



HealthTalk

Ваша подорож до кращого здоров'я



Чи знаєте ви, які лікарські препарати покриваються вашим планом медичного страхування?

Див. сторінку 2 для отримання детальної інформації про ваші пільги на рецептурні препарати.



Переваги плану

3 турботою про вас

Ми хочемо переконатися, що ви отримуєте необхідну вам медичну допомогу, коли вона вам потрібна.

Якщо вам потрібна допомога, щоб дістатися до кабінету вашого лікаря, Управління охорони здоров'я (НСА) штату Вашингтон пропонує пільги на транспортування, щоб доставляти вас на прийоми до лікаря.

Якщо вам потрібна невідкладна допомога, ми пропонуємо медичне обслуговування у відділенні невідкладної допомоги в позаробочий час, за телефоном Служби консультацій із медсестрою NurseLine (послуга доступна цілодобово), а також через віртуальні візити через застосунок UHC Doctor Chat. Ми хочемо, щоб ви знали, що ці послуги доступні вам як учаснику плану.

Щоб знайти постачальників послуг, дізнатися про пільги на транспортування або знайти місця розташування центрів невідкладної допомоги, відвідайте вебсайт **myuhc.com** або скористайтеся застосунком **UnitedHealthcare**.

<First Name> <Last Name>
<DB_ADDRESS1>
<DB_ADDRESS2>
<DB_CITY, DB_STATE DB_ZIP4>



Рекомендації щодо
медичного обслуговування

Медичне обслуговування найвищої якості

Ми надаємо нашим постачальникам інструменти, щоб вони могли надавати учасникам наших програм найкраще медичне обслуговування. Ці інструменти називаються рекомендаціями з клінічної практики. Вони інформують постачальників послуг про те, як лікувати захворювання й підтримувати здоров'я. Рекомендації стосуються лікування різних захворювань і станів, як-от діабету, підвищеного артеріального тиску й депресії. Вони також надають інформацію про те, як зберегти здоров'я за допомогою правильного харчування, фізичних вправ і рекомендованих вакцин.

Дізнайтеся більше. Для отримання додаткової інформації відвідайте вебсайт uhcprovider.com/cpg.



Переваги плану

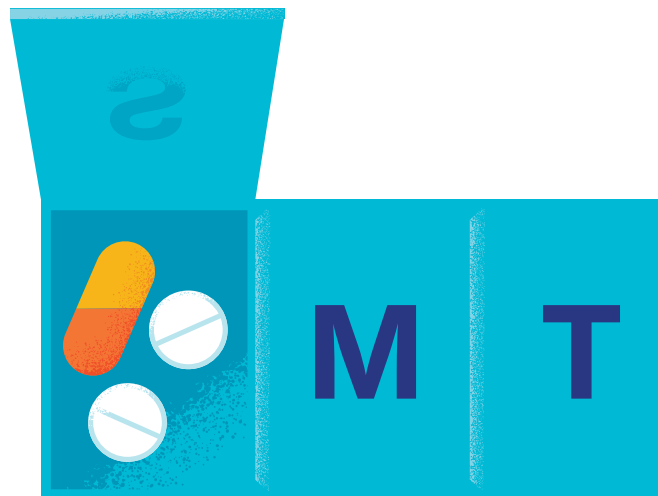
Дізнайтеся про ваші пільги на ліки

Відвідайте наш вебсайт, щоб дізнатися про ваші пільги на рецептурні препарати. Там є така інформація:

- 1. Які лікарські препарати покриваються планом страхування.** Є перелік препаратів, що покриваються планом страхування. Можливо, вам доведеться застосовувати препарат-дженерик замість препарату з патентованою назвою.
- 2. Де можна отримати ліки за рецептом.** Ви можете знайти найближчу до вас аптеку, яка приймає ваш план страхування. Ви також можете отримувати певні ліки поштою.
- 3. Правила, які можуть застосовуватися.** Деякі ліки можуть покриватися планом страхування лише в певних випадках. Наприклад, вам може знадобитися спочатку спробувати інший препарат. (Це називається «поетапне лікування».) Або вам може знадобитися згода UnitedHealthcare на застосування препарату. (Це називається «попередній дозвіл».) Також можуть бути обмеження на кількість певних препаратів, яку ви можете отримати.
- 4. Будь-які ваші витрати.** Ви не повинні доплачувати за рецептурні препарати.



Перевірте це. Знайдіть інформацію про ваші пільги на лікарські препарати на вебсайті myuhc.com/CommunityPlan. Або зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером для безкоштовних дзвінків **1-877-542-8997**, ТТУ 711.





