

## ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸੁਆਲ (FAQ) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਦੇ ਪਸਾਰ ਬਾਰੇ

### 1. ਕੀ ਮੈਂ ਅਜੇ ਵੀ Medi-Cal ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੇਠ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜੇ ਵੀ Medi-Cal ਹੈ। ਜਨਵਰੀ 2024 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਹੀ ਆਪਣੇ Medi-Cal ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧੇਰੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਲਈ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਰਹੋਗੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲਾਭ ਮਿਲਦੇ ਰਹਿਣਗੇ।

### 2. ਮੈਨੂੰ Medi-Cal ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਭ ਕਿਉਂ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ?

California ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਜੋ 1 ਜਨਵਰੀ, 2024 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ 26 ਤੋਂ 49 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ full Medi-Cal ਦੇਵੇਗਾ ਜੋ Medi-Cal ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਉਲਟ, ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਕੋਈ ਮਾਇਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ। ਇਸ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ California ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਸਨੀਕ ਜੋ Medi-Cal ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ, full Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।

### 3. ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਹੁਣੇ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 1 ਜਨਵਰੀ, 2024 ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ full Medi-Cal ਲਾਭ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਵਧੇਰੇ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ Medi-Cal ਨੂੰ ਨਵਿਆਉਣ ਲਈ ਮੇਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੈਕੇਟ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਸਨੂੰ ਭਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਡਾਕ, ਟੈਲੀਫੋਨ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਦੁਆਰਾ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਾਉਂਟੀ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### 4. ਮੈਨੂੰ full Medi-Cal ਨਾਲ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

#### ਇਹਤਿਆਤੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀਕਲ, ਦੰਦ, ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਸੁਣਨ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਅਤੇ substance use disorder ਸੰਬੰਧੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਇਹਤਿਆਤੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਰਾਹੀਂ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੇ।

- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਾਉਂਟੀਆਂ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾ ਲਈ **Medi-Cal Fee-for-Service (regular) Program** ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਉਸ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ ਜੋ Medi-Cal ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਮਲ ਦੰਦ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ Medi-Cal Dental ਮੈਂਬਰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ (Member Telephone Service Center) ਨੂੰ **1-800-322-6384** (TTY: 1-800-735-2922) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ [smilecalifornia.org](http://smilecalifornia.org) 'ਤੇ "Smile, California" ਵੈਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਵੀ ਦੰਦ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **Los Angeles County** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **Medi-Cal Dental Program** ਰਾਹੀਂ Fee-For-Service (regular) ਡੈਂਟਲ ਜਾਂ **Medi-Cal Dental Managed Care Plan** ਨਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ। ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, Health Care Options ਨੂੰ **1-800-430-4263** (TTY: 1-800-430-7077) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। Medi-Cal Dental Managed Care Plan ਚੁਣਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ *My Medi-Cal Choice* ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚ ਮਿਲਿਆ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਚੋਣ ਬਾਰੇ ਫਾਰਮ ਭਰੋ ਜਾਂ **1-800-430-4263** (TTY: 1-800-430-7077) 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental Managed Care Plan ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Medi-Cal Dental Fee-for-Service (regular) ਵਿੱਚ ਨਾਮਾਂਕਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Sacramento ਜਾਂ Los Angeles ਕਾਉਂਟੀਆਂ ਵਿੱਚ dental managed care (DMC) ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

DMC ਪਲਾਨ	Sacramento	Los Angeles
Access Dental Plan, Inc <a href="http://www.premierlife.com">www.premierlife.com</a>	(877) 821-3234 (CSL) (800) 735-2929 (TTY/TDD)	(888) 414-4110 (CSL) (800) 735-2929 (TTY/TTD)
Health Net of California, Inc <a href="http://www.healthnet.com">www.healthnet.com</a>	(877) 550-3868 (TTY/TTD)	(800) 977-7307 (TTY/TTD)
Liberty Dental of California, Inc <a href="http://www.libertydentalplan.com">www.libertydentalplan.com</a>	(877) 550-3875 (CSL) (877) 855-8039 (TTY)	(800) 703-6999 (CSL) (877) 855-8039 (TTY)

