



Todos los planes son ofrecidos y están garantizados por Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest



El Resumen de beneficios y cobertura (SBC) lo ayudará a escoger un plan de salud. El SBC muestra cómo usted y el plan compartirían los costos de los servicios de atención médica cubiertos. **NOTA:** La información sobre el costo de este plan (denominado prima) se proporcionará por separado.

Este es solo un resumen. Para obtener más información sobre su cobertura u obtener una copia de los términos completos de la cobertura, consulte

www.kp.org/plandocuments o llame al 1-800-813-2000 (TTY: 711). Para ver las definiciones de términos frecuentes, como cantidad permitida, facturación de saldo, coseguro, copago, deducible, proveedor u otros términos subrayados, consulte el glosario. Puede consultar el glosario en <https://www.cms.gov/CCIIO/Resources/Forms-Reports-and-Other-Resources/Downloads/Spanish-Uniform-Glossary-05-2020-508.pdf> o llamar al 1-800-813-2000 (TTY: 711) para pedir una copia.

Preguntas importantes	Respuestas	Por qué es importante:
¿Cuánto es el <u>deducible</u> total?	Proveedor seleccionado: \$500 por individuo/\$1,000 por familia; proveedor de PPO: \$1,500 por individuo/\$3,000 por familia; proveedor no participante: \$4,500 por individuo/\$9,000 por familia	En general, debe pagar todos los costos de los <u>proveedores</u> hasta la cantidad del <u>deducible</u> antes de que este <u>plan</u> comience a pagar. Si usted tiene otros miembros de la familia en el <u>plan</u> , cada uno debe alcanzar su propio <u>deducible</u> individual hasta que el monto total de los gastos del <u>deducible</u> que pagaron todos los miembros de la familia alcance el <u>deducible</u> general de la familia.
¿Hay servicios cubiertos antes de alcanzar su <u>deducible</u> ?	Sí. La <u>atención preventiva</u> y los servicios que se indican en la tabla que comienza en la página 2.	Este <u>plan</u> cubre algunos productos y servicios aunque aún no haya alcanzado la cantidad del <u>deducible</u> . Sin embargo, se podría aplicar un <u>copago</u> o un <u>coseguro</u> . Por ejemplo, este <u>plan</u> cubre ciertos servicios preventivos sin <u>costos compartidos</u> antes de que alcance su <u>deducible</u> . Consulte una lista de <u>servicios preventivos</u> cubiertos en https://www.cuidadodesalud.gov/es/coverage/preventive-care-benefits/ .
¿Hay otros <u>deducibles</u> para servicios específicos?	No.	No debe pagar <u>deducibles</u> por servicios específicos.
¿Cuánto es el <u>límite de gastos de bolsillo</u> para este <u>plan</u> ?	Proveedor seleccionado: \$6,000 por individuo/\$12,000 por familia. Proveedor de PPO: \$8,100 por individuo/\$16,200 por familia; proveedor no participante: \$9,800 por individuo/\$19,600 por familia.	El <u>límite de gastos de bolsillo</u> es lo máximo que puede pagar en un año por servicios cubiertos. Si usted tiene otros miembros de la familia en el <u>plan</u> , cada uno debe alcanzar su propio <u>límite de gastos de bolsillo</u> hasta alcanzar el <u>límite de gastos de bolsillo</u> general de la familia.
¿Qué es lo que no está incluido en el <u>límite de gastos de bolsillo</u> ?	Las <u>primas</u> , los cargos por <u>facturación de saldo</u> , la atención médica que no cubre este <u>plan</u> y los servicios que se indican en la tabla que comienza en la página 2.	Aunque pague estos gastos, no cuentan para el <u>límite de gastos de bolsillo</u> .
¿Pagará menos si acude a un <u>proveedor de la red</u> ?	Sí. Para obtener una lista de <u>proveedores participantes</u> , visite www.kp.org o llame al 1-800-813-2000 (TTY: 711).	Pagará el mínimo si usa un <u>proveedor</u> al nivel de <u>proveedor seleccionado</u> . Pagará más si usa un <u>proveedor</u> al nivel de <u>proveedor de PPO</u> . Pagará más si acude a un <u>proveedor no participante</u> , y es posible que reciba una factura de un <u>proveedor</u> por la diferencia entre el cargo del <u>proveedor</u> y lo que su <u>plan</u> paga (<u>facturación de saldo</u>).
¿Necesita una <u>derivación</u> para atenderse con un <u>especialista</u> ?	Sí, pero puede autoderivarse a ciertos <u>especialistas</u> .	Este <u>plan</u> pagará algunos o todos los costos para ver a un <u>especialista</u> por servicios cubiertos, pero solo si tiene una <u>derivación</u> antes de ver al <u>especialista</u> .



