli txog Lub Cuaj Hli

Ntxiv rau ntawm peb zeeg sij hawm Tso Npe Tshwj Xeeb no lawm, tej zaum koj yuav tso tseg koj qhov ua tswv cuab rau hauv peb qhov kev npaj kho mob rau cov sij hawm xws li nram qab no:

- Lub Sij Hawm **Tso Npe Hauv Ib Lub Xyoos Puag Ncig**, uas yuav pib txij thaum hnuv tim 15 lub Kaum Hli txog hnuv tim 7 lub Kaum Ob Hli. Yog koj xaiv ib qho kev npaj kho mob tshiab rau lub sij hawm no, ko qhov ua tswv cuab hauv peb qhov kev npaj kho mob yuav tag lawm rau thaum hnuv tim 31 lub Kaum Ob Hlis thiab koj qhov ua tswv cuab rau hauv peb qhov kev npaj kho mob tshiab yuav pib rau hnuv tim 1 lub Ib Hlis.
- Lub Sij Hawm **Qhib Tso Npe Rau Medicare Advantage (MA)**, uas yuav pib txij thaum hnuv tim 1 lub Ib Hlis mus tog hnuv tim 31 lub Peb Hlis. Yog koj xaiv ib qho kev npaj kho mob tshiab rau lub sij hawm no, koj qhov ua tswv cuab hauv qhov kev npaj kho mob tshiab yuav pib rau thawj hnuv ntawm lub hlis tom ntej.

Tej zaum yuav muaj lwm yam xwm txheej thaum koj tsim nyog los hloov ib qho rau koj qhov tso npe. Piv txwv li, thaum:

- koj tsiv tawm ntawm koj thaj chaw muab kev saib xyuas lawm,
- koj qhov tsim nyog rau Medi-Cal los sis qhov Kev Pab Tshwj Xeeb yeej raug hloov, **los sis**
- yog tam sim no koj tau tsiv los lawm, tam sim no tab tom tau txais kev saib xyuas, los sis nyuam qhuav tsiv tawm ntawm ib lub chaw tu neeg mob los sis ib lub tev kho mob uas saib xyuas mus ntev.



Koj tej kev saib xyuas ntawm Medicare

Koj muaj peb feem kev xaiv rau qhov yuav tau txais tej kev saib xyuas ntawm Medicare. Thaum xaiv ib ntawm cov kev xaiv no, koj yeej cia li tso tseg koj qhov ua tswv cuab rau hauv peb qhov kev npaj kho mob lawm.

<p>1. Koj tuaj yeem hloov mus rau:</p> <p>Lwm qhov kev npaj kho mob ntawm Medicare, suav txog lwm qhov Kev Npaj Kho Mob ntawm Medicare Medi-Cal</p>	<p>Nov yog yam uas koj yuav tau ua:</p> <p>Hu rau Medicare rau ntawm 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 teev toj ib hnuv, 7 hnuv toj ib lub vij. Cov neeg siv TTY yuav tau hu rau 1-877-486-2048.</p> <p>Txog rau cov lus nug ntsig txog Program of All inclusive Care for the Elderly (PACE), hu rau 1-855-921-PACE (7223).</p> <p>Yog koj xav tau kev pab los sis xav tau cov ntaub ntawv ntau ntxiv:</p> <ul style="list-style-type: none">• Hu rau California Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP) rau ntawm 1-800-434-0222, Monday through Friday thaum 8:00 a.m. txog 5:00 p.m. (TTY 711). Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv los sis kom nrhiav lub chaw hauj lwm hauv zej zog HICAP hauv koj thaj chaw, thov mus saib hauv www.aging.ca.gov/Programs_and_Services/Medicare_Counseling/. <p>LOS SIS</p> <p>Tso npe rau ib qho kev npaj kho mob tshiab ntawm Medicare.</p> <p>Koj yuav cia li raug thim tso npe tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob thaum koj qhov kev npaj kho mob tshiab pib. Ces tej zaum koj qhov kev npaj kho mob ntawm Medi-Cal yuav hloov.</p>
---	--



