



HealthTalk

Hành trình để có sức khỏe tốt hơn



Quý vị có biết những loại thuốc nào được chương trình bảo hiểm y tế của quý vị bao trả không?

Xem trang 2 để biết chi tiết về các quyền lợi thuốc theo toa của quý vị.



Các quyền lợi chương trình

Chăm sóc quý vị

Chúng tôi muốn đảm bảo quý vị nhận được chăm sóc quý khi quý vị cần.

Nếu quý vị cần trợ giúp đến văn phòng của nhà cung cấp, Cơ quan Chăm sóc Sức khỏe (Health Care Authority, HCA) Washington có các quyền lợi vận chuyển để đưa quý vị đến các cuộc hẹn.

Nếu quý vị cần gặp nhà cung cấp dịch vụ y tế ngay lập tức, chúng tôi cung cấp dịch vụ chăm sóc ngoài giờ trong dịch vụ chăm sóc khẩn cấp, NurseLine (hoạt động 24/7) và thăm khám trực tuyến thông qua UHC Doctor Chat. Chúng tôi muốn quý vị biết rằng những dịch vụ này có sẵn cho quý vị với tư cách là hội viên chương trình.

Để tìm nhà cung cấp, tìm hiểu về các quyền lợi vận chuyển hoặc tìm kiếm các địa điểm trung tâm chăm sóc khẩn cấp, xin truy cập **myuhc.com** hoặc sử dụng ứng dụng **UnitedHealthcare**.

<First Name> <Last Name>
<DB_ADDLINE1>
<DB_ADDLINE2>
<DB_CITY, DB_STATE DB_ZIP4>



Hướng dẫn chăm sóc

Dịch vụ chăm sóc hàng đầu

Chúng tôi mang đến cho các nhà cung cấp các công cụ để họ có thể chăm sóc tốt nhất cho các hội viên. Những công cụ này được gọi là hướng dẫn thực hành lâm sàng. Hướng dẫn này cung cấp thông tin cho các nhà cung cấp về cách quản lý bệnh tật và thúc đẩy sức khỏe. Nội dung hướng dẫn bao gồm chăm sóc cho nhiều loại bệnh và tình trạng như tiểu đường, huyết áp cao và trầm cảm. Hướng dẫn cũng cung cấp thông tin về cách duy trì chế độ ăn uống, tập thể dục và các loại vắc-xin được khuyến nghị phù hợp.

Tìm hiểu thêm. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập uhcprovider.com/cpg.



Các quyền lợi chương trình

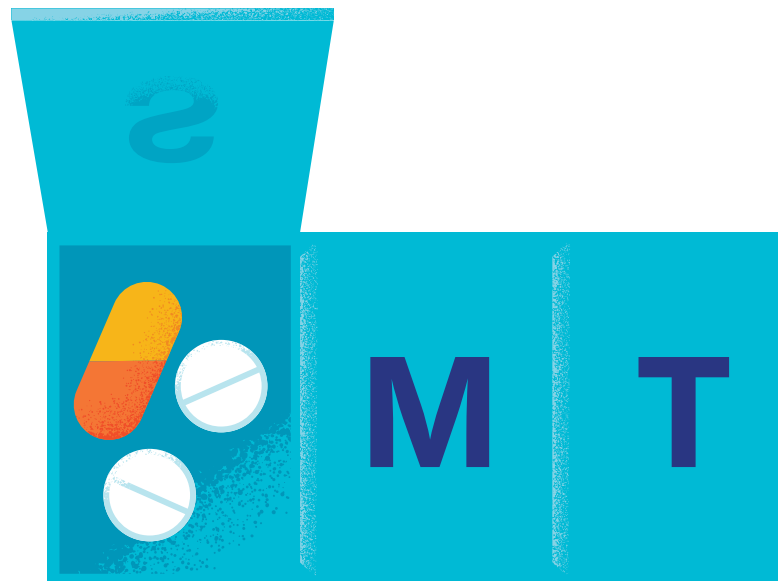
Hiểu rõ các quyền lợi thuốc của quý vị

Truy cập trang web của chúng tôi để tìm hiểu về các quyền lợi thuốc theo toa của quý vị. Bao gồm thông tin về:

- 1. Những loại thuốc nào được bao trả.** Có một danh sách các loại thuốc được bao trả. Quý vị có thể cần sử dụng thuốc gốc thay cho thuốc biệt dược.
- 2. Mua thuốc theo toa ở đâu.** Quý vị có thể tìm một nhà thuốc gần quý vị chấp nhận chương trình của quý vị. Quý vị cũng có thể nhận được một số loại thuốc nhất định qua đường bưu điện.
- 3. Có thể áp dụng các quy tắc.** Một số loại thuốc chỉ có thể được bao trả trong một số trường hợp nhất định. Ví dụ, quý vị có thể cần thử một loại thuốc khác trước. (Đây được gọi là liệu pháp từng bước.) Hoặc quý vị có thể cần sự chấp thuận của UnitedHealthcare để sử dụng một loại thuốc. (Điều này gọi là cho phép trước.) Cũng có thể có giới hạn về số tiền quý vị có thể nhận được cho một số loại thuốc nhất định.
- 4. Chi phí của quý vị.** Quý vị không phải trả khoản đồng thanh toán cho thuốc theo toa.



Hãy tra cứu. Tìm thông tin về quyền lợi thuốc của quý vị tại myuhc.com/CommunityPlan. Hoặc gọi cho bộ phận Dịch Vụ Hội Viên theo số điện thoại miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711**.





Chúng tôi quan tâm đến quý vị

UnitedHealthcare Community Plan cung cấp các chương trình và dịch vụ để giúp quý vị luôn khỏe mạnh. Chúng tôi cũng có các dịch vụ giúp quản lý bệnh tật và các nhu cầu chăm sóc khác một cách hiệu quả hơn. Đây là một phần của chương trình Sức Khỏe Dân Số của chúng tôi. Những chương trình này có thể bao gồm:

- Kiến thức giáo dục và lời nhắc chăm sóc sức khỏe
- Hỗ trợ và hướng dẫn về thai sản
- Hỗ trợ các rối loạn sử dụng chất gây nghiện
- Các chương trình giúp quý vị đáp ứng các nhu cầu sức khỏe phức tạp (Người quản lý chăm sóc sẽ phối hợp với bác sĩ của quý vị và các cơ quan bên ngoài khác)

Các chương trình này là tự nguyện. Chúng được cung cấp miễn phí cho quý vị. Quý vị có thể chọn dừng chương trình bất cứ lúc nào.

Quý vị có thể xem thêm thông tin tại **myuhc.com**. Ở đó quý vị có thể tìm hiểu thêm về các quyền lợi, chương trình và dịch vụ được cung cấp cho quý vị. Nếu quý vị muốn được giới thiệu tới chương trình quản lý hồ sơ của chúng tôi, hãy gọi cho Dịch Vụ Hội Viên theo số **1-877-542-8997**, TTY **711**.



Chủ động

Chuẩn bị gặp nhà cung cấp của quý vị.

Chuẩn bị cho lần thăm khám với nhà cung cấp có thể giúp quý vị tận dụng tối đa lần thăm khám đó. Cũng rất hữu ích nếu quý vị cho nhà cung cấp biết về tất cả các dịch vụ chăm sóc quý vị đã nhận. Dưới đây là cách quý vị có thể chủ động trong hành trình chăm sóc sức khỏe của mình:

1. Hãy suy nghĩ về những gì quý vị muốn nhận được từ lần thăm khám trước khi đi. Cố gắng tập trung vào ba điều hàng đầu mà quý vị cần giúp đỡ.
2. Cho nhà cung cấp của quý vị biết về các loại thuốc hoặc vitamin mà quý vị dùng thường xuyên. Mang theo một danh sách bằng văn bản. Hoặc tự mình mang thuốc theo.
3. Cho nhà cung cấp của quý vị biết về các nhà cung cấp khác mà quý vị đang thăm khám. Bao gồm cả các nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe hành vi. Cung cấp thông tin về các loại thuốc hoặc phương pháp điều trị mà họ đã kê cho quý vị. Cũng mang theo bản sao kết quả của các xét nghiệm mà quý vị đã thực hiện.
4. Nếu quý vị đã nằm bệnh viện hoặc phòng cấp cứu, hãy đến gặp nhà cung cấp của quý vị càng sớm càng tốt sau khi xuất viện. Chia sẻ với họ về hướng dẫn xuất viện của quý vị. Theo dõi đúng cách có thể ngăn ngừa phải tái nhập viện hoặc đến phòng cấp cứu một lần nữa.