Todos los **copagos** y el **coseguro** que se muestran en este cuadro se aplican después de alcanzar su **deducible**, si se aplica uno.

Circunstancia médica común	Servicios que podría necesitar	Lo que usted pagará Proveedor seleccionado (Usted pagará el mínimo)	Lo que usted pagará Proveedor de PPO	Lo que usted pagará Proveedor no participante (Usted pagará el máximo)	Limitaciones, excepciones y otra información importante
Si acude al consultorio o clínica del <u>proveedor</u>	Consulta con su médico de atención primaria para tratar una afección o lesión	\$35 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	\$60 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	Consulta con un <u>especialista</u>	\$55 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	\$80 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	<u>Atención preventiva/evaluación/vacunas</u>	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Usted tendrá que pagar por los servicios que no son preventivos. Pregunte a su <u>proveedor</u> si los servicios que necesita son preventivos. Luego, consulte lo que su <u>plan</u> pagará.
Si se realiza un examen	<u>Exámenes de diagnóstico</u> (radiografías, análisis de sangre)	Radiografías: \$45 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica. Pruebas de laboratorio: \$35 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	Radiografías: 40% de <u>coseguro</u> ; pruebas de laboratorio: 40% de <u>coseguro</u>	Radiografías: 50% de <u>coseguro</u> ; pruebas de laboratorio: 50% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	Diagnóstico por imágenes (tomografía computarizada/tomografía por emisión de positrones, imágenes por resonancia magnética)	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.

Circunstancia médica común	Servicios que podría necesitar	Lo que usted pagará Proveedor seleccionado (Usted pagará el mínimo)	Lo que usted pagará Proveedor de PPO	Lo que usted pagará Proveedor no participante (Usted pagará el máximo)	Limitaciones, excepciones y otra información importante
Si necesita un medicamento para tratar su enfermedad o condición médica. Hay más información disponible sobre la <u>cobertura de medicamentos con receta médica</u> en www.kp.org/waformulary	Medicamentos genéricos	Al por menor: \$10 por receta médica; orden por correo: \$20 por receta médica, el <u>deducible</u> no se aplica.	Al por menor: \$25 por receta médica; orden por correo: \$75 por receta médica, el <u>deducible</u> no se aplica.	No está cubierto	Hasta un suministro de 30 días al por menor o hasta un suministro de 90 días en orden por correo. Sujeto a las pautas de la <u>lista de medicamentos</u> . <u>Proveedor de PPO</u> : Algunos medicamentos requieren autorización previa para estar cubiertos.
	Medicamentos de marca preferidos	Al por menor: \$25 por receta médica; orden por correo: \$50 por receta médica, el <u>deducible</u> no se aplica.	Al por menor: \$75 por receta médica; orden por correo: \$225 por receta médica, el <u>deducible</u> no se aplica.	No está cubierto	Hasta un suministro de 30 días al por menor o hasta un suministro de 90 días en orden por correo. Sujeto a las pautas de la <u>lista de medicamentos</u> . <u>Proveedor de PPO</u> : Algunos medicamentos requieren autorización previa para estar cubiertos.
	Medicamentos de marca no preferidos	Al por menor: \$50 por receta médica; orden por correo: \$100 por receta médica, el <u>deducible</u> no se aplica.	Al por menor y en orden por correo: 50% de <u>coseguro</u> , el <u>deducible</u> no se aplica.	No está cubierto	Hasta un suministro de 30 días al por menor o hasta un suministro de 90 días en orden por correo. Sujeto a las pautas de la <u>lista de medicamentos</u> cuando estén aprobados mediante el proceso de excepciones. <u>Proveedor de PPO</u> : Algunos medicamentos requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Medicamentos de especialidad</u>	Al por menor: 50% de <u>coseguro</u> , el <u>deducible</u> no se aplica.	Al por menor: 50% de <u>coseguro</u> , el <u>deducible</u> no se aplica.	No está cubierto	Hasta un suministro de 30 días al por menor. Sujeto a las pautas de la <u>lista de medicamentos</u> cuando estén aprobados mediante el proceso de excepciones. De lo contrario, no estarán cubiertos.
Si le hacen una cirugía ambulatoria	Tarifa del centro (p. ej., centro de cirugía ambulatoria)	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	Tarifas del médico/cirujano	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.