<p>2. Koj tuaj yeem hloov mus rau:</p> <p>Medicare Thaum Chiv Thawj nrog rau ib qho kev npaj them nqi tshuaj ntawm Medicare</p>	<p>Nov yog yam uas koj yuav tau ua:</p> <p>Hu rau Medicare rau ntawm 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 teev toj ib hnuv, 7 hnuv toj ib lub vij. Cov neeg siv TTY yuav tau hu rau 1-877-486-2048.</p> <p>Yog koj xav tau kev pab los sis xav tau cov ntaub ntawv ntau ntxiv:</p> <ul style="list-style-type: none">• Hu rau California Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP) rau ntawm 1-800-434-0222, Monday through Friday thaum 8:00 a.m. txog 5:00 p.m. (TTY 711). Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv los sis kom nrhiav lub chaw hauj lwm hauv zej zog HICAP hauv koj thaj chaw, thov mus saib hauv www.aging.ca.gov/Programs_and_Services/Medicare_Counseling/. <p>LOS SIS</p> <p>Tso npe rau ib qho kev npaj them nqi tshuaj tshiab ntawm Medicare.</p> <p>Koj yuav cia li raug thim tso npe tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob thaum koj qhov kev duav nqi ntawm Medicare Thaum Chiv Thawj pib.</p> <p>Koj qhov kev npaj kho mob ntawm Medi-Cal yuav tsis hloov.</p>
---	--



3. Koj tuaj yeem hloov mus rau:

Medicare Thaum Chiv Thawj nrog rau ib qho kev npaj them nqi tshuaj ntawm Medicare

NCO TSEG: Yog koj hloov mus rau qhov Medicare Thaum Chiv Thawj thiab tsis tso npe rau hauv ib qho kev npaj them nqi tshuaj ntawm Medicare, ces Medicare yuav tso koj npe rau hauv ib qho kev npaj them nqi tshuaj rau koj, tshwj tsis yog koj qhia rau Medicare tias koj tsis xav koom lawm.

Koj yuav tau tso tseg qhov kev duav nqi rau kev them nqi tshuaj yog tias koj muaj kev duav nqi rau cov nqi tshuaj los ntawm lwm lub chaw, xws li ib tug tswv num los sis ib lub koom haum. Yog tias koj muaj lus nug seb koj puas yuav tsum tau kev duav nqi rau cov tshuaj, hu rau California Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP) rau ntawm **1-800-434-0222**, Monday txog Friday thaum 8:00 a.m. txog 5:00 p.m. Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv los sis kom nrhiav lub chaw hauj lwm hauv zej zog HICAP hauv koj thaj chaw, thov mus saib hauv www.aging.ca.gov/Programs_and_Services/Medicare_Counseling/.

Nov yog yam uas koj yuav tau ua:

Hu rau Medicare rau ntawm **1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)**, 24 teev toj ib hnuv, 7 hnuv toj ib lub vij. Cov neeg siv TTY yuav tau hu rau **1-877-486-2048**.

Yog koj xav tau kev pab los sis xav tau cov ntaub ntawv ntau ntxiv:

- Hu rau California Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP) rau ntawm **1-800-434-0222**, Monday through Friday thaum 8:00 a.m. txog 5:00 p.m. (TTY **711**). Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv los sis kom nrhiav lub chaw hauj lwm hauv zej zog HICAP hauv koj thaj chaw, thov mus saib hauv www.aging.ca.gov/Programs_and_Services/Medicare_Counseling/.

Koj yuav cia li raug thim tso npe tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob thaum koj qhov kev duav nqi ntawm Medicare Thaum Chiv Thawj pib.

Koj qhov kev npaj kho mob ntawm Medi-Cal yuav tsis hloov.

Koj tej kev saib xyuas ntawm Medi-Cal

Yog xav paub cov lus nug txog qhov yuav xaiv ib qho kev npaj kho mob ntawm Medi-Cal los sis yuav tau txais koj tej kev saib xyuas ntawm Medi-Cal tom qab koj tawm hauv pebb qhov kev npaj kho mob lawm, ces tiv toj rau Health Care Options rau ntawm **1-800-430-4263**, Monday – Friday, thaum 8:00 a.m. txog 6:00 p.m. Cov neeg siv TTY yuav tau hu rau **1-800-430-7077**. Nug seb yuav mus koom lwm qhov kev npaj kho mob li cas los sis qhov rov qab mus rau qhov Medicare Thaum Chiv Thawj yuav cuam tshuam li cas rau koj qhov yuav tau txais kev duav nqi ntawm Medi-Cal li cas.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib kp.org/medicare. 23



H. Txais kev pab

H1. Peb txoj kev npaj kho mob

Peb tuaj ntawm no yog tuaj pab yog tias koj muaj ib nqe lus nug dab tsi. Hu rau Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm cov naj npawb nyob hauv qab kawg ntawm nplooj ntawv no rau sij hawm yav nruab hnuab thiab thaum sij hawm ua hauj lwm. Cov kev hu xov tooj nod yog hu dawb xwb.

