

ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ Medi-Cal ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਭਾਂ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ

1. ਕੀ ਮੈਂ ਹਾਲੇ ਵੀ Medi-Cal ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਾਲੇ ਵੀ Medi-Cal ਹੈ। ਰਾਜ ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal ਕਵਰੇਜ ਵਿਚ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਜੋੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ Medi-Cal ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ।

2. ਮੇਰਾ Medi-Cal ਕਿਉਂ ਬਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ?

1 ਜਨਵਰੀ, 2020 ਤੋਂ California ਵਿਚ ਇਕ ਨਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ Medi-Cal ਮਿਲੇਗਾ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਲਈ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ 26 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹਨ। ਅਪਵਾਸ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਕੋਈ ਮਾਇਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

3. ਪੂਰੀ Medi-Cal ਕੀ ਹੈ?

Medi-Cal ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰਾ Medi-Cal ਸਿਰਫ ਆਪਾਤਕਾਲੀਨ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਿਕਿਤਸਾ, ਦੰਤ ਚਿਕਿਤਸਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਅਤੇ ਦਿਸ਼ਟੀ (ਨੇਤਰ) ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ Medi-Cal ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਉਪਯੋਗ, ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਦੰਤ ਚਿਕਿਤਸਾ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਹਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ ਮੁੱਢਲਾ ਦੇਖਭਾਲ ਚਿਕਿਤਸਿਕ ਹੋਵੇਗਾ। ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ ਹਵਾਲਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੂਰੀ Medi-Cal ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/Pages/Medi-Cal_EHB_Benefits.aspx 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਪੂਰੀ Medi-Cal ਪ੍ਰਤੀਬੱਧਿਤ Medi-Cal ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੈ। ਪ੍ਰਤੀਬੱਧਿਤ Medi-Cal ਸੀਮਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸੀਮਤ Medi-Cal ਹੈ ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਈਆਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੀ Medi-Cal ਦੇ ਲਾਭ ਮਿਲਣਗੇ।

4. ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਮੈਂ 26 ਸਾਲ ਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹਾਂ?

26 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੀ Medi-Cal ਮਿਲੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 2 ਜਨਵਰੀ 2020 ਅਤੇ 30 ਜੂਨ 2020 ਵਿਚਾਲੇ 26 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋ ਜਾਵੋਗੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ fee-for-service Medi-Cal ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਜਾਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

5. ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਪੂਰੀ Medi-Cal ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂਗਾ?

ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ 2 ਜਨਵਰੀ 2020 ਅਤੇ 30 ਜੂਨ 2020 ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ 26 ਸਾਲ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੂਰੀ Medi-Cal ਹੋਵੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕ Medi-Cal ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ fee-for-service (ਨਿਯਮਤ) Medi-Cal ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਪੂਰਾ Medi-Cal ਲਾਭ ਮਿਲੇਗਾ।

ਇੱਕ ਮੈਡੀ-ਕੈਲ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਚੈਕਅਪ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸੁਗਰ ਵਰਗੀ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ

ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ. ਮੈਡੀ-ਕੈਲ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੇਗੀ.

6. Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਕੀ ਹੈ?

Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਇਕ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਣ। ਇਕ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

7. ਮੈਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਚੁਣ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਤੁਹਾਡਾ Medi-Cal ਪਲਾਨ ਵਿਕਲਪ ਉਸ ਕਾਊਂਟੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ। ਪੂਰੇ ਸਕੋਪ Medi-Cal ਵਿਚ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੇਲ ਵਿਚ ਇਕ ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਦੱਸੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀ ਜਟਿਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ "ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਅਪੀਲ" ਫਾਰਮ ਭਰੋ ਅਤੇ ਭੇਜੋ ਜੋ ਕਿ ਨੋਟਿਸ ਦੇ ਪੈਕੇਟ ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ County Organized Health System (COHS) ਰਾਹੀਂ Medi-Cal ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆਖ ਸਕਦੇ। ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ fee-for-service ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। COHS ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਸਾਮੱਗਰੀ ਭੇਜਣਗੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Medi-Cal ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਕ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੇਗੀ। ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ **1-800-430-4263** 'ਤੇ Health Care Options ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। (ਟੀਟੀਵਾਈ 1-800-430-7077)। ਜਾਂ ਫਿਰ

<https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov> 'ਤੇ ਜਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਇਕ ਹੋਰ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ fee-for-service ਲਈ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ।

8. Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਜਿਸ ਮਹੀਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੀ Medi-Cal ਮਿਲੇਗੀ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਣ ਤੱਕ fee-for-service Medi-Cal ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ fee-for-service Medi-Cal ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਲਈ, ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਾਊਂਟੀ ਕਲਿਆਣ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ

ਨਵੀਆਂ "Medi-Cal fee-for-service ਸਰਵਿਸ" ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਆਨਲਾਈਨ ਸੂਚੀ ਦਾ ਵੀ ਉਪਯੋਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ Medi-Cal fee-for-service ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਨ।

9. ਜਦੋਂ ਮੈਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਹੋਵਾਂਗਾ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਡਾਕਟਰ ਕੌਣ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਮੁੱਢਲਾ ਦੇਖਭਾਲ ਡਾਕਟਰ ਚੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮੌਜੂਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫਿਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰੋ ਤਾਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਚੁਣੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਆਨਲਾਈਨ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਆਪਣੇ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀਆਂ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ COHS ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ COHS Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਖੋਜ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

10. ਕੀ ਮੈਂ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਉਹ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਡਾਕਟਰ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ 12 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਦੇਖਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਰੰਤਰ ਦੇਖਭਾਲ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੈਡੀ-ਕੈਲ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੀਆਂ ਸਦੱਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀ-ਕੈਲ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ "ਮੈਡੀਕਲ ਛੋਟ ਦੀ ਬੇਨਤੀ" ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਰਹਿ ਸਕੋ।

11. ਕੀ ਮੈਂ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੂੰਗਾ?

ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚਕਿਤਸਾ ਲਾਗਤਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

12. ਕੀ ਮੈਨੂੰ Share of Cost (SOC)?

ਇਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣੇ ਹੀ SOC ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ SOC ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋਗੇ।

13. ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀ-ਕੈਲ ਦੁਆਰਾ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Sacramento ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ Medi-Cal Dental Managed Care ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ। Medi-Cal Dental Managed Care ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ 1-800-430-4263 (ਟੀਟੀਵਾਈ: 1-800-430-7077) 'ਤੇ Health Care Options ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਵਿਕਲਪ ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚ ਦੰਤ ਚੋਣ ਫਾਰਮ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Los Angeles ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਡੈਂਟਲ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸ਼ੁਲਕ ਰਾਹੀਂ Medi-Cal Dental Program ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ Medi-Cal Dental Managed Care ਪਲਾਨ ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। Medi-Cal Dental Managed Care ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ 1-800-430-4263 (ਟੀਟੀਵਾਈ: 1-800-430-7077) 'ਤੇ Health Care Options 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਚੋਣ ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚਲੇ ਡੈਂਟਲ ਚੋਣ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਹੋਰਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਊਂਟੀਆਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ Medi-Cal Dental Program ਰਾਹੀਂ fee-for-service ਦੰਤ ਚਿਕਿਤਸਾ (ਦੰਤ ਚਿਕਿਤਸਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਨਿਯਮਤ Medi-Cal) ਮਿਲੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੰਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਜੋ ਕਿ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਦੰਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 1-800-322-6384 (ਟੀਟੀਵਾਈ: 1-800-735-2922) 'ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8.00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਵਜੇ ਤੱਕ Medi-Cal ਡੈਂਟਲ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ Medi-Cal Dental Program's Smile, California ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ <http://smilecalifornia.org/> 'ਤੇ ਵੀ ਇੱਕ ਦੰਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ:

ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਜਨਨ ਅਤੇ ਯੌਨ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰਭ-ਨਿਰੋਧਕ, ਯੌਨ ਸੰਚਾਰਿਤ ਸੰਕ੍ਰਮਣ, ਗਰਭਅਵਸਥਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗਰਭਪਾਤ ਦਾ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। Medi-Cal ਲਾਭ ਪਾਤਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ:

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ Medi-Cal ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ Medi-Cal ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਉਲੇਖ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਵਾਲੇ ਦੇ ਬਗੈਰ ਆਪਣੀ ਕਾਊਂਟੀ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ substance use disorder (SUD) ਹੈ। ਇੱਕ

SUD ਇਕ ਕਰੋਨਿਕ ਰਿਲੈਪਸਿੰਗ ਦਿਮਾਗੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। Medi-Cal ਵਿਚ ਕਈ SUD ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਵੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਇਕ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ। ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਵਹਾਰ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗੈਰ-ਮੈਡੀਕਲ ਪਰਿਵਹਿਨ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕਟਰ, ਕਲੀਨਿਕ, ਡੈਂਟਿਸਟ ਜਾਂ ਇਕ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਹੋਰ Medi-Cal ਵੱਲੋਂ ਕਵਰ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ-ਮੈਡੀਕਲ ਪਰਿਵਹਿਨ ਲਈ ਪਾਤਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Medi-Cal ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਰਿਵਹਿਨ ਲਈ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ fee-for-service ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ <https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/Pages/Transportation.aspx> 'ਤੇ ਇਕ ਪਰਿਵਹਿਨ ਕੰਪਨੀ ਲੱਭਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਲਈ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ DHCS-Benefits@dhcs.ca.gov ਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਪਹਿਲੀ ਈਮੇਲ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਦਿਓ। Department of Health Care Services (DHCS) ਦਾ ਸਟਾਫ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਪੁੱਛਣਗੇ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪ੍ਰਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਸੇਵਾ ਲਈ ਪੁੱਛਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

14. ਮੈਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

1-800-541-5555 'ਤੇ Department of Health Care Services (DHCS) Medi-Cal ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਟੋਲ-ਫਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 8.00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਵਜੇ ਤੱਕ 1-888-452-8609 'ਤੇ DHCS ਦਫਤਰ ਵਿਚ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਦਫਤਰ Medi-Cal ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ <https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/eligibility/Pages/YoungAdultExp.aspx> 'ਤੇ DHCS ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

15. ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ Medi-Cal ਲਾਭ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ?

ਆਪਣੀ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ Medi-Cal ਲਾਭਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਇਕ ਯੋਗ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਅਟਾਰਨੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। California Department of Social Services (CDSS) California ਰਾਜ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਗੈਰ-ਲਾਭਕਾਰੀ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੂੰ ਫੰਡਸ ਲਈ ਕੁਆਲੀਫਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੀ ਇਕ ਸੂਚੀ : <https://www.cdss.ca.gov/Benefits-Services/More-Services/Immigration-Services/Immigration-Services-Contractors> 'ਤੇ CDSS ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।

ਵਾਧੂ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ <https://immigrantguide.ca.gov/> 'ਤੇ California's ਦੀ ਅਪ੍ਰਵਾਸ ਗਾਈਡ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।