Ми піклуємось

План страхування UnitedHealthcare Community Plan надає програми та послуги, які допоможуть вам підтримувати здоров'я. Ми також пропонуємо послуги, які допоможуть краще справлятися із захворюваннями та задовольняти інші потреби в догляді. Вони є частиною нашої програми Population Health та можуть охоплювати:

- навчання в галузі здоров'я та нагадування;
- підтримку й навчання в післяродовий період;
- підтримку при розладах, пов'язаних зі вживанням психоактивних речовин;
- програми для задоволення комплексних медичних потреб (менеджери з догляду працюють із вашим лікарем та іншими сторонніми організаціями).

Ці програми є добровільними. Вони пропонуються вам безкоштовно. Ви можете припинити участь у будь-якій програмі в будь-який час.

Додаткову інформацію можна знайти на вебсайті **myuhc.com**. Там ви можете дізнатися більше про пільги, програми й послуги, що пропонуються вам. Якщо ви хочете отримати направлення в нашу програму ведення пацієнтів, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997**, ТТУ 711.



Візьміть на себе відповідальність

Підготуйтеся до прийому у вашого лікаря.

Якщо ви підготуєтесь до візиту до лікаря, це може допомогти вам отримати максимальну користь від прийому. Так само може допомогти, якщо ви переконаєтесь, що ваш лікар знає про всі види медичної допомоги, які ви отримували. Ось як ви можете взяти на себе відповідальність за своє медичне обслуговування:

1. Заздалегідь подумайте, що саме ви хочете отримати від цього візиту. Намагайтеся зосередитися на трьох основних речах, з якими вам потрібна допомога.
2. Повідомте свого лікаря про будь-які лікарські препарати або вітаміни, які ви приймаєте регулярно. Візьміть із собою письмовий список. Або візьміть із собою сам лікарський препарат.
3. Повідомте свого лікаря про інших спеціалістів, у яких ви, можливо, спостерігаєтесь, зокрема про фахівців із психічного здоров'я. Згадайте про всі лікарські засоби або види лікування, які вам призначали. Також візьміть із собою копії результатів усіх обстежень, які ви проходили.
4. Якщо ви перебували в лікарні або відділенні невідкладної допомоги, зверніться до свого лікаря якомога швидше після виписки. Поділіться з ним указівками щодо виписки. Належне подальше спостереження може запобігти повторній госпіталізації або візиту до відділення невідкладної допомоги.



Необхідне медичне обслуговування

UnitedHealthcare Community Plan здійснює керування доцільним використанням (utilization management, UM). Це роблять усі програми страхування здоров'я з керованим обслуговуванням. Так ми переконуємося, що наші учасники отримують потрібну допомогу в потрібний час і в потрібному місці.

Лікар розглядає запити щодо ситуацій, коли медичне обслуговування може не відповідати рекомендаціям. Він вирішує, чи медичне обслуговування та послуги є правильними. Послуги мають покриватися вашими пільгами. Ми не винагороджуємо лікарів чи персонал за відмову в наданні послуг. Ми не платимо нікому за надання меншого обсягу медичного обслуговування.

Учасники й лікарі мають право подати апеляцію на відмову. У повідомленні про відмову буде зазначено, як подати апеляцію.



Виникли запитання? Ви можете поговорити зі співробітниками нашого персоналу. Вони доступні з 8:00 до 17:00, з понеділка по п'ятницю. Якщо вам потрібно залишити повідомлення, вам передзвонять. За потреби ви можете скористатися послугами телетайпу (TDD/TTY) і мовною підтримкою. Просто зателефонуйте за номером **1-877-542-8997**, TTY **711**, дзвінок безкоштовний.



За допомогою посібника

Ви прочитали посібник учасника? Це чудове джерело інформації. У ньому йдеться про те, як використовувати ваш план. У ньому пояснюється таке:

- ваші права й обов'язки учасника;
- ваші пільги й послуги;
- пільги та послуги, яких ви не отримуєте (винятки);
- які витрати ви можете понести за медичне обслуговування;
- як дізнатися про постачальників послуг, які входять у мережу;
- як працюють ваші пільги на рецептурні препарати;
- що робити, якщо вам потрібне медичне обслуговування, коли ви перебуваєте за містом;
- коли та як ви можете отримати допомогу від постачальника послуг, який не входить у мережу;
- де, коли та як отримати первинну, цілодобову, психологічну, спеціалізовану, госпітальну та невідкладну допомогу;
- наша політика конфіденційності;
- що робити, якщо ви отримали рахунок;
- як подати скаргу або апеляцію на рішення про страхове покриття;
- як запросити послуги усного перекладача або отримати іншу мовну допомогу чи допомогу з перекладом;
- як програма ухвалює рішення про покриття нових методів лікування або технологій;
- як повідомити про шахрайство та зловживання.