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **San Mateo ਕਾਉਂਟੀ** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Health Plan of San Mateo (HPSM) ਜਾਂ FFS ਰਾਹੀਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ।
  - ਜੇ ਤੁਸੀਂ HPSM ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ HPSM ਦੁਆਰਾ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ। Health Plan of San Mateo ਰਾਹੀਂ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, **1-800-750-4776** 'ਤੇ ਜਾਂ **650-616-2133** (TTY: 1-800-735-2929 ਜਾਂ 711) 'ਤੇ ਪਲਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
  - ਜੇ ਤੁਸੀਂ Kaiser ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ FFS ਦੁਆਰਾ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ। ਦੰਦ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental ਡੈੱਟਲ ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ (Customer Service Center) ਨੂੰ **1-800-322-6384** (TTY: 1-800-735-2922) 'ਤੇ ਸੇਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤਕ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਮੁੱਢਲੇ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਦੇ ਜਰੀਏ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਟੀ) ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਵੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਉਂਟੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪਲੈਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ (ਸਪੈਸ਼ਲਿਟੀ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਸਹੀ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ County Mental Health Plan ਸੰਪਰਕ ਸੂਚੀ [bit.ly/mhp-contact-list](http://bit.ly/mhp-contact-list) 'ਤੇ ਹੈ।

### ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਹੋਰ substance use disorder ਲਈ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਤੋਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ substance use disorder ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ Drug Medi-Cal Program ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ [bit.ly/mhp-contact-list](http://bit.ly/mhp-contact-list) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

### ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਅਤੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਅਗਾਉਂ ਅਧਿਕਾਰ (ਅਗਾਉਂ-ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ) ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਹਿ-ਅਦਾਇਗੀ (co-payment) ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਮਰੀਜ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਦੌਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸਲਾਹ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਇੰਸਰਸ਼ੰਸ ਜਾਂ ਉਪਕਰਣ
- ਟਿਊਬਲ ਲੀਗੇਸ਼ੰਸ

- ਨਸਬੰਦੀ
- ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਉਪਕਰਣ
- ਗਰਭਪਾਤ
- ਪਿਛਲੀਆਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ
- ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਰੇਡੀਓਲੋਜੀ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਦਵਾਈਆਂ

### ਫਾਰਮੇਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

Medi-Cal Rx ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਲੈਣ ਲਈ ਤਜਵੀਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal Managed Care Plan ਅਤੇ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਉਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ।

Medi-Cal Rx ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ Medi-Cal ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [medi-calrx.dhcs.ca.gov](http://medi-calrx.dhcs.ca.gov) 'ਤੇ ਜਾਓ। ਜਾਂ Medi-Cal Rx ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ 1-800-977-2273 (TTY: State Relay ਨੂੰ 711 ਉਤੇ) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ Medi-Cal Benefits Identification Card (BIC) ਨੰਬਰ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ।

ਜੇਕਰ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮਾਂਕਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਲੈਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

### ਆਵਾਜਾਈ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਵਰ ਕੀਤੀ Medi-Cal ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਲਈ ਜਾਣ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ Non-Medical Transportation ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ, ਟੈਕਸੀ, ਬੱਸ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਵਾਹਨ ਦੁਆਰਾ ਮੁਫ਼ਤ ਸਵਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ Non-Medical Transportation services ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਨੁਸਖੇ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਕਾਰ, ਬੱਸ, ਟੈਕਸੀ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਵਾਹਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ Non-Emergency Medical Transportation ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਐਂਬੂਲੈਂਸ, ਵੀਲਚੇਅਰ ਵੈਨ, ਜਾਂ ਲਿਟਰ ਵੈਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