Nyeem koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab*

Koj *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* yog ib txoj cai, piav qhia ntxaws txog peb cov nyiaj pab ntawm qhov kev npaj kho mob. Nws muaj qhov hais ntxaws txog cov nyiaj pab thiab cov nqi rau xyoo 2024. Phau ntawv no piav qhia txog koj cov cai thiab cov kev cai uas yuav tau ua raws thiaj li tau txais kev saib xyuas thiab cov tshuaj uas peb duav nqi.

Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab rau xyoo 2024 yuav muaj txij thaum Lub Kaum Hli Ntuj tim 15. Yog yuav theej *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* uas muaj siv tam sim no yog muaj nyob hauv peb lub vev xaib ntawm [kp.org/eocncal](https://www.kp.org/eocncal). Koj kuj tseem tuaj yeem hu rau Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm cov naj npawb xov tooj nyob hauv qab kawg ntawm nplooj ntawv ntawd txhawm rau thov kom peb xa ib *Phau Ntawv Qhia Tswv Cuab* rau xyoo 2024 tuaj rau koj.

Peb lub website

Koj tuaj yeem mus saib peb lub vev xaib ntawm [kp.org/medicare](https://www.kp.org/medicare). Thov nco ntsoov tias, peb lub vev xaib muaj cov ntaub ntawv hloov tshiab hais txog peb cov kws muab kev pab kho mob thiab tsev muag tshuaj hauv pab pawg kho mob koom tes ua ke (*Phau Ntawv Teev Cov Kws Muab Kev Pab Kho Mob thiab Tsev Muag Tshuaj*) thiab peb Daim Ntawv Qhia Tshuaj (*Daim Ntawv Teev Npe Tshuaj Uas Raug Pab Them Nqi*).

H2. Kev Pab Tswv Yim Fab Is Saws Las Kho Mob (Health Insurance Counseling and Advocacy Program, HICAP)

Koj tuaj yeem hu rau State Health Insurance Assistance Program (SHIP). Nyob rau hauv California, khoos kas SHIP raug hu ua Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP). HICAP cov kws pab tswv yim tuaj yeem pab ua kom koj nkag siab koj tej kev xaiv npaj kho mob thiab teb cov nqe lus nug txog qhov hloov pauv cov kev npaj kho mob. Khoos kas HICAP tsis muaj feem xyuam nrog peb los sis nrog ib lub tuam txhab is saws las los sis ib qho kev npaj kho mob twg. Khoos kas HICAP muaj cov kws pab tswv yim uas raug cob qhia zoo nyob rau hauv txhua cheeb tsam nroog, thiab muaj cov kev saib xyuas pub dawb. HICAP tus nab npawb xov tooj yog **1-800-434-0222**. (TTY **711**.) Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv los sis kom nrhiav lub chaw hauj lwm hauv zej zog HICAP hauv koj thaj chaw, thov mus saib hauv www.aging.ca.gov/Programs_and_Services/Medicare_Counseling/.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuab hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib [kp.org/medicare](https://www.kp.org/medicare). 24



H3. Tsoom Fwv Qhov Khoos Kas

Medicare Medi-Cal Cov Khoos Kas Ntawm Tsoom Fwv tuaj yeem pab koj tau yog tias koj muaj teeb meem nrog peb qhov kev npaj kho mob. Tej kev saib xyuas ntawm lub chaw leg hauj lwm ntawm tsoom fwv no mas pab dawb thiab muaj neeg hais ua txhua hom lus. Medicare Medi-Cal Cov Khoos Kas Ntawm Tsoom Fwv:

- ua hauj lwm zoo li ib tug kws pab tswv yim sawv cev tam rau koj tus kheej. Lawv tuaj yeem teb txhua cov nqe lus nug yog tias koj muaj teeb meem los sis tsis txaus siab dab tsi thiab tuaj yeem pab ua kom koj to taub txog yam uas yuav tau ua.
- saib xyuas kom koj muaj tej ntaub ntawv ntsig txog rau koj cov cai thiab tej kev tiv thaiv thiab koj tej kev txhawj xeeb yuav raug daws li cas.
- tsis muaj feem xyuam nrog peb los sis nrog ib lub tuam txhab is saws las los sis ib qho kev npaj kho mob twg. Tus naj npawb xov tooj ntawm Tsoom Fwv Qhov Khoos Kas Medicare Medi-Cal yog **1-888-804-3536**.