Отримайте все це. Ви можете прочитати онлайн-версію посібника учасника на вебсайті **myuhc.com**. Або зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером для безкоштовних дзвінків **1-877-542-8997**, TTY **711**, щоб отримати екземпляр посібника.



Потреби в спілкуванні

We provide free services to help you communicate with us. We can send you information in languages other than English or in large print. You can ask for an interpreter. To ask for help, please call Member Services at the phone number on page 10.

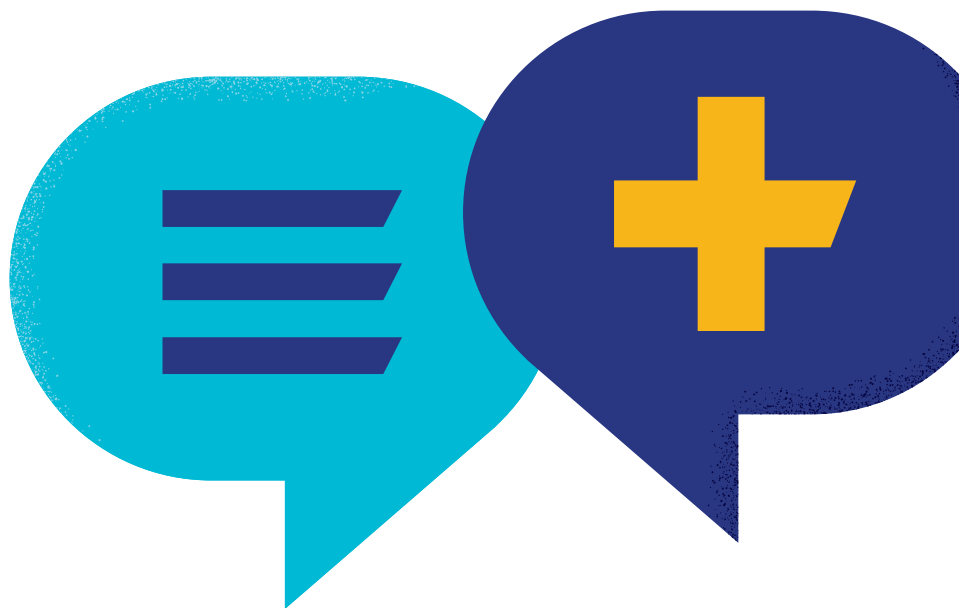
Ofrecemos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Podemos enviarle información en otro idioma que no sea inglés o en letra grande. También puede solicitar un intérprete. Para pedir ayuda, llame a Servicios para Miembros al número de teléfono que aparece en la página 10.

Мы предоставляем бесплатные услуги, которые помогут вам общаться с нами. Мы можем отправлять вам информацию на других языках, помимо английского, или крупным шрифтом. Вы можете попросить предоставить вам устного переводчика. Чтобы обратиться за помощью, позвоните в отдел обслуживания участников по номеру телефона, указанному на странице 10.

Chúng tôi cung cấp các dịch vụ miễn phí để giúp quý vị giao tiếp với chúng tôi. Chúng tôi có thể gửi cho quý vị thông tin bằng các ngôn ngữ khác tiếng Anh hoặc dưới bản in cỡ lớn. Quý vị có thể yêu cầu một thông dịch viên. Để xin hỗ trợ, hãy gọi Dịch vụ Hội viên theo số trang 10.

Ми надаємо безкоштовні послуги, які допоможуть вам спілкуватися з нами. Ми можемо надсилати вам інформацію іншими мовами, окрім англійської, або великим шрифтом. Ви можете попросити надати вам усного перекладача. Щоб звернутися за допомогою, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером телефону, зазначеним на сторінці 10.

我們提供免費服務，以幫助您與我們溝通。我們可寄給您英文以外之其他語言版本或大字版的資訊。您可要求提供口譯服務。如欲要求協助，請致電會員服務部，電話號碼列於第10頁。





저희는 귀하가 저희와 의사소통할 수 있도록 도와드리기 위해 무료 서비스를 제공합니다. 저희는 영어 이외의 언어 또는 큰 활자체로 된 정보를 귀하에게 보내드릴 수 있습니다. 귀하는 통역사를 요청하실 수 있습니다. 도움을 요청하시려면 10 페이지에 있는 전화번호로 가입자 서비스부에 전화해 주십시오.