Dịch vụ chăm sóc phù hợp

UnitedHealthcare Community Plan thực hiện quản lý sử dụng (utilization management, UM). Tất cả các chương trình bảo hiểm y tế chăm sóc có quản lý đều thực hiện như vậy. Đó là cách chúng tôi đảm bảo rằng các hội viên của mình được chăm sóc đúng cách vào đúng thời điểm và đúng nơi.

Bác sĩ xem xét lại các yêu cầu khi chăm sóc có thể không đáp ứng các hướng dẫn. Họ quyết định xem dịch vụ chăm sóc và dịch vụ có chính xác hay không. Các dịch vụ phải được bao trả theo quyền lợi của quý vị. Chúng tôi không thưởng cho các bác sĩ hoặc nhân viên vì đã từ chối các dịch vụ. Chúng tôi không trả tiền cho bất kỳ ai cung cấp ít dịch vụ chăm sóc hơn. Các hội viên và bác sĩ có quyền kháng nghị các quyết định từ chối. Thông báo từ chối sẽ cho quý vị biết cách kháng nghị.



Quý vị có câu hỏi? Quý vị có thể nói chuyện với nhân viên của chúng tôi. Nhân viên của chúng tôi làm việc từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu. Nếu quý vị cần để lại tin nhắn, có người sẽ gọi lại cho quý vị. Có các dịch vụ TDD/TTY và hỗ trợ ngôn ngữ nếu quý vị cần. Chỉ cần gọi số **1-877-542-8997**, TTY **711**, miễn cước.



Thông tin trong sổ tay

Quý vị đã đọc Sổ Tay Hội Viên của mình chưa? Đó là một nguồn thông tin tuyệt vời. Tài liệu này cho quý vị biết cách sử dụng chương trình của quý vị. Tài liệu này giải thích:

- Quyền hạn và trách nhiệm hội viên của quý vị.
- Quyền lợi và dịch vụ mà quý vị được hưởng.
- Quyền lợi và dịch vụ mà quý vị không được hưởng (trường hợp loại trừ).
- Quý vị có thể phải trả những chi phí nào cho việc chăm sóc sức khỏe.
- Cách tìm hiểu về nhà cung cấp trong mạng lưới.
- Quyền lợi thuốc theo toa của quý vị hoạt động như thế nào.
- Phải làm gì nếu quý vị cần chăm sóc khi quý vị đi xa nhà.
- Thời điểm và cách thức quý vị có thể nhận dịch vụ chăm sóc từ nhà cung cấp ngoài mạng lưới.
- Địa điểm, thời gian và cách thức để nhận dịch vụ chăm sóc chính, chăm sóc sau giờ làm việc, chăm sóc sức khỏe hành vi, chăm sóc chuyên khoa, chăm sóc tại bệnh viện và chăm sóc cấp cứu.
- Chính sách quyền riêng tư của chúng tôi.
- Quý vị cần làm gì nếu nhận được hóa đơn.
- Cách khiếu nại hoặc kháng nghị quyết định bao trả.
- Cách yêu cầu thông dịch hoặc nhận trợ giúp khác về ngôn ngữ hoặc bản dịch.
- Cách chương trình quyết định liệu các phương pháp điều trị hoặc công nghệ mới có được bao trả hay không.
- Cách báo cáo gian lận và lạm dụng.



Tiếp nhận tận tất cả thông tin. Quý vị có thể đọc Sổ Tay Hội Viên trực tuyến tại **myuhc.com**. Hoặc gọi cho Dịch Vụ Hội Viên theo số điện thoại miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711**, để yêu cầu cung cấp bản sao sổ tay.



Communication needs

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.