H4. Medicare

Yuav tau txais cov ntaub ntawv ncaj qha tuaj ntawm Medicare, ces hu rau **1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)**, 24 teev toj ib hnuv, 7 hnuv toj ib lub vij. Cov neeg siv TTY yuav tsum hu rau **1-877-486-2048**.

Medicare lub Website

Koj tuaj yeem mus saib hauv Medicare lub vev xaib (**www.medicare.gov**). Yog koj xaiv thim npe tawm hauv peb qhov kev npaj kho mob thiab tso npe rau lwm qhov kev npaj kho mob ntawm Medicare, Medicare lub website muaj cov ntaub ntawv hais txog tej nqi, kev duav nqi, thiab kev ntaus nqi zoo rau qhov muab cov kev npaj kho mob los sib piv qhia rau koj.

Koj tuaj yeem nrhiav cov ntaub ntawv hais txog cov kev npaj kho mob ntawm Medicare uas muaj nyob rau hauv koj thaj chaw los ntawm kev siv Medicare Plan Finder on Medicare lub website. (Kom paub cov ntaub ntawv ntau ntxiv txog cov phiaj xwm, ces mus rau **www.medicare.gov** thiab nias rau ntawm “Nrhiav cov phiaj xwm”).

Medicare & You 2024

Koj tuaj yeem nyeem phau ntawv qhia ntawm khoos kas *Medicare & You 2024*. Txhua lub xyoo rau thaum caij nplooj ntoos zeeg, yuav muab phau ntawv no xa tuaj rau cov neeg uas muaj Medicare. Phau ntawv no muaj cov ntsiab lus ntawm cov nyiaj pab ntawm Medicare, cov cai thiab cov kev tiv thaiv, thiab cov nqe lus teb rau cov nqe lus nug uas keev neeg txog rau ntawm Medicare. Phau ntawv no kuj muaj sau ua ntawv Xabpeesniv, Ntawv Suav, thiab Ntawv Nyab Laj thiab.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815 (TTY 711)**, thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib **kp.org/medicare**. 25



Yog koj tsis muaj ib phau ntawv theej ntawm phau ntawv siv no, koj tuaj yeem tau txais ib phau rau ntawm Medicare lub vev xaib (www.medicare.gov/Pubs/pdf/10050-medicare-and-you.pdf) los sis hu rau 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227), 24 xuaj moos toj ib hnuv, 7 hnuv toj ib lub lim tiam. Cov neeg siv TTY yuav tau hu rau **18774862048**.

H5. California Department of Managed Health Care

California Department of Managed Health Care (DMHC) yuav saib xyuas txog kev tsim txoj cai saib muab kev saib xyuas kev noj qab haus huv. Lub chaw DMHC Help Center tuaj yeem pab koj thov hais kom rov qab txiav txim dua thiab thov hais kev tsis txaus siab txog tej kev saib xyuas ntawm Medi-Cal. Yog koj muaj ib qho tsis txaus siab rau koj qhov kev npaj saib xyuas mob nkeeg, koj yuav tau hu xov tooj ua ntej mus rau koj qhov kev npaj saib xyuas mob nkeeg rau ntawm tus xov tooj hu dawb **1-800-443-0815** thiab siv txheej txheem hais qhov tsis txaus siab ua ntej hu rau lub tsev hauj lwm loj. Kev hais qhov tsis txaus siab no yuav tsis raug txwv txog kev pab cov cai los sis feem kev kho mob uas yuav muab rau koj. Yog koj xav tau kev pab hais ibqho tsis txaus siab los ntawm kis saib xyuas xwm txheej kub ntxhov ceev, koj tseem tsis txaus siab rau qhov daws qhov teeb meem ntawm koj hom kev npaj saib xyuas kev noj qab haus huv, los sis tseem tsis tau daws qhov teeb meem ntev txog 30 hnuv, tej zaum koj tuaj yeem hu mus thov kev pab rau ntawm lub tsev hauj lwm loj. Tej zaum koj tsim nyog txais qhov Tshuaj Xyuas Kev Kho Mob Ywj Pheej (Independent Medical Review, IMR). Yog koj muaj cai rau kis IMR, yuav tau rov qab saib xyuas raws li txheej txheem IMR txog feem kev txiav txim siab kho mob rau koj los sis tau muab kev saib xyuas rau koj, kev txiav txim pab them cov nqi kho mob rau feem kev sim kho mob los sis feem tshuaj ntsuam xyuas keeb kwm ntawm tus mob thiab qhov tsis pom zoo them cov nqi rau kis saib xyuas xwm txheej kub ntxhov ceev los sis kev kho mob sai sai. Lub tsev hauj lwm loj kuj muaj tus xov tooj hu dawb (**1-888-466-2219**) thiab tus xov tooj TDD (**1877-688-9891**) rau cov neeg hnov lus tsis zoo thiab hais lus tsis taus. Feem hauj lwm lub vev xaib is taws nem www.dmhc.ca.gov muaj cov foos hais kev tsis txaus siab, cov foos ua ntawv thov IMR thiab cov lus qhia hauv online.