Non-Emergency Medical Transportation ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਨੁਸਖੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ, ਪੇਡੀਆਟ੍ਰਿਸਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ substance use disorder ਪ੍ਰਦਾਤਾ Non-Emergency Medical Transportation ਲਈ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। Non-Emergency Medical Transportation ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲੈਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਫਾਰਮੇਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਕਿਸਮ Medi-Cal ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਮੈਡੀਕਲ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਪਰ Medi-Cal ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਤੈਅ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਵਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ DHCS ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। Medi-Cal ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮਜ਼ਦ ਵਿਅਕਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ DHCSNMT@dhcs.ca.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ Non-Emergency Transportation ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।

### **Home and community-based services (HCBS)**

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- In-Home Supportive Services (IHSS) ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸੇਵਾਦਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ
- Home and Community-Based Alternatives Waiver ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨ-ਹੋਮ ਨਰਸਿੰਗ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ, ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ Community-Based Adult Services
- ਹੋਰ ਲਾਭ

ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [bit.ly/IHSSProgram](http://bit.ly/IHSSProgram) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### **5. ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਸੰਬੰਧੀ Medi-Cal ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?**

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ Medi-Cal ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ Medi-Cal ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ। Full Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [bit.ly/medi-cal-ehb-benefits](http://bit.ly/medi-cal-ehb-benefits) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### **6. ਕੀ ਮੈਂ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਅਦਾ ਕਰਾਂਗਾ?**

ਨਹੀਂ। ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕੋਈ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। Medi-Cal Managed Care Plan ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

### **7. ਕੀ ਮੇਰਾ Share of Cost (SOC) ਹੋਵੇਗਾ?**

Medi-Cal ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Share of Cost (SOC) ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। SOC ਉਹ ਰਕਮ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਉਸ ਮਹੀਨੇ ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal ਕਵਰੇਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ SOC ਨਾਲ Medi-Cal ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਆਪਣੇ SOC ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal ਉਸ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਲਾਗਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ Medi-Cal ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ ਆਪਣੇ SOC ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

### **8. ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ full Medi-Cal ਕਿਵੇਂ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਾਂਗਾ?**

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ SOC ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ full Medi-Cal ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਪਲੈਨ ਦੇ

ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪਲੈਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਸੇ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸੁਗਰ ਵਰਗੀ ਪੁਰਾਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal Managed Care Plan Medi-Cal ਦੇ ਅਧੀਨ ਕਵਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੋ County Organized Health System (COHS) ਜਾਂ ਇੱਕ Single Plan ਦੇ ਜਰੀਏ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ COHS ਪਲੈਨ, Single Plan, ਜਾਂ Kaiser Permanente ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ Medi-Cal Managed Care Plan ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਲੈਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ COHS ਜਾਂ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, [bit.ly/county-info](http://bit.ly/county-info) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ SOC ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ Long-term Care Facility ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ Medi-Cal Managed Plan ਵਿੱਚ ਨਾਂਅ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## 9. Medi-Cal Managed Care Plan ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

Medi-Cal Managed Care Plan ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਪਲੈਨ ਹੈ ਜੋ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ Medi-Cal ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੀ ਬਜਾਏ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਦੇ ਜਰੀਏ ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਾਉਂਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਘਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਾ ਅਧਾਰਤ ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ Medi-Cal ਫਾਰਮੇਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ
- Substance use disorder (SUD) ਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ In-Home Supportive Services (IHSS) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-For-Service (regular) Medi-Cal ਦੁਆਰਾ ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋਗੇ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਕਰਦੇ ਹੋ।

Medi-Cal Managed Care Plans ਦੁਆਰਾ ਉਪਲਬਧ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [healthcareoptions.dhcs.ca.gov](http://healthcareoptions.dhcs.ca.gov) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## 10. ਮੈਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਕਿਵੇਂ ਚੁਣਾਂ?

ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਲਈ ਚੋਣ ਜਿਸ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ COHS ਜਾਂ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, [bit.ly/county-info](http://bit.ly/county-info) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਕੋਲ County Organized Health System (COHS) ਜਾਂ Single Plan ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ Health Care Options ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ *My Medi-Cal Choice* ਪੈਕੇਟ ਭੇਜੇਗਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plans ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਹੁਣ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। HIV/AIDS, ਤੀਜੀ ਤਿਮਾਹੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ, ਚੱਲ ਰਹੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ, ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਇਲਾਜ ਵਰਗੀਆਂ ਜਟਿਲ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ “Medical Exemption Request” ਫਾਰਮ ਭਰੋ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ ਜੋ *My Medi-Cal Choice* ਪੈਕੇਟ ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ Medi-Cal Managed Care Plan ਚੁਣੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। Health Care Options ਨੂੰ **1-800-430-4263** (TTY: 1-800-430-7077) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ [healthcareoptions.dhcs.ca.gov](http://healthcareoptions.dhcs.ca.gov) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 90 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿਨਾਂ ਲਈ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-For-Service (regular) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ।

## 11. Health Care Options ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

Health Care Options ਇੱਕ Medi-Cal ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plans ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। Health Care Options ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

Health Care Options ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [healthcareoptions.dhcs.ca.gov](http://healthcareoptions.dhcs.ca.gov) ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, Health Care Options ਨੂੰ 1-800-430-4263 (TTY: 1-800-430-7077) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Health Care Options ਵਿੱਚ ਗੈਰ-COHS ਅਤੇ Single Plan ਕਾਉਂਟੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ COHS ਕਾਉਂਟੀ ਜਾਂ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕਾਉਂਟੀ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## 12. ਜੇਕਰ ਮੈਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਕੌਣ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇੱਕ ਵਾਰ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਡਾਕਟਰ ਚੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ 30 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਅਜਿਹਾ Medi-Cal Managed Care Plan ਚੁਣੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚੋਂ ਚੁਣਨ ਲਈ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਐਨਲਾਈਨ ਸੂਚੀ ਪੜ੍ਹੋ। ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੇਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰ 'ਤੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ ਡਾਕਟਰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## 13. ਜੇਕਰ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

Continuity of care ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮੌਜੂਦਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ Medi-Cal ਡਾਕਟਰ, ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ, ਅਤੇ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਥੈਰੇਪਿਸਟਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ



ਸਰੀਰਕ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਆਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਸੁਆਸ ਸੰਬੰਧੀ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਸਪੀਚ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plan ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਲੈਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ Medi-Cal Managed Care Plan ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਤਾਂ [bit.ly/DHCSCOC](http://bit.ly/DHCSCOC) 'ਤੇ ਜਾਓ।

#### 14. ਕਿਸ ਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ-COHS ਜਾਂ ਗੈਰ-Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ:

- ਅਮਰੀਕੀ ਭਾਰਤੀ/ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਹੋ
- ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਜਿਸਨੂੰ Foster Care, Adoption Assistance Program, ਜਾਂ Child Protective Services ਅਧੀਨ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
- California ਵੈਟਰਨਜ਼ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ
- California ਵੈਟਰਨਜ਼ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਡਾਕਟਰੀ ਛੋਟ ਹੈ; ਜਾਂ
- Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਲਈ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰੀ ਛੋਟ ਲਵੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਹੋ ਜਿਸਨੂੰ Foster Care, Adoption Assistance Program, ਜਾਂ Child Protective Services ਤਹਿਤ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਪਲੈਨ ਜਾਂ FFS Medi-Cal ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ।

Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਛੋਟਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, 1-800-430-4263 (TTY:1-800-430-7077) 'ਤੇ Health Care Options ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ COHS, Single Plan ਜਾਂ ਗੈਰ-COHS, ਗੈਰ-Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, [bit.ly/county-info](http://bit.ly/county-info) 'ਤੇ ਜਾਓ।

#### 15. ਕੀ ਮੈਨੂੰ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਡਾਕਟਰੀ ਛੋਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਛੋਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਕੋਲ County Organized Health System (COHS) ਜਾਂ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਸਥਾਈ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ “Medical Exemption Request” ਫਾਰਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੇ *My Medi-Cal Choice* ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚ ਮਿਲ

ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਮੈਡੀਕਲ ਛੇਟ ਦੇਣ ਲਈ ਕਰੋ। ਬਹੁਤੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ Medi-Cal Managed Care Plan ਵਿੱਚ 90 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਬੰਧਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾਖਲੇ ਤੋਂ ਛੇਟ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਕਲੀਨਿਕ, ਜਾਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫ਼ਾਰਮ ਦਾ ਭਾਗ ਭਰਨਾ ਹੋਏਗਾ। ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫ਼ਾਰਮ Health Care Options ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਡਾਕਟਰੀ ਛੇਟ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- Health Care Options ਨੂੰ 1-800-430-4263 (TTY: 1-800-430-7077) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- [healthcareoptions.dhcs.ca.gov](http://healthcareoptions.dhcs.ca.gov) 'ਤੇ Health Care Options ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਛੇਟ ਪ੍ਰਵਾਨ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Fee-for-Service (regular) Medi-Cal ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਛੇਟ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤਕ ਆਪਣਾ ਡਾਕਟਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ 12 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਪਣੇ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਛੇਟ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਾ ਡਾਕਟਰੀ ਛੇਟ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 11 ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। Health Care Options ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਛੇਟ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ 45 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਣਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ ਕਿਵੇਂ ਮੰਗਣੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਛੇਟ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal Managed Care Plan ਨੂੰ “continuity of care” ਲਈ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰਸ਼ਨ 11 ਵਿੱਚ continuity of care ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਪੜ੍ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ COHS ਕਾਉਂਟੀ ਜਾਂ Single Plan ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਛੇਟ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਛੇਟਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੀ ਮੰਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, [healthcareoptions.dhcs.ca.gov](http://healthcareoptions.dhcs.ca.gov) 'ਤੇ Health Care Options ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

## 16. ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ Medi-Cal ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

U.S. Department of Homeland Security ਅਤੇ U.S. Citizenship and Immigration Services ਸਿਹਤ, ਭੇਜਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ public charge ਨਿਰਧਾਰਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੀ। ਇਸ ਲਈ, Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ (ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) ਤੁਹਾਡੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਏਗੀ। ਉਮਰ 26 ਤੋਂ 49 Adult Expansion ਇੱਕ ਰਾਜ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਾਜ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰਾਜ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ।

DHCS ਅਤੇ ਕਾਉਂਟੀ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਏਜੰਸੀਆਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਚਾਰਜ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਯੋਗ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

California Department of Social Services, California ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਯੋਗ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੰਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। [Bit.ly/immigration-service-contractors](http://Bit.ly/immigration-service-contractors) 'ਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ, [immigrantguide.ca.gov](http://immigrantguide.ca.gov) 'ਤੇ California's Immigrant Guide 'ਤੇ ਜਾਓ।

Public Charge ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ, [chhs.ca.gov/public-charge-guide/](http://chhs.ca.gov/public-charge-guide/) 'ਤੇ California Health and Human Services Agency Public Charge Guide 'ਤੇ ਜਾਓ।

#### 17. ਮੈਂ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਥੋਂ ਜਾਣ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- 1-800-541-5555 'ਤੇ DHCS Medi-Cal Helpline ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਲ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ।
- 1-888-452-8609 'ਤੇ DHCS Ombudsman Office ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਲ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ [MMCDOmbudsmanOffice@dhcs.ca.gov](mailto:MMCDOmbudsmanOffice@dhcs.ca.gov) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ। Ombudsman Office Medi-Cal ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- DHCS ਵੈੱਬਸਾਈਟ [bit.ly/MyMedi-Cal](http://bit.ly/MyMedi-Cal) 'ਤੇ Medi-Cal ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।
- DHCS Adult Expansion ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਬਾਰੇ [bit.ly/AdultExpansion](http://bit.ly/AdultExpansion) 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।
- [AdultExpansion@dhcs.ca.gov](mailto:AdultExpansion@dhcs.ca.gov) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।