نحن نقدم لك خدمات مجانية لمساعدتك على التواصل معنا؛ يمكننا أن نرسل لك المعلومات بلغات أخرى غير اللغة الإنجليزية أو بحروف كبيرة. يمكنك أن تطلب الاستعانة بمتترجم فوري. لطلب المساعدة، يرجى الاتصال بقسم خدمات الأعضاء على رقم الهاتف الموجود في الصفحة 10.

Waxaan bixinaa adeegyo bilaash si aan kaaga caawino inaad nala xiriirto. Macluumaadka ayaan kuugu soo diri karnaa luuqadaha aheynIngiriisiga ama far waaweyn. Waxaad codsan kartaa turjumaan. Si aad u weydiin in lagu caawiyo, fadlan ka wac Member Services lambarka telefoonka ee ku yaala bogga10-aad.

ಹಿನ್ನೆಲೆ ೨೮ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ೧೨ ಸದಸ್ಯರನ್ನು
ಸಂಸ್ಥೆಯು:: ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳ ದೃಶ್ಯ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್ ದೃಶ್ಯ
ನಿರ್ದೇಶನದ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಸಂಸ್ಥೆಯು:: ಸಂಸ್ಥೆಯು
ಸಂಸ್ಥೆಯು ದೃಶ್ಯ:: ಸಂಸ್ಥೆಯು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ: ಸಂಸ್ಥೆಯು ೧೦೧೦
೧೦೦ ಸದಸ್ಯರ ದೃಶ್ಯ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸದಸ್ಯರ ದೃಶ್ಯ::

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਫਿਰ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਸੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨਾ ਨੰ 10 ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ما خدمات رایگانی را برای کمک به برقراری ارتباط با شما ارائه می می دهیم. ما می توانیم اطلاعات را به زبان های غیر از انگلیسی یا با صورت چاپ درشت برای شما ارسال کنیم. همچنین می توانید درخواست مترجم کنید. برای درخواست کمک، لطفاً با خدمات اعضا از طریق شماره تلفنی که در صفحه 10 ذکر شده است تماس بگیرید.

ምሳሌ ክትረዳድኡ ንምሕጋዝ ነጻ ኣገልግሎት ንህብ ኢና። ካብ ኣንግሊዝኛ ወጻኢ ብኻልእ ቋንቋታት ወይ ብዓቢ ሕትመት ሓበሬታ ክንሰደልኩም ንኽእል ኢና። ተርጓሚ ክትሓቱ ትኽእሉ ኢኹም። ሓገዝ ንምሕታት፣ ብኽብረትኩም ናብ ኣገልግሎት ኣባላት ቦቲ ኣብ ገጽ10ዘሎ ቁጽሪ ተላፎን ደውሉ።

Nagbibigay kami ng mga libreng serbisyo para matulungan kayo sa pakikipag-ugnayan sa amin. Mapapadalhan namin kayo ng impormasyon sa mga wika maliban sa Ingles o nasa malaking print. Maaari kayong humiling ng interpreter. Para humingi ng tulong, pakitawagan ang Mga Serbisyo para sa Miyembro sa numero ng telepono sa pahina 10.



Calm Health

Підтримуйте своє психічне здоров'я за допомогою застосунку Calm Health. Цей безкоштовний застосунок містить цифрові програми, розроблені для того, щоб допомогти вам піклуватися про свій добробут. Почніть із завантаження **застосунку UnitedHealthcare®** і знайдіть застосунок Calm Health на сторінці «Страхове покриття та пільги».



Найвища якість

У плані UnitedHealthcare Community Plan реалізується програма підвищення якості. Її мета — надавати учасникам плану найкращий догляд і обслуговування. Щороку ми ставимо перед собою цілі й оцінюємо їх виконання.

Деякі з наших цілей спрямовані на розширення переліку послуг, які отримують вагітні жінки й діти. До них належать післяпологові візити, огляди та вакцинація. Інші цілі спрямовані на те, щоб люди з певними захворюваннями, як-от діабетом, проходили необхідні аналізи. Бувають випадки, коли учаснику плану необхідно звернутися до лікарні або відділення невідкладної допомоги через проблеми з психічним здоров'ям. Якщо таке стається, наша мета — забезпечити, щоб після повернення додому вони звернулися до фахівця з психічного здоров'я.