Yog tias koj muaj lus nug dab tsi, thov hu rau Kaiser Permanente Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), thaum 8 a.m. txog 8 p.m., 7 hnuv hauv ib lub lim tiam. Hu dawb xwb. **Yog xav paub cov ntaub ntawv qhia ntxiv**, mus saib kp.org/medicare. 26



Tsab Ntawv Ceeb Toom txog Kev Tsis Pub Muaj Kev Ntxub Ntxaug

Kaiser Permanente ua raws li tsoom fwm tebchaws cov kev cai lij choj hais txog pej xeem cov cai uas tsim nyog thiab tsis ntxub ntxaug uas saib raws lub hauv paus ntawm haiv neeg, tsos cev nqaij daim tawv, keeb kwm haiv neeg, hnuv nyoog, kev tsis taus, lossis poj niam-txiv neej.

Kaiser Permanente tsis cais cov neeg lossis tiam lawv sib txawv yeeb vim haiv neeg, tsos cev nqaij daim tawv, keeb kwm haiv neeg, hnuv nyoog, kev tsis taus, lossis poj niam-txiv neej. Peb kuj tseem:

- Muab cov kev pab dawb thiab kev pab cuam rau cov tib neeg uas muaj cov kev tsis taus kom muaj kev sib txuas lus tau zoo nrog peb, xws li:
 - Cov neeg txhais lus piav tes uas tsim nyog
 - Cov xov xwm ntawv sau ua lwm yam qauv, xws li luam tawm kom loj, ua suab lus, thiab cov qauv raws tshuab hluav taws xob uas nkag tau.
- Muab kev txhais lus pub dawb rau cov neeg uas yam lus xub thawj tsis yog lus Askiv, xws li:
 - Cov neeg txhais lus uas tsim nyog.
 - Cov xov xwm uas muab sau ua lwm yam lus.

Yog hais tias koj xav tau cov kev pab cuam no, ces hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm **1-800-443-0815 (TTY 711)**, thaum 8 teev sawv ntxov txog 8 teev tsaus ntuj, ib lim tiam xya hnuv.

Yog koj ntseeg hais tias Kaiser Permanente tsis tau muab cov kev pab cuam no lossis tau ntxub ntxaug mus rau lwm txoj hauv kev uas saib raws lub hauv paus ntawm haiv neeg, tsos cev nqaij daim tawv, keeb kwm haiv neeg, hnuv nyoog, kev tsis taus, lossis poj niam-txiv neej, koj tuaj yeem xa ntawv tsis txaus siab mus rau peb Tus Neeg Cev Ncauj Cev Lus Txog Pej Xeem Cov Cai los ntawm kev sau ntawv mus rau One Kaiser Plaza, 12th Floor, Suite 1223, Oakland, CA 94612 lossis los ntawm kev hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab ntawm tus nab npawb xov tooj uas tau teev tseg saum toj saud. Koj tuaj yeem sau ntawv foob kev tsis txaus siab tau raws kev xa ntawv lossis kev hu xov tooj. Yog tias koj xav tau kev pab txog kev sau ntawv foob kev tsis txaus siab, peb Tus Neeg Cev Ncauj Cev Lus Txog Pej Xeem Cov Cai yuav txaus siab yuav pab koj. Koj kuj tseem tuaj yeem foob kev tsis txaus siab mus rau Tsoomfwm Meskas Lub Tsev Haujlwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Tib Neeg, Chaw Ua Haujlwm Saib Xyuas Pej Xeem Cov Cai raws tshuab hluav taws xob rau ntawm chav lis haujlwm txog Kev Hais Qhov Tsis Txaus Siab Ntawm Pej Xeem nyob rau ntawm <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, lossis raws kev xa ntawv lossis kev hu xov tooj ntawm: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)**. Muaj cov foos qhia kev tsis txaus siab nyob ntawm: <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Daim Ntawv Ceeb Toom txog Kev Tsis Xaiv Tib Neeg Ntsej Muag

Txoj kev xaiv tib neeg ntsej muag yeej txhaum txoj kev cai lis choj. Kaiser Permanente ua raws li lub Xeev thiab Tuam Tsoom Fwv tej kev cai lis choj hais txog pej xeeem.