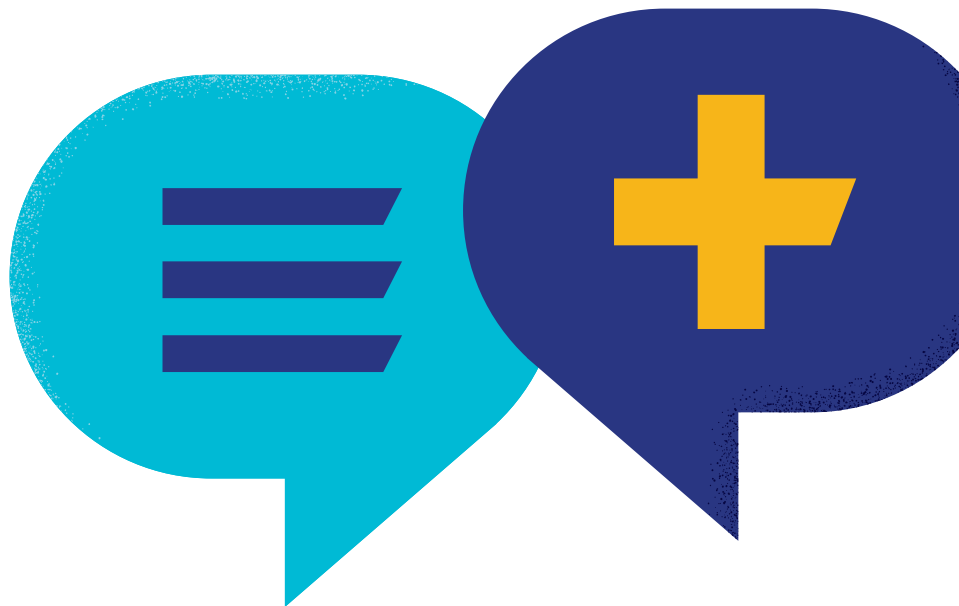
Ofrecemos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Podemos enviarle información en otro idioma que no sea inglés o en letra grande. También puede solicitar un intérprete. Para pedir ayuda, llame a Servicios para Miembros al número de teléfono que aparece en la página 10.

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 بمترجم 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.

ከእኛ ጋር ለመግባባት እንዲረዳዎ 19 አገልግሎቶች እንሰጣለን። ከእንግሊዝኛ ውጭ ባሉ ቋንቋዎች ወይም በትልቅ ህትመት መረጃን ልንልክልዎ እንችላለን። አስተርጓሚ መጠየቅ ይችላሉ። እርዳታ ለመጠየቅ፣ አባክዎን በገጽ10ላይ ባለው ስልክ ቁጥር ለአባልነት አገልግሎቶች ይደውሉ።

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 19 አገልግሎት ንህብ ኢና። ካብ እንግሊዝኛ ወጻኢ ብኻልእ ቋንቋታት ወይ ብዓቢ ሕትመት ሓበሬታ ክንሰደልኩም ንኽእል ኢና። ተርጓሚ ክትሓቱ ትኽእሉ ኢኹም። ሓገዝ ንምሕታት፣ ብኽብረትኩም ናብ አገልግሎት ኣባላት በቲ ኣብ ገጽ10ዘሎ ቁጽሪ ተሌፎን 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

Hỗ trợ sức khỏe tâm thần của quý vị với ứng dụng Calm Health. Ứng dụng miễn phí này có các chương trình kỹ thuật số được thiết kế để giúp quý vị chăm sóc sức khỏe. Bắt đầu bằng cách tải xuống **ứng dụng UnitedHealthcare®** và tìm Calm Health trên trang Bảo hiểm & Quyền lợi.



Chất lượng hàng đầu

UnitedHealthcare Community Plan có chương trình Cải Thiện Chất Lượng. Chương trình này giúp các hội viên được chăm sóc sức khỏe và phục vụ tốt hơn. Mỗi năm, chúng tôi đặt ra các mục tiêu và đo lường hiệu quả hoạt động của mình.

Một số mục tiêu của chúng tôi tập trung vào việc cải thiện số lượng dịch vụ mà các hội viên mang thai và trẻ em nhận được. Những dịch vụ này bao gồm thăm khám sau sinh, kiểm tra sức khỏe và chủng ngừa. Các mục tiêu khác tập trung vào việc đảm bảo những người mắc một số bệnh nhất định, chẳng hạn như bệnh tiểu đường, được xét nghiệm mà họ cần. Đôi khi hội viên cần đến bệnh viện hoặc phòng cấp cứu để điều trị vấn đề sức khỏe tâm thần. Trong trường hợp đó, mục tiêu của chúng tôi là họ được gặp chuyên gia sức khỏe tâm thần sau khi về nhà.