Ми також щорічно проводимо опитування наших учасників. Ми хочемо дізнатися, як, на їхню думку, працює наша програма страхування здоров'я. Ці відгуки ми використовуємо для покращення пропонованих нами послуг, зокрема мережі постачальників та обслуговування клієнтів. Цього року ми працюємо над покращенням досвіду використання цифрових технологій нашими учасниками.



Хочете дізнатися більше про нашу програму покращення якості та її результати?

Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером для безкоштовних дзвінків **1-877-542-8997**, ТТУ 711.



Взяти участь

Бажаєте приєднатися до нашої Спільноти та Консультативної ради учасників?

Зробіть свій внесок у покращення якості медичної допомоги й забезпечення рівноправності у сфері охорони здоров'я для наших учасників. Рада проводить засідання чотири рази на рік. Кількість місць у Раді обмежена — якомога швидше надішліть нам листа на електронну адресу uhc_communitywa@uhc.com.



Посібник учасника

Інформація про участь, пільги та план страхування

Ваш посібник учасника оновлюється щорічно. Знайдіть його на вебсайті myuhc.com/communityplan. Він включає наше Повідомлення про порядок використання конфіденційної інформації та Повідомлення про недопущення дискримінації. Їх також можна знайти в Інтернеті на вебсайтах uhc.com/privacy та uhc.com/legal.



Бажаєте отримати друкований екземпляр?

Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером для безкоштовних дзвінків **1-877-542-8997**, ТТУ **711**, щоб попросити надіслати вам поштою посібник учасника.



Як ми використовуємо й захищаємо ваші персональні мовні та соціокультурні дані

Ми отримуємо інформацію про вас. Вона може включати дані про вашу расу, етнічну приналежність, мову, якою ви розмовляєте, сексуальну орієнтацію, соціальні потреби та інвалідність. Ці дані та інша персональна інформація про вас є захищеною медичною інформацією (ЗМІ). Ми можемо ділитися цією інформацією з вашими постачальниками медичних послуг у рамках надання лікування, оплати й операцій із задоволення ваших потреб у медичному обслуговуванні. Приклади того, як ми можемо використовувати ці дані для поліпшення послуг, які ми надаємо, включають таке:

- пошук прогалин у медичному обслуговуванні;
- надання допомоги іншими мовами;
- створення програм, що відповідають вашим потребам;
- повідомлення ваших постачальників медичних послуг про те, якою мовою ви говорите.

Ми не використовуємо ці дані для відмови в страховому покритті чи обмеженні пільг. Ми захищаємо цю інформацію, так само як і всю іншу ЗМІ. Доступ до цих даних мають лише ті співробітники, яким це необхідно для виконання своїх обов'язків. Наші будівлі й комп'ютери захищені. Комп'ютерні паролі та інші системні засоби захисту забезпечують безпеку ваших даних.

Щоб дізнатися більше про те, як ми захищаємо інформацію про вас: uhc.com/privacy та uhc.com/content/dam/uhcdotcom/en/npp/NPP-UHC-CS-Medical-EN.pdf.

Ваша конфіденційність

Ми серйозно ставимося до конфіденційності ваших особистих даних. Ми дуже обережно поведимося із захищеною медичною інформацією (ЗМІ) вашої родини. Ми також захищаємо вашу фінансову інформацію (ФІ). Ми використовуємо ЗМІ та ФІ для ведення нашої діяльності. Це допомагає нам надавати вам необхідні продукти, послуги та інформацію.

Ми захищаємо усну, письмову й цифрову ЗМІ та ФІ у всій нашій діяльності. У нас є правила й технології, які забезпечують безпеку ЗМІ та ФІ. Ми не хочемо, щоб ЗМІ або ФІ було втрачено або знищено. Ми хочемо бути впевнені, що ніхто не буде використовувати цю інформацію не за призначенням. Ми проводимо перевірки, щоб гарантувати, що ми безпечно використовуємо ЗМІ та ФІ.

У нас є політики, які пояснюють таке:

- як ми можемо використовувати ЗМІ та ФІ;
- коли ми можемо передавати ЗМІ та ФІ іншим особам;
- які у вас є права щодо ЗМІ та ФІ вашої родини.

Ви можете ознайомитися з нашою політикою конфіденційності в посібнику учасника. Він доступний на вебсайті myuhc.com/CommunityPlan. Ви також можете зателефонувати до відділу обслуговування учасників за номером для безкоштовних дзвінків **1-877-542-8997**, ТТУ **711**, щоб попросити нас надіслати вам екземпляр. Якщо ми внесемо зміни до цієї політики, ми надішлемо вам повідомлення про це.



Ми завжди готові допомогти

Доступ до плану цілодобово й без вихідних

Отримайте необхідну інформацію та підтримку в будь-який час і в будь-якому місці.