Kaiser Permanente tsis txhaum kev cai es xaiv tib neeg ntsej muag, cais tib neeg tawm, los sis ua txawv rau lawv vim yog hnuv nyoog, ib haiv neeg twg, ib hom neeg tsawg, cev nqaij daim ntawv yog xim dab tsi, neeg tuaj teb chaws twg tuaj, keeb kwm kab lig kev cai, neeg keeb kwm caj ceg, kev ntseeg, txiv neej los yog poj niam, kev yog txiv neej los yog poj niam, kev nyiam coj li txiv neej los yog poj niam, nyiam nrog txiv neej los sis poj niam pw ua ke, muaj txij nkawm los yog tsis muaj, neeg muaj kev xiam hoob qhab ntawm sab cev los sis sab paj hlwb, muaj kev mob kev nkees, muaj kev them nqi li cas, cov ntaub ntawv noob neej caj ceg, neeg pej xeeem, yus thawj yam lus, los sis tseem yog neeg hla teb chaws.

Kaiser Permanente muab tej kev pab nram qab no:

- Muab kev pab thiab khoom pab yeej tsis sau nqi rau cov neeg uas xiam hoob qhab kom lawv haj yam txawj nrog peb sib txuas lus, zoo li:
 - ◆ Muaj neeg uas txawj piav tes txhais lus
 - ◆ Muab cov ntawv ua lwm yam lus (lus braille, ua ntawv loj, kaw hauv kab xev, hauv lwm yam ntawv hluav taws xob, thiab lwm yam)
- Tsis sau nqi pab txhais lus rau cov neeg uas thawj thawj yam lus tsis yog lus As Kiv, zoo li:
 - ◆ Cov neeg txawj txhais lus
 - ◆ Ntaub ntawv uas muab sau ua lwm yam lus

Yog koj xav tau tej kev pab no, hu peb Qhov Chaw Pab Tswv Cuab nyob ntawm **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 xuab moos tauj ib hnuv, 7 hnuv tauj ib lim piam (tsuas yog thaum kaw tej hnuv phav). Yog koj tsis hnov lus los yog hais lus tsis tau zoo, thov hu mus rau **711**.

Thaum thov, yuav muab daim ntawv no rau koj ua lus braille, ntawv loj, kaw hauv kab xev, los sis lwm yam hluav taws xob. Yog xav tau ib daim luam ua lwm yam li sau tseg no, los sis ua lwm yam, hu peb Qhov Chaw Pab Tswv Cuab thiab thov lawv muab yam uas koj xav tau.

Ua li cas thiaj qhia lus tsis txaus siab mus rau Kaiser Permanente

Koj muaj cai qhia lus tsis txaus siab hais tias leej twg tau xaiv koj ntsej muag hauv Kaiser Permanente yog tias koj xav tias peb tsis tau muab tej kev pab no los yog txhaum txoj kev cai xaiv tib neeg ntsej muag ua lwm yam rau koj. Thov koj saib hauv koj *Daim Ntawv Ua Pov Thawj ntawm Kev Pab Them Nqi (Evidence of Coverage)* los sis *Daim Ntawv Ua Pov Thawj ntawm Pab Kas Phais (Certificate of Insurance)* yog xav paub ntxiv. Koj kuj mam li hu mus nrog ib tug neeg Pab Tswv Cuab tham seb koj muaj tej kev xaiv zoo li cas. Thov hu mus rau Qhov Chaw Pab Tswv Cuab yog koj xav tau kev pab qhia lus tsis txaus siab.

