Frequently Asked Questions (FAQ)
Medi-Cal ਵਿੱਚ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਤੁਹਾਡਾ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ

1. **ਕੀ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ Medi-Cal ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ?**
   ਹਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜੇ ਵੀ Medi-Cal ਹੈ। ਰਾਜ ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਲਾਭ ਜੋੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਹੋਰ ਲਾਭ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

2. **ਮੈਂ ਹੋਰ Medi-Cal ਲਾਭ ਕਿਉਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ?**
   1 ਮਈ, 2022 ਤੋਂ, California ਵਿੱਚ ਇਕ ਨਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ 50 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਉਮਰ ਵਾਲੇ Californians ਲਈ full scope Medi-Cal ਦੇਵੇਗਾ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਲਈ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਅਵਸਥਾ ਕੋਈ ਮਾਇਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ।

3. **ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਹੁਣੇ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?**
   ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal ਲਾਭ ਹਾਲੇ ਨਹੀਂ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਲਹਾਲ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ restricted scope Medi-Cal ਹੈ, ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ full scope Medi-Cal ਲਈ ਨਵੀਂ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ Medi-Cal ਨੂੰ ਨਵਿਆਉਣ ਵਾਸਤੇ ਮੇਲ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪੈਕੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰ ਕੇ ਵਾਪਸ ਭੇਜ ਦਿਓ। ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਊਂਟੀ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

4. **Full scope Medi-Cal ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**
   California ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ Medi-Cal ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਫਿਰ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਹੈ। Full scope Medi-Cal ਉਸ restricted scope Medi-Cal ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ। Restricted scope Medi-Cal ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਹੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। Full scope Medi-Cal ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ (PCP) ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਲਾਭ ਹੋਣਗੇ:

   - ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਡ੍ਰਗਜ਼ ਦੇ ਉਪਯੋਗ ਦਾ ਇਲਾਜ
   - ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ
   - ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇਖਭਾਲ
   - ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ
   - ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ
   - ਕੰਨ ਦੀ ਮੀਸ਼ਨ
   - ਚਕਿਤਸਕ ਦੇਖਭਾਲ
   - ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਸੁਝਾਈ ਗਈ ਦਵਾਈ
   - ਚਕਿਤਸਕ ਸਪਲਾਈਆਂ
   - ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ
   - ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨਿੱਜੀ ਅਟੈਂਡੈਂਟ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ

- ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਮਾਹਰਾਂ ਲਈ ਰੈਫਰਲ
- ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਟੈਸਟ
- ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੱਕ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ
- ਨੇਤਰ ਦੇਖਭਾਲ (ਐਨਕਾਂ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ Medi-Cal ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ'ਤੇ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

Full scope Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, https://bit.ly/medi-cal-ehb-benefits 'ਤੇ ਜਾਓ।

5. ਕੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ Share of Cost (SOC) ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਕ SOC ਉਹ ਮਹੀਨਾਵਾਰੀ ਰਾਸ਼ੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ Medi-Cal ਭੁਗਤਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ SOC ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਬਾਕੀ ਲਾਗਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ SOC ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ SOC ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਸਮਾਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ SOC ਉਦੋਂ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ full scope Medi-Cal ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਰਾਹੀਂ full scope ਲਾਭ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ। Fee-for-Service Medi-Cal ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ Fee-for-Service ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ।

6. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ full scope Medi-Cal ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂਗਾ?

ਫਿਲਹਾਲ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ SOC ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ full scope Medi-Cal ਹੋਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਚੈਕਅੱਪ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਸੇ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂਕਿ ਸ਼ੂਗਰ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਰਜਰੀ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal Managed Care Plan Medi-Cal ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੈਡੀਕਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ County Organized Health System (COHS) ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ-ਬ-ਖੁਦ ਉਸ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਵੋਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਤੋਂ ਵੱਧ Medi-Cal Managed Care Plan ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਇਕ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ SOC ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ COHS ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਮੁਹੱਈਆ **ਨਹੀਂ** ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਰਾਹੀਂ full scope ਲਾਭ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋਵੋਗੇ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਕ COHS ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, https://bit.ly/mmcd-county-map ’ਤੇ ਜਾਓ।

7. **Medi-Cal Managed Care Plan ਕੀ ਹੈ?**
ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਇਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ Medi-Cal ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇਕਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ :

- ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ
- ਯੋਜਨਾ ਨੈੱਟਵਰਕ (ਸਮੂਹ) ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਹਰਾਂ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ
- 24-ਘੰਟੇ ਦੀ ਨਰਸ ਸਲਾਹ ਲਾਈਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰੱਖਦੀ ਹੈ
- ਮੈਡੀਕਲ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ
- ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗੀ

8. **ਮੈਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?**
Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪ ਉਸ ਕਾਉਂਟੀ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ। Health Care Options ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ *My Medi-Cal Choice* packet ਭੇਜਣਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plans ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗੀ ਕਿ ਸਾਈਨ-ਅੱਪ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਫਿਲਹਾਲ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ **ਨਹੀਂ** ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਰੱਖਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। HIV/AIDS, ਤੀਸਰੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ, ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਇਲਾਜ, ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਇਲਾਜ ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਜਟਿਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ Fee-for-Service Medi-Cal ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ *My Medi-Cal Choice* packet ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਣ ਵਾਲੇ “ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਬੇਨਤੀ” ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰੋ ਅਤੇ ਭੇਜੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ Medi-Cal ManagedCare Plan ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ’ਤੇ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਆਖਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੋਂ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ **1-800-430-4263** ’ਤੇ Health Care Options ਨੂੰ ਕਾਲ

ਕਰੋ (TTY 1-800-430-7077), ਜਾਂ ਫਿਰ https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov ’ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ Medi-Cal Managed Care Plan ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 90 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਕਿਸੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service Medi-Cal ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

9. **Health Care Options ਕੀ ਹੈ?**
   Health Care Options ਇਕ DHCS ਸਰਵਿਸ ਹੈ। ਇਹ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plans ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ Medi-Cal ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨI Health Care Options ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov ਹੈ।Health Care Options ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਗੈਰ-COHS ਕਾਊਂਟੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ COHS ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਊਂਟੀ ਦੀ ਸਾਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

10. **Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਨਾਲ ਮੈਂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਹਾਸਲ ਕਰਾਂਗਾ?**
    Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਅਤੇ ਕੁਝ ਜੋ ਕਿ ਜੂਨ 2022 ਵਿੱਚ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਣਗੇ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਰੈਗੂਲਰ Medi-Cal ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਨਵੇਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, https://bit.ly/profile-enrolled-ffs-providers ’ਤੇ Medi-CalFee-For-Service ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਸੂਚੀ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

    ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਨਵੇਂ “Medi-Cal Fee-For-Service” ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। Fee-For-Service Medi-Cal ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ, **1-800-541-5555** (TTY 1-800-430-7077) ’ਤੇ Department of Health Care Services (DHCS)Medi-Cal ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ।

    ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਇਕ COHS ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **1 ਮਈ, 2022** ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਰਹੇ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਤੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ।

11. **ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਹੋਵਾਂ, ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਕੌਣ ਹੋਵੇਗਾ?**
    ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਇਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਇਕ ਮੁੱਢਲੇ ਦੇਖਭਾਲ ਡਾਕਟਰ (PCP) ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮੌਜੂਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਇਕ ਔਨਲਾਈਨ ਸੂਚੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਮੇਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan’s ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

12. ਜੇਕਰ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ Medi-CalManaged Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਇਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਗਏ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ “ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ” ਲਈ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਹ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ 12 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੀਆਂ Medi-Cal Managed Care Plan’s ਦੀਆਂ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

13. ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਤੋਂ ਅਸਥਾਈ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਇਕ ਜਟਿਲ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ Fee-For-Service (regular)Medi-Cal ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਕੋਲ ਕਿ County Organized Health System (COHS) **ਨਹੀਂ** ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਸਥਾਈ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਲਈ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ “ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਬੇਨਤੀ” ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰੋ. ਇਹ ਅਪਰੈਲ ਵਿੱਚ *My Medi-Cal Choice* Packet ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫਾਰਮ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਭਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਫਾਰਮ ਭਰੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਫਾਰਮ ਨੂੰ Health Care Options ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਭੇਜਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਬੇਨਤੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-For-Service Medi-Cal ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਛੋਟ ਸਮਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਛੋਟ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ 11 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਵਿਸਥਾਰ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਛੋਟ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਤੋਂ 45 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ Health Care Options ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਫੈਸਲਾ ਦੱਸੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਲਈ ਪੁੱਛਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਦੱਸਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Fee-for-ServiceMedi-Cal ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਛੋਟ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਭਰੋ। ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ, ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ 90 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਛੋਟ ਵਾਸਤੇ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ COHS ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਫਿਰ Coordinated Care Initiative (CCI) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਇਕ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ **ਨਹੀਂ** ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਛੋਟ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਅਤੇ ਇਕ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਪੁੱਛੀਏ, ਇਸ ਲਈ https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov. 'ਤੇ Health CareOptions 'ਤੇ ਜਾਓ।