Застосунок UnitedHealthcare:

Завантажте в App Store® або Google Play™

Наш вебсайт для учасників:

myuhc.com/communityplan

Відділ обслуговування учасників:

Номер для безкоштовних дзвінків

1-877-542-8997, ТТУ 711

Звертайтеся зі своїми запитаннями та проблемами. Знаходьте медичних працівників або центри невідкладної допомоги, ставте запитання про пільги або отримуйте допомогу щодо запису на прийом у лікаря будь-якою мовою.

Служба консультацій із медсестрою

NurseLine: 1-877-543-3409, ТТУ 711

Отримуйте безкоштовні консультації медсестри 24 години на добу, 7 днів на тиждень (дзвінок безкоштовний).

Застосунок UHC Doctor Chat:

Зв'яжіться із сімейними лікарями (Primary Care Providers, PCP) за лічені секунди в застосунку UHC Doctor Chat. PCP доступні цілодобово та без вихідних, і можуть відповісти на будь-які запитання. Завантажте застосунок **UHC Doctor Chat** або дізнайтеся більше на вебсайті **UHCDoctorChat.com**.

Перевезення: 1-877-542-8997, ТТУ 711

Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників, щоб дізнатися про пільги на поїздки, що надаються Відділом охорони здоров'я штату Вашингтон (Washington Health Care Authority, HCA). Перелік агентів, які можуть організувати поїздки, можна знайти на вебсайті hca.wa.gov/transportation-help

Програма Quit For Life: 1-866-784-8454, ТТУ 711

myquitforlife.com/uhcwa

Отримуйте безкоштовну допомогу у відмові від куріння (дзвінок безкоштовний).

Healthy First Steps®:

1-800-599-5985, ТТУ 711

uhchealthyfirststeps.com

Отримуйте підтримку протягом усієї вагітності (дзвінок безкоштовний).

Ведення пацієнтів:

1-877-542-8997, ТТУ 711

Учасники програми з хронічними захворюваннями й комплексними медичними потребами можуть отримувати допомогу за допомогою телефонних дзвінків, візитів додому, медичного навчання, направлень щодо використання ресурсів спільноти, нагадувань про призначені зустрічі, допомоги в організації поїздок і багато чого іншого (дзвінок безкоштовний).

Live and Work Well: liveandworkwell.com

Знаходьте статті, інструменти для самопомоги, турботливих лікарів, а також ресурси, що висвітлюють теми психічного здоров'я та вживання психоактивних речовин.

Assurance Wireless:

1-888-321-5880, ТТУ 711

Отримуйте необмежену кількість високошвидкісних даних, хвилин і текстових повідомлень щомісяця. Також ви отримаєте смартфон на базі Android безкоштовно. Зателефонуйте, щоб вам надіслали застосунок поштою.

Community Resources:

uhc.care/HTCommResources

У UnitedHealthcare Community Resources є програми, які можуть допомогти вам із їжею, житлом, оплатою комунальних послуг та іншим за зниженими цінами або безкоштовно. Знайдіть допомогу у вашому регіоні.

Notice of nondiscrimination

Our Companies comply with applicable civil rights laws and do not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity). We do not exclude people or treat them less favorably because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

We provide free aids and services to help you communicate with us. You can ask for interpreters and/or for communications in other languages or formats such as large print. We also provide reasonable modifications for persons with disabilities.

If you need these services, call Enrollee Services at **1-877-542-8997, TTY 711, 8 a.m.–5 p.m., Monday–Friday.**

If you believe that we failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can send a complaint to the Civil Rights Coordinator:

Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UT 84130
UHC_Civil_Rights@uhc.com

Optum Civil Rights Coordinator
1 Optum Circle
Eden Prairie, MN 55344
Optum_Civil_Rights@Optum.com

If you need help filing a complaint, call Enrollee Services at **1-877-542-8997, TTY 711, 8 a.m.–5 p.m., Monday–Friday.**

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights:

Online: **<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>**

Phone: **1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)**

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

Complaint forms are available at: **<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.**

This notice is available at: **<https://www.uhc.com/nondiscrimination-med>**
<https://www.optum.com/en/language-assistance-nondiscrimination.html>

Notice of availability of language assistance services and alternate formats

ATTENTION: Free language assistance services and free communications in other formats, such as large print, are available to you. Call Enrollee Services 1-877-542-8997, TTY 711.

ATENCIÓN: Si habla **español (Spanish)**, tiene acceso a servicios gratuitos de asistencia lingüística y a materiales gratuitos en otros formatos, como letra grande. Llame a Servicios para Afiliados al 1-877-542-8997, TTY 711.