Circunstancia médica común	Servicios que podría necesitar	Lo que usted pagará Proveedor seleccionado (Usted pagará el mínimo)	Lo que usted pagará Proveedor de PPO	Lo que usted pagará Proveedor no participante (Usted pagará el máximo)	Limitaciones, excepciones y otra información importante
Si necesita atención médica inmediata	<u>Atención en la sala de emergencias</u>	30% de <u>coseguro</u>	30% de <u>coseguro</u>	30% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	<u>Transporte médico de emergencia</u>	30% de <u>coseguro</u>	30% de <u>coseguro</u>	30% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	<u>Atención de urgencia</u>	\$60 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	\$80 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Ninguna
Si necesita hospitalización	Tarifa del centro (p. ej., habitación del hospital)	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	Tarifas del médico/cirujano	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
Si necesita servicios de salud mental, salud conductual o de abuso de sustancias	Servicios para pacientes ambulatorios	\$35 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	\$60 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Ninguna
	Servicios para pacientes hospitalizados	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
Si está embarazada	Visitas al consultorio	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Se pueden aplicar <u>copagos</u> , <u>coseguros</u> o <u>deducibles</u> según el tipo de servicio. Los cuidados de maternidad podrían incluir los exámenes y servicios que se describen en otras partes del SBC (por ejemplo, ecografía).
	Servicios profesionales para el nacimiento y el parto	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	Servicios hospitalarios para el nacimiento y el parto	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.

Circunstancia médica común	Servicios que podría necesitar	Lo que usted pagará Proveedor seleccionado (Usted pagará el mínimo)	Lo que usted pagará Proveedor de PPO	Lo que usted pagará Proveedor no participante (Usted pagará el máximo)	Limitaciones, excepciones y otra información importante
Si necesita servicios de recuperación o tiene otras necesidades especiales	<u>Atención médica en el hogar</u>	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Límite de 130 consultas por año. Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Servicios de rehabilitación</u>	Paciente ambulatorio: \$55 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica. Paciente hospitalizado: 30% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: \$80 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica. Paciente hospitalizado: 50% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: 50% de <u>coseguro</u> ; paciente hospitalizado: 50% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: límite de 25 consultas por año. Paciente hospitalizado: Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Servicios de habilitación</u>	Paciente ambulatorio: \$55 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica. Paciente hospitalizado: 30% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: \$80 por visita, el <u>deducible</u> no se aplica. Paciente hospitalizado: 50% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: 50% de <u>coseguro</u> , después del <u>deducible</u> ; paciente hospitalizado: 50% de <u>coseguro</u>	Paciente ambulatorio: límite de 25 consultas por año. Paciente hospitalizado: Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Atención de enfermería especializada</u>	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Límite de 60 días por año. Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Equipo médico duradero</u>	30% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	50% de <u>coseguro</u>	Sujeto a las pautas de la <u>lista de medicamentos</u> . Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
	<u>Servicios en un programa de cuidados paliativos</u>	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	Algunos servicios requieren autorización previa para estar cubiertos.
Si su hijo necesita servicios dentales o de la vista	Examen de la vista para niños	El examen de refracción no tiene costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	El examen de refracción no tiene costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u> para un examen de refracción	Limitado a 1 examen por año.
	Anteojos para niños	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica.	50% de <u>coseguro</u>	Limitado a un par de armazones y lentes, o lentes de contacto cada 12 meses.
	Control dental para niños	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica	Sin costo, el <u>deducible</u> no se aplica	Ninguna

Servicios excluidos y otros servicios cubiertos

Servicios que su Plan, por lo general, NO cubre (consulte la póliza o documento del plan para obtener más información y una lista de otros servicios excluidos).