Koj muaj cai hais lus tsis txaus siab txog kev xaiv tib neeg ntsej muag ua li no:

- **Hauv xov tooj:** Hu Qhov Chaw Pab Tswv Cuab nyob ntawm **1 800-464-4000** (TTY **711**)
24 xuab moos tauj ib hnub, 7 hnub tauj ib lim piam (tsuas yog thaum kaw tej hnub phav)
- **Xa hauv ntawv:** Hu peb nyob ntawm **1 800-464-4000** (TTY **711**) thiab thov lawv xa ib daim ntawv tuaj rau koj
- **Tim ntsej tim muag:** Sau ib daim ntawv Qhia Lus Tsis Txaus Siab los sis Thov Kom Tau Nqi/Nyiaj Them rov qab rau ntawm ib Qhov Chaw Pab Tswv Cuab rau ntawm ib Lub Tsev Koom Qhov Kev Npaj (mus saib koj daim teev cov kws kho mob rau ntawm kp.org/facilities kom tau tej qhov chaw nyob)
- **Nyob online:** Siv daim ntawv nyob online hauv peb qhov chaw website nyob ntawm kp.org

Koj kuj muaj cai tiv tauj ncaj qha rau Kaiser Permanente Tus Kws Pab Saib Xyuas Pej Xeem Cov Cai (Civil Rights Coordinator) hauv tej qhov chaw nram qab no:

Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator
Member Relations Grievance Operations
P.O. Box 939001
San Diego CA 92193

Yuav ua li cas thiaj qhia lus tsis txaus siab rau California lub Rooj Tsav Xwm rau Kev Kho Mob lub Hoob Has Pab Saib Xyuas Tib Neeg Tej Cai (California Department of Health Care Services Office of Civil Rights) *(Rau cov Neeg Txais Medi-Cal Nkaus Xwb)*

Koj kuj muaj cai qhia lus tsis txaus siab txog pej xeem tej cai nrog rau California lub Rooj Tsav Xwm rau Kev Kho Mob lub Hoob Has Pab Saib Xyuas Tib Neeg Tej Cai hauv ntawv, hauv xov tooj, los sis sau ib tsab email:

- **Hauv xov tooj:** Hu DHCS lub Hoob Kas Saib Xyuas Tib Neeg Tej Cai nyob ntawm **916-440-7370** (TTY **711**)
- **Xa hauv ntawv:** Ua ib daim ntawv qhia lus tsis txaus siab los yog xa ib tsab ntawv mus rau:
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
Cov ntawv qhia lus tsis txaus siab nyob rau ntawm:
http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx
- **Nyob online:** Xa ib tsab email mus rau CivilRights@dhcs.ca.gov

Yuav qhia lus tsis txaus siab li cas mus rau Tsoom Fwv Meskas Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Pab Rau Tib Neeg (U.S. Department of Health and Human Services Office of Civil Rights)

Koj muaj cai qhia lus tsis txaus siab hais txog kev xaiv tib neeg ntsej muag mus rau Tsoom Fwv Meskas Lub Tsev Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Pab Rau Tib Neeg

(U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights). Koj muaj cai qhia lus tsis txaus siab hauv ntawv, hauv xov tooj, los sis nyob online:

- **Hauv xov tooj:** Hu **1-800-368-1019** (TTY **711** los sis **1-800-537-7697**)
- **Xa hauv ntawv:** Ua ib daim ntawv qhia lus tsis txaus siab los yog xa ib tsab ntawv mus rau:

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

Muaj cov ntawv qhia lus tsis txaus siab nyob ntawm:

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

- **Nyob online:** Xyuas lub Hoob Kas rau Tib Neeg Tej Cai Chaw Qhia Lus Tsis Txaus Siab (Office of Civil Rights Complaint Portal) nyob ntawm:
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Multi-Language Insert

Multi-language Interpreter Services

English: We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

Spanish: Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

Chinese Mandarin: 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑问。如果您需要此翻译服务，请致电 **1-800-443-0815 (TTY 711)**。我们的中文工作人员很乐意帮助您。这是一项免费服务。

Chinese Cantonese: 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯服務。如需翻譯服務，請致電 **1-800-443-0815 (TTY 711)**。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這是一項免費服務。

Tagalog: Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasaling-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggamot. Upang makakuha ng tagasaling-wika, tawagan lamang kami sa **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

French: Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

Vietnamese: Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quý vị cần thông dịch viên xin gọi **1-800-443-0815 (TTY 711)** sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quý vị. Đây là dịch vụ miễn phí.

German: Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

Korean: 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 대해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 **1-800-443-0815 (TTY 711)** 번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

Russian: Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.