14. ਕੀ ਮੈਂ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਾਂਗਾ?
ਨਹੀਂ। ਚਕਿਤਸਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕਿਸੇ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਲਾਗਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਚਕਿਤਸਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

15. full scope Medi-Cal ਨਾਲ ਮੈਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?
ਤੁਸੀਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
ਇਸ ਵਿੱਚ ਅੰਸ਼ਿਕ ਅਤੇ ਪੂਰਨ ਡੈਂਚਰ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਐਕਸ-ਰੇਜ਼, ਫਿਲਿੰਗਸ, ਕਰਾਊਨ, ਰੂਟ ਕੈਨਾਲ ਅਤੇ ਹੋਰ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **Sacramento County** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental Managed Care Plan ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ। Medi-Cal ਡੈਂਟਲ Managed Care plans ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, **1-800-430-4263** (TTY 1-800-430-7077) 'ਤੇ Health Care Options ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ *My Medi-Cal Choice* Packet ਵਿੱਚ ਡੈਂਟਲ ਚੋਣ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰੋ।

- ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **Los Angeles County** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental Program ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ Fee-for-Service ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ Managed Care Plan ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ Managed Care Plan, ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ **1-800-430-4263** (TTY 1-800-430-7077) 'ਤੇ Health Care Options ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ *My Medi-Cal Choice* Packet ਵਿੱਚ ਡੈਂਟਲ ਚੋਣ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰੋ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **San Mateo County** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ San Mateo ਰਾਹੀਂ ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ। ਇਹ ਇਕ Managed Care Plan ਹੈ। ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ San Mateo, ਰਾਹੀਂ ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, **1-800-750-4776** ਜਾਂ ਫਿਰ 650-616-2133 'ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਕਾਲ ਕਰੋ। TTY:Call California Relay Service (CRS) 'ਤੇ 1-800-735-2929 ਜਾਂ 7-1-1 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

- ਬਾਕੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਊਂਟੀਆਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental Program ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਰਾਹੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇਗੀ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ

ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਕ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ **1-800-322-6384** (TTY 1-800-735-2922) 'ਤੇ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ http://smilecalifornia.org/ 'ਤੇ Medi-Cal Dental Program's "Smile, California" ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਇਕ ਡੈਂਟਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਨਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀਕਲ, ਡੈਂਟਲ, ਦੇਖਣਾ, ਸੁਣਨਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਅਤੇ substance use disorders ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਨਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।
ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਆਪਣੀਆਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਹੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਣ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਪੂਰਵ-ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ (ਪੂਰਵ-ਅਨੁਮਤੀ) ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਦੌਰਾ
- ਰੈਗੂਲਰ ਪੈਸ਼ੈਂਟ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਅੰਤਰ-ਗਰਭਾਸ਼ਯ ਉਪਕਰਨ (IUD) ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਗਰਭਾਸ਼ਯ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਉਪਕਰਨ (IUCD) ਇਨਜ਼ਰਸ਼ਨਜ਼, ਜਾਂ ਫਿਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹਮਲਾਵਰ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਉਪਕਰਨ
- ਟਿਊਬਲ ਬੰਧਨ
- ਨਸਬੰਦੀ
- ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਉਪਕਰਨ
- ਗਰਭਪਾਤ
- ਪਿਛਲੀਆਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ
- ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਰੇਡੀਓਲੋਜੀ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਡ੍ਰਗਜ਼