- Cirugía bariátrica
- Cirugía estética
- Atención dental (adultos)
- Audífonos
- Tratamiento para la infertilidad (excepto por inseminación artificial)
- Cuidados a largo plazo
- Atención que no sea de emergencia cuando viaja fuera de los EE. UU.
- Enfermería privada
- Cuidado de los ojos de rutina (adultos)
- Cuidado de los pies de rutina
- Programas para perder peso

Otros servicios cubiertos (es posible que se apliquen limitaciones a estos servicios. Esta no es una lista completa. Consulte el documento del plan).

- Acupuntura (se limita a 12 visitas por año)
- Atención quiropráctica (se limita a 10 visitas por año)

Su derecho a continuar con la cobertura: Hay organismos que pueden ayudarlo si quiere mantener la cobertura después de que esta finalice. La información de contacto de esos organismos se muestra en la siguiente tabla. Es posible que haya otras opciones de cobertura disponibles para usted, como contratar una cobertura de seguro individual a través del Mercado de Seguros Médicos. Para obtener más información sobre el Mercado, visite www.CuidadoDeSalud.gov o llame al 1-800-318-2596.

Su derecho a presentar una queja o una apelación: Hay organismos que pueden ayudarlo si tiene una queja contra su plan por la denegación de una reclamación. Esta queja se denomina queja formal o apelación. Para obtener más información sobre sus derechos, consulte la explicación de beneficios que recibirá por dicha reclamación médica. Los documentos de su plan también dan toda la información para presentar una reclamación, una apelación o una queja formal por cualquier motivo a su plan. Para obtener más información sobre sus derechos, sobre este aviso o si necesita ayuda, comuníquese con los organismos que aparecen en la siguiente tabla.

Información de contacto para obtener información sobre sus derechos a continuar con su cobertura y sus derechos a presentar quejas o apelaciones:

Servicio a los Miembros de Kaiser Permanente	1-800-813-2000 (TTY: 711) o www.kp.org/memberservices
Administración de Seguridad de Beneficios del Empleado del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos	1-866-444-3272 o www.dol.gov/ebsa/healthreform
Departamento de Salud y Servicios Humanos, Centro de Información al Consumidor y Supervisión de Seguros	1-877-267-2323 extensión 61565 o www.cciio.cms.gov
Oficina del Comisionado de Seguros de Washington	1-800-562-6900 o www.insurance.wa.gov

¿Este plan proporciona cobertura esencial mínima? Sí

La cobertura esencial mínima generalmente incluye planes, seguros médicos disponibles a través del Mercado u otras pólizas de mercado individuales, Medicare, Medicaid, CHIP, TRICARE y otras coberturas específicas. Si usted es elegible para determinados tipos de cobertura esencial mínima, tal vez no sea elegible para el crédito fiscal para primas del plan.

¿Cumple este plan el valor mínimo estándar? Sí

Si su plan no cumple con el valor mínimo estándar, es posible que cumpla con los requisitos para recibir un crédito fiscal para primas del plan que lo ayudará a pagar un plan en el Mercado.

Servicio de acceso a idiomas:

Spanish (Español): Para obtener asistencia en Español, llame al 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Traditional Chinese (中文): 如果需要中文的幫助, 請撥打這個號碼 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Navajo (Dine): Dinek'ehgo shika at'ohwol ninisingo, kwijigo holne' 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Pennsylvania Dutch (Deutsch): Fer Hilf griege in Deutsch, ruf 1-800-813-2000 (TTY: 711) uff.

Tagalog (Tagalog): Kung kailangan ninyo ang tulong sa Tagalog tumawag sa 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Samoan (Gagana Samoa): Mo se fesoasoani i le Gagana Samoa, vala'au mai i le numera telefoni 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Carolinian (Kapasal Falawasch): ngere aukke ghut alillis reel kapasal Falawasch au fafaingi tilifon ye 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Chamorro (Chamoru): Para un ma ayuda gi finu Chamoru, â'gang 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Para ver ejemplos de cómo este plan podría cubrir los costos de una situación médica de ejemplo, consulte la siguiente sección.



Esta no es una herramienta de cálculo de costos. Los tratamientos que se muestran son solo ejemplos de cómo puede este plan cubrir la atención médica. Sus costos reales pueden variar según el tratamiento real que reciba, los precios que sus proveedores cobren y muchos otros factores. Fíjese en las cantidades de costo compartido (deducibles, copagos y coseguro) y en los servicios excluidos por el plan. Use esta información para comparar la parte de los costos que podría pagar con los distintos planes médicos. Tenga presente que estos ejemplos de cobertura se basan solo en una cobertura individual.