Arabic: إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، ليس عليك سوى الاتصال بنا على **1-800-443-0815 (TTY 711)**. سيقوم شخص ما يتحدث العربية بمساعدتك. هذه خدمة مجانية.

Hindi: हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं. एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें **1-800-443-0815 (TTY 711)** पर फोन करें. कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है. यह एक मुफ्त सेवा है.

Italian: È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Un nostro incaricato che parla Italianovi fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

Portuguese: Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

French Creole: Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

Polish: Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Ta usługa jest bezpłatna.

Japanese: 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがあります。通訳をご用命になるには、**1-800-443-0815 (TTY 711)** にお電話ください。日本語を話す人 者が支援いたします。これは無料のサービスです。

Cov Ntaub Ntawv Hais Txog Qhov Kev Npaj Kho Mob

Yog ib tug tswv cuab ntawm qhov kev npaj kho mob no, tej zaum peb yuav tiv toj rau koj qee zaus txhawm rau qhia koj txog Kaiser Permanente cov kev npaj kho mob thiab tej kev kuaj mob ub no uas tej zaum yuav muaj rau koj. Yog koj tsis xav txais tej xov tooj hu tuaj zoo li no, thov tiv toj rau Lub Chaw Pab Cuam Tswv Cuab rau ntawm tus xov tooj nyob sab tom qab ntawm koj daim npav ID tswv cuab.

Ntawv Teev Npe Kws Kho Mob

Yog koj xav tau kev pab nrhiav ib tug kws kho mob los sis ib lub chaw muag tshuaj uas sib koom tes ua ke, thov saib hauv **kp.org/directory** los mus nrhiav peb phau ntawv teev npe nyob hauv online (Nco tseg: Qhov muaj cov ntawv teev npe xyoo 2024 rau hauv online mas pib muaj rau thaum 10/15/2023 mus raws li cov qauv cai ntawm Medicare).

Xav kom tau txais ib **Phau Ntawv Teev Npe Kws Kho Mob, Phau Ntawv Teev Npe Kws Kho Hniav** los sis **Phau Ntawv Teev Npe Chaw Muag Tshuaj** (yog muaj), kom muab xa tuaj rau koj, ces koj tuaj yeem hu rau Kaiser Permanente rau ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), 7 hnuv toj ib lub vij, 8 a.m. txog 8 p.m.

Cov Qauv Tshuaj Siv Ntawv Yuav ntawm Medicare Phaj D

Peb cov npe qauv tshuaj ntawm Medicare Phaj D uas peb duav nqi. Tej zaum cov qauv tshuaj no yuav hloov pauv tau ib lub sij hawm twg los tau. Yuav ceeb toom rau koj thaum tsim nyog. Yog koj muaj lus nug txog cov tshuaj raug duav nqi, saib peb cov qauv tshuaj rau hauv online rau ntawm **kp.org/seniorrx** (Nco tseg: qhov muaj cov qauv tshuaj xyoo 2024 rau hauv online yog pib muaj rau thaum 10/15/2023 mus raws li cov qauv cai ntawm Medicare).

Xav kom muab ib yam qauv tshuaj xa tuaj rau koj, ces koj tuaj yeem hu rau Kaiser Permanente rau ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), 7 hnuv toj ib lub vij, 8 a.m. txog 8 p.m.

Ntawv Pov Thawj txog Kev Duav Nqi (Evidence of Coverage, EOC)

Koj daim ntawv **EOC** piav qhia txog qhov yuav tau txais kev saib xyuas mob nkeeg thiab cov tshuaj siv ntawv yuav uas raug duav nqi ntawd li cas los ntawm koj qhov kev npaj kho mob. Daim ntawv no piav qhia txog koj cov cai thiab lub luag hauj lwm, qhov raug duav nqi, thiab qhov koj yuav tau them raws li yog ib tug tswv cuab ntawm Kaiser Permanente. Yog koj muaj lus nug txog koj qhov kev duav nqi, mus saib hauv **kp.org/eocncal** los mus saib koj daim ntawv **EOC** rau hauv online (Nco tseg: Daim ntawv **EOC** xyoo 2024 rau Norther California mas pib muaj rau thaum 10/15/2023 mus raws li cov qauv cai ntawm Medicare).

Xav kom muab ib daim ntawv **EOC** xa tuaj rau koj, ces koj tuaj yeem hu rau Kaiser Permanente rau ntawm **1-800-443-0815** (TTY **711**), 7 hnuv toj ib lub vij, 8 a.m. txog 8 p.m.