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਰਾਹੀਂ ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਵੀ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਊਂਟੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਰਾਹੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਾਊਂਟੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਸੰਪਰਕ ਸੂਚੀ https://bit.ly/mhp-contact-list 'ਤੇ ਹੈ।

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਡ੍ਰਗਜ਼ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਡ੍ਰਗਜ਼ ਲੈਣ ਦੀ ਲਤ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal Managed Care Plan ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ substance use disorder (SUD) ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਊਂਟੀ ਡ੍ਰਗ ਮੈਡੀ-ਕਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ SUD ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।

ਫਾਰਮੇਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

Medi-Cal Rx ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਪਰਚੇ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ Medicare ਹੈ, ਤਾਂ Medicare Part D ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੁਸਖੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ Medicare ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। Medi-Cal ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ Part D ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਆਵਾਜਾਈ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕਟਰ, ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਫਿਰ ਡੈਂਟਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਫਿਰ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਪਲਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦਾ ਕੋਈ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਆਵਾਜਾਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ, ਟੈਕਸੀ, ਬੱਸ ਜਾਂ ਫਿਰ ਹੋਰ ਸਰਵਜਨਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਸਵਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਸ ਲਈ ਕਾਰ, ਬੱਸ, ਟੈਕਸੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਰਵਜਨਕ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਿੱਜੀ ਵਾਹਨ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਮੈਡੀਕਲ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਪਾਤਰਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਆਵਾਜਾਈ ਐਂਬੂਲੈਂਸ, ਵੀਲਚੇਅਰ ਵੈਨ ਜਾਂ ਲਿਟਰ ਵੈਨ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਸਰਵਜਨਕ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਿੱਜੀ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਡੀਕਲ ਆਵਾਜਾਈ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਲਾਇਸੰਸ ਹਾਸਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇਕ ਨੁਸਖੇ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਡੈਂਟਿਸਟ, ਪੋਡੀਆਟਰਿੱਸਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਜਾਂ ਫਿਰ SUD ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਵਾਜਾਈ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਵਾਜਾਈ ਕੰਪਨੀ ਖੋਜਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ https://bit.ly/medi-cal-transportation ’ਤੇ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਭਾਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ DHCSNMT@dhcs.ca.gov ’ਤੇ ਈ-ਮੇਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਈ-ਮੇਲ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾਖਲ **ਨਾ ਕਰੋ**। Department of Health Care Services (DHCS) ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਈ-ਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਤੁਰੰਤ DHCS ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਪੰਜ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਲਈ ਆਖੋਗੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ।

Home and community-based services (HCBS)

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ In Home Supportive Services (IHSS) ਅਟੈਂਡੈਂਟ ਦੇਖਭਾਲ

- Home and Community-Based Alternatives Waiver services ਜਿਵੇਂਕਿ ਇਨ-ਹੋਮ ਨਰਸਿੰਗ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ, ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਇਕ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ Community-Based Adult Services (CBAS) at a center
- ਹੋਰ ਲਾਭ

ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ https://www.cdss.ca.gov/in-home-supportive-services ’ਤੇ ਜਾਓ।

16. ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ **1-800-541-5555** ’ਤੇ DHCS Medi-Cal ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ।
- ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ **1-888-452-8609** ’ਤੇ DHCS Ombudsman ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ। Ombudsman ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- https://bit.ly/older-adult-expansion ’ਤੇ DHCS ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।
- OlderAdultExpansion@dhcs.ca.gov ’ਤੇ ਈ-ਮੇਲ ਕਰੋ।

17. ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ Medi-Cal ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

DHCS ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਜਾਂ “public charge”. ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਕ ਯੋਗ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

California Department of Social Services (CDSS) ਯੋਗ ਗੈਰ-ਲਾਭਕਾਰੀ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੂੰ California. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਫੰਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। https://bit.ly/immigration-service-contractors ’ਤੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੀ ਇਕ ਸੂਚੀ ਹੈ।

ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਲਈ https://immigrantguide.ca.gov/ ’ਤੇ California’s Immigrant Guide ’ਤੇ ਜਾਓ।

ਪਬਲਿਕ ਚਾਰਜ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ https://bit.ly/calhhs-public-charge-guide ’ਤੇ California Health and Human Services Agency Public Charge Guide ’ਤੇ ਜਾਓ।