Peg va a tener un bebé
(9 meses de atención prenatal dentro de la red y parto en el hospital)

- El deducible general del plan \$500
- Copago para el especialista \$55
- Coseguro del hospital (establecimiento) 30%
- Otro copago (análisis de sangre) \$35

Este EJEMPLO de evento incluye servicios como:
Visitas al consultorio del especialista (*atención prenatal*)
Servicios profesionales para el nacimiento y el parto
Servicios hospitalarios para el nacimiento y el parto
Exámenes de diagnóstico (*ecografías y análisis de sangre*)
Consulta con un especialista (*anestesia*)

Costo total del ejemplo	\$12,700
En este ejemplo, Peg pagaría:	
Costos compartidos	
Deducibles	\$500
Copagos	\$200
Coseguro	\$2,400
Lo que no está cubierto	
Límites o exclusiones	\$60
El total que Peg pagaría es	\$3,160

Control de la diabetes tipo 2 de Joe
(un año de atención de rutina dentro de la red de una condición bien controlada)

- El deducible general del plan \$500
- Copago para el especialista \$55
- Coseguro del hospital (establecimiento) 30%
- Otro copago (análisis de sangre) \$35

Este EJEMPLO de evento incluye servicios como:
Visitas en el consultorio del médico de atención primaria (*incluye la educación sobre enfermedades*)
Exámenes de diagnóstico (*análisis de sangre*)
Medicamentos con receta médica
Equipo médico duradero (*glucómetro*)

Costo total del ejemplo	\$5,600
En este ejemplo, Joe pagaría:	
Costos compartidos	
Deducibles	\$0
Copagos	\$1,100
Coseguro	\$0
Lo que no está cubierto	
Límites o exclusiones	\$0
El total que Joe pagaría es	\$1,100

Fractura simple de Mia
(visita a la sala de emergencias dentro de la red y atención de seguimiento)

- El deducible general del plan \$500
- Copago para el especialista \$55
- Coseguro del hospital (establecimiento) 30%
- Otro copago (radiografía) \$45

Este EJEMPLO de evento incluye servicios como:
Atención en la Sala de Emergencias (*incluye suministros médicos*)
Exámenes de diagnóstico (*radiografías*)
Equipo médico duradero (*muletas*)
Servicios de rehabilitación (*fisioterapia*)

Costo total del ejemplo	\$2,800
En este ejemplo, Mia pagaría:	
Costos compartidos	
Deducibles	\$500
Copagos	\$200
Coseguro	\$400
Lo que no está cubierto	
Límites o exclusiones	\$0
El total que Mia pagaría es	\$1,100

Nondiscrimination notice

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (Kaiser Health Plan) complies with applicable federal and state civil rights laws and does not discriminate, exclude people or treat them differently on the basis of race, color, national origin (including limited English proficiency), age, disability, or sex (including sex characteristics, intersex traits; pregnancy or related conditions; sexual orientation; gender identity, and sex stereotypes).

Kaiser Health Plan:

- Provides people with disabilities reasonable modifications and free appropriate auxiliary aids and services to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats, such as large print, audio, braille, and accessible electronic formats
- Provides no cost language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, call Member Services at **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

If you believe that Kaiser Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation, you can file a grievance with our Civil Rights Coordinator, by mail, phone, or fax. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you. You may contact our Civil Rights Coordinator at:

Member Relations Department
Attention: Kaiser Civil Rights Coordinator
500 NE Multnomah St., Suite 100
Portland, OR 97232-2099
Fax: **1-855-347-7239**

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
Phone: **1-800-368-1019**
TDD: **1-800-537-7697**

Complaint forms are available at www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

For Washington Members:

You can also file a complaint with the Washington State Office of the Insurance Commissioner, electronically through the Office of the Insurance Commissioner Complaint portal, available at <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status>, or by phone at **1-800-562-6900**, or **360-586-0241** (TDD). Complaint forms are available at <https://fortress.wa.gov/oic/online services/cc/pub/complaintinformation.aspx>.