ማሳሰቢያ፡- አማርኛ (Amharic) የሚናገሩ ከሆነ ነፃ የቋንቋ እርዳታ አገልግሎቶች እና በሌሎች ቅርጸቶች የሚቀርቡ እንደ ትልቅ ህትመት ያሉ ነፃ የመገናኛ ዘዴዎች ለእርስዎ ቀርበዋል። ለተመዝጋቢ አገልግሎቶች በስልክ ቁጥር 1-877-542-8997፣ TTY 711 መደወል ይችላሉ።

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية (Arabic) ، فتوجد هناك خدمات مساعدة لغوية مجاناً ورسائل مجانية بتنسيقات أخرى، مثل الطباعة بحروف كبيرة. اتصل بخدمات المسجلين على الرقم 1-877-542-8997، الهاتف النصي 711.

သတိမူရန်- သင်သည် **မြန်မာ (Burmese)** စကားပြောပါက၊ အခမဲ့ ဘာသာစကားအကူအညီ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် စာအုပ်စာစောင်ကဲ့သို့သော အခြားဖော်မတ်များဖြင့် အခမဲ့ဆက်သွယ်ရေးဝန်ဆောင်မှုများကို သင်ရရှိနိုင်ပါသည်။ စာရင်းသွင်းသူဝန်ဆောင်မှုများ 1-877-542-8997၊ TTY 711 ကိုခေါ်ဆိုပါ။

សម្គាល់: ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ (Khmer) នោះសេវាជំនួយផ្នែកភាសាដោយឥតគិតថ្លៃនិងការប្រាស្រ័យ ទាក់ទងដោយឥតគិតថ្លៃជាទម្រង់ផ្សេងទៀត ដូចជាការបោះពុម្ពអក្សរធំៗ គឺមានផ្តល់ជូនដល់អ្នក។ ទូរសព្ទទៅផ្នែកសេវាកម្ម សម្រាប់អ្នកចុះឈ្មោះ តាមលេខ**1-877-542-8997, TTY711**។

注意：如果您說中文 (Traditional Chinese) ，免費語言協助服務和其他格式（例如大字版）的免費通訊可提供給您。致電投保人服務 1-877-542-8997 ，聽障專線 (TTY) 711 。

참고: 귀하가 **한국어(Korean)**를 구사하시는 경우, 무료 언어 지원 서비스와 다른 형식의 무료 커뮤니케이션(예: 큰 활자체로 된 정보)을 이용하실 수 있습니다. 1-877-542-8997, TTY 711번으로 가입자 서비스에 전화하십시오.

ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າ **ພາສາລາວ (Lao)**, ພວກເຮົາມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໃຫ້ທ່ານພຣີ ແລະ ມີການສື່ສານໃນ ຮູບແບບອື່ນໃຫ້ພຣີ, ເຊັ່ນ ເປັນຕົວໃຫຍ່, ແລະ ມີອຸປະກອນຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ທ່ານພຣີ. ໂທຫາໝວຍບໍລິການລົງທະບຽນ ທີ່ ໝາຍເລກໂທລະສັບ 1-877-542-8997, TTY711.

FUULEFFANNAA: Afaan **oromoo (Oromo)** dubbattu yoo ta'e, tajaajiloonni gargaarsa afaanii bilisaa fi ergaawwan/koominikeeshiniin bilisaa bifa birootiin, kan akka barruu guddaa maxxanfameetiin ni argattu. Tajaajila namoota galmaa'aniif kennamu argachuuf 1-877-542-8997 irratti bilbilaa, Tajaajila Bilbila Barreeffamaaf (TTY) 711 fayyadamaa.

توجه: اگر بہ فارسی (**Farsi**) صحبت نمی کنید، خدمات کمکی زبان رایگان و مطالب رایگان در قالبهای دیگر، مانند پرینت درشت، برای شما فراهم است. با شماره خدمات ثبتنام شدگان 1-877-542-8997، TTY 711 تماس بگیرید.

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ (**Punjabi**) ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੁਫਤ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ ਸੰਚਾਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਿੰਟ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਨਾਮਾਂਕਣ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ 1-877-542-8997, TTY 711 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ATENȚIE: Dacă vorbiți limba **română (Romanian)**, aveți la dispoziție servicii de asistență lingvistică gratuită și opțiuni de comunicare gratuite într-un alt format, precum text cu caractere mari. Apelați serviciul pentru persoanele înscrise: 1-877-542-8997, TTY 711.

ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите **по русски (Russian)**, Вы можете бесплатно воспользоваться помощью переводчика и информационными материалами в альтернативных форматах, например, крупным шрифтом. Позвоните в службу поддержки клиентов 1-877-542-8997, TTY 711.

DIGNIIN: Haddii aad ku hadasho **Af soomaaliga (Somali)**, taageero luuqadeed oo lacag la'aan ah iyo wadaxiriir bilaash ah oo ku baxaya qaabab kale, sida far waaweyn, ayaa kuu diyaar ah. Ka wac adeegyada diiwaangashanaha 1-877-542-8997, TTY 711.

KUMBUSHO: Ikiwa unazungumza **Kiswahili (Swahili)**, huduma za usaidizi wa lugha bila malipo na mawasiliano bila malipo katika miundo mingine, kama vile maandishi makubwa, zinapatikana kwako. Piga simu kwa huduma za wanaojiandikisha kwa nambari 1-877-542-8997, TTY 711.

ATENSYON: Kung nagsasalita ka ng **Tagalog (Tagalog)**, may makukuha kang mga serbisyong libreng tulong sa wika at mga libreng komunikasyon sa mga ibang anyo, tulad ng malaking print. Tumawag sa mga serbisyo sa nag-enroll 1-877-542-8997, TTY 711.

ኢቻልቦ:- ትግርኛ (Tigrigna) ትዛረብ እንተኾንካ፡ ናጻ ኣገልግሎት ሓገዝ ቋንቋን ብኻልእ ቅርጺ፡ ከም ዓቢ ፊደል ዝኣመሰሉ ዝተዳለዉ ናጻ ርክባትን ከትረኩብ ትኽእል ኢኻ። ንኣገልግሎት ተመዝገብቲ ብሲቁ 1-877-542-8997, TTY 711 ደውሉ።

УВАГА! Якщо ви розмовляєте **українською (Ukrainian)**, вам доступні безкоштовні послуги перекладачів та безкоштовні матеріали в інших форматах, наприклад, надруковані великим шрифтом. З питань щодо послуг для учасників звертайтеся за телефоном 1-877-542-8997, TTY 711.

LƯU Ý: Nếu quý vị nói tiếng **Việt (Vietnamese)**, quý vị sẽ được cung cấp dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí và các hình thức truyền đạt khác miễn phí, chẳng hạn như chữ in lớn. Vui lòng gọi cho bộ phận dịch vụ ghi danh theo số 1-877-542-8997, TTY 711.

MWE AHKKAHLWEMYE: Kom fin kahs **Kosrae (Kosraean)**, oasr kahsruh nuhke kahs kuh sramsram ke ohiyac sahyac, nuhke sim luhlahp, oasr nuh sum. Pahngon kasruh nuh sin mwet wi 1-877-542-8997, TTY 711.

KŌJELLA: Ñe kwōj kenono **Kajin Majol (Marshallese)**, ewōr jibañ in ukok ejellok wonnen im wāween ko jet kwōmaron bōk melele ejellok wonnen, einwōt ilo jeje ko relab, kein roñjak ko kwōmaron kōjermal. Kall e jikin eo ej jibañ armej ro rar kadeloñ ettaer ilo 1-877-542-8997, TTY 711.

SUBED: A lsekum e ke melekeoi a tekoi er a **Belau (Palawan)**, e ng ngar er ngii a tada el ngeso el kirel a kuk bebil er a teletelel a omelekoi el kirem, el ua meklou el llechukl. Momekedong er a obis lounge Rachel er a dengua el 1-877-542-8997, TTY 711.

PAKAIR: Mah ke kin lokaiahn **Pohnpei (Pohnpeian)**, mie sawas en sahpis en lokaia me sohte isepe oh mehn kapehse ni soangen mwohmw kei, me duwehte inting lapala, me kak kohda ohng kowe. Eker wasahn sahpis en kileledi ni 1-877-542-8997, TTY 711.

ESINESIN: Ika en mi fos non **Fosun Chuuk (Chuukese)**, mi kawor aninisin awewe non fosun fonuwomw me pwan non ekoch nikinikin porous, awewe ren watten mesen mak, mi kawor ngonuk ese kamo. Kekeru ewe aninisin amasow ren 1-877-542-8997, TTY 711.

MARNGAG: Fanra gama thin nu **Waab (Yapese)**, bay boch e ayuw ni dariy pulwon maku bay boch e yol nib ga ni ra pi e ayuw. Gra telephone nag e re numba ney 1-877-542-8997, TTY 711.