This notice is available at <https://healthy.kaiserpermanente.org/oregon-washington/language-assistance/nondiscrimination-notice>

Help in Your Language

ATTENTION: If you speak English, language assistance services including appropriate auxiliary aids and services, free of charge, are available to you. Call **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

አማርኛ (Amharic) ትኩረት: አማርኛ የሚናገሩ ከሆነ ተገቢ የሆኑ ረዳት መርጃዎችን እና አገልግሎቶችን ጨምሮ የቋንቋ እርዳታ አገልግሎቶች በነጻ ይገኛሉ። በ **1-800-813-2000** ይደውሉ (TTY: **711**)።

العربية (Arabic) تنبيه: إذا كنت تتحدث العربية، تتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية بما في ذلك من وسائل المساعدة والخدمات المناسبة بالمجان. اتصل بالرقم **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

中文 (Chinese) 注意事項: 如果您說中文，您可獲得免費語言協助服務，包括適當的輔助器材和服務。致電**1-800-813-2000** (TTY: **711**)。

فارسی (Farsi) توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می‌کنید، «تسهیلات زبانی»، از جمله کمک‌ها و خدمات پشتیبانی مناسب، به صورت رایگان در دسترس‌تان است با **1-800-813-2000** (تلفن متنی: **711**) تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION : si vous parlez français, des services d'assistance linguistique comprenant des aides et services auxiliaires appropriés, gratuits, sont à votre disposition. Appelez le **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, steht Ihnen die Sprachassistentz mit entsprechenden Hilfsmitteln und Dienstleistungen kostenfrei zur Verfügung. Rufen Sie **1-800-813-2000** an (TTY: **711**).

日本語 (Japanese) 注意: 日本語を話す場合、適切な補助機器やサービスを含む言語支援サービスが無料で提供されます。**1-800-813-2000**までお電話ください (TTY: **711**)。

ខ្មែរ (Khmer) យកចិត្តទុកដាក់: បើអ្នកនិយាយខ្មែរ សេវាជំនួយភាសា រួមទាំងជំនួយនិងសេវាសមស្រប ដោយឥតគិតថ្លៃ មានចំពោះអ្នក។ ហៅ **1-800-813-2000** (TTY: **711**)។

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 구사하실 경우, 필요한 보조 기기 및 서비스가 포함된 언어 지원 서비스가 무료로 제공됩니다. **1-800-813-2000**로 전화해 주세요 (TTY: **711**).

ລາວ (Laotian) ເອົາໃຈໃສ່: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ ລວມທັງອຸປະກອນ ແລະ ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອທີ່ເໝາະສົມ ຈະມີໃຫ້ທ່ານໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ. ໂທ **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Afaan Oromoo (Oromo) XIYYEEFFANNOO: Yoo Afaan Oromo dubbattu ta'e, Tajaajila gargaarsa afaanii, gargaarsota dabalataa fi tajaajiloota barbaachisoo kaffaltii irraa bilisa ta'an, isiniif ni jira. **1-800-813-2000** irratti bilbilaa (TTY:- **711**)

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਸਹਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1-800-813-2000** (TTY:- **711**)।

Română (Romanian) ATENȚIE: Dacă vorbiți română, vă sunt disponibile gratuit servicii de asistență lingvistică, inclusiv ajutoare și servicii auxiliare adecvate. Sunați la **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ! Если вы говорите по-русски, вам доступны бесплатные услуги языковой поддержки, включая соответствующие вспомогательные средства и услуги. Позвоните по номеру **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Español (Spanish) ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios de asistencia lingüística que incluyen ayudas y servicios auxiliares adecuados y gratuitos. Llame al **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tagalog (Tagalog) PAALALA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, available sa iyo ang serbisyo ng tulong sa wika kabilang ang mga naaangkop na karagdagang tulong at serbisyo, nang walang bayad. Tumawag sa **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

ไทย (Thai) โปรดทราบ: หากท่านพูดภาษาไทย ท่านสามารถขอรับบริการช่วยเหลือด้านภาษา รวมทั้งเครื่องช่วยเหลือและบริการเสริมที่เหมาะสมได้ฟรี โทร **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Українська (Ukrainian) УВАГА! Якщо ви володієте українською мовою, вам доступні безкоштовні послуги з мовної допомоги, включно із відповідною додатковою допомогою та послугами. Зателефонуйте за номером **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tiếng Việt (Vietnamese) CHÚ Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, bạn có thể sử dụng các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí, bao gồm các dịch vụ và phương tiện hỗ trợ phù hợp. Xin gọi **1-800-813-2000** (TTY: **711**).