Chúng tôi cũng khảo sát các hội viên của mình mỗi năm. Chúng tôi muốn biết họ cảm thấy chương trình bảo hiểm y tế của chúng tôi đang hoạt động như thế nào. Chúng tôi sử dụng phản hồi này để cải thiện các dịch vụ mà chúng tôi cung cấp, bao gồm mạng lưới nhà cung cấp và dịch vụ khách hàng. Năm nay, chúng tôi đang nỗ lực mang lại trải nghiệm kỹ thuật số tốt hơn cho hội viên.



Quý vị muốn biết thêm thông tin về chương trình và kết quả Cải Thiện Chất Lượng của chúng tôi?

Hoặc gọi cho bộ phận Dịch Vụ Hội Viên theo số điện thoại miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711**.



Hãy tham gia cùng chúng tôi

Quý vị muốn tham gia Hội Đồng Cố Vấn Cộng Đồng và Hội Viên của chúng tôi?

Cung cấp thông tin đầu vào về cải thiện chất lượng chăm sóc và bình đẳng trong chăm sóc sức khỏe cho các hội viên của chúng tôi. Hội đồng họp bốn lần mỗi năm. Số lượng thành viên Hội Đồng có hạn – hãy gửi email cho chúng tôi sớm tại địa chỉ **uhc_communitywa@uhc.com**.



Sổ Tay Hội Viên

Thông tin chi tiết về hội viên, quyền lợi và chương trình

Sổ tay hội viên của quý vị được cập nhật hàng năm. Tìm trực tuyến tại **myuhc.com/communityplan**. Thông báo này bao gồm Thông báo về Thực hành Quyền riêng tư và Thông báo về Không phân biệt đối xử. Quý vị cũng có thể xem trực tuyến tại **uhc.com/privacy** và **uhc.com/legal**.



Quý vị muốn có một bản in?

Xin gọi cho Dịch vụ Hội viên theo số miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711** để yêu cầu gửi Sổ tay Hội viên qua đường bưu điện cho quý vị.



Cách chúng tôi sử dụng và bảo vệ dữ liệu ngôn ngữ cá nhân và dữ liệu văn hóa của quý vị

Chúng tôi nhận được thông tin về quý vị. Những thông tin này có thể bao gồm chủng tộc, dân tộc, ngôn ngữ quý vị nói, khuynh hướng tính dục, nhu cầu xã hội và tình trạng khuyết tật của quý vị. Dữ liệu này và thông tin cá nhân khác về quý vị là Thông Tin Sức Khỏe Được Bảo Vệ (Protected Health Information, PHI). Chúng tôi có thể chia sẻ thông tin này với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị như một phần của việc điều trị, thanh toán và các hoạt động trong việc đáp ứng nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị. Ví dụ về cách chúng tôi có thể sử dụng thông tin đó để cải thiện các dịch vụ mà chúng tôi cung cấp bao gồm:

- Xác định những khoảng trống trong dịch vụ chăm sóc.
- Hỗ trợ quý vị bằng các ngôn ngữ khác.
- Tạo ra các chương trình đáp ứng nhu cầu của quý vị.
- Cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe biết quý vị nói ngôn ngữ nào.

Chúng tôi không sử dụng dữ liệu này để từ chối bảo hiểm hoặc giới hạn quyền lợi. Chúng tôi bảo vệ thông tin này theo cùng cách chúng tôi bảo vệ tất cả các PHI khác. Chỉ những nhân viên cần sử dụng thông tin này mới có quyền truy cập. Các tòa nhà và máy tính của chúng tôi được bảo mật. Mật khẩu máy tính và các biện pháp bảo vệ hệ thống khác giữ an toàn cho dữ liệu của quý vị.

Để tìm hiểu thêm về cách chúng tôi bảo vệ thông tin về quý vị: uhc.com/privacy và uhc.com/content/dam/uhcdotcom/en/npp/NPP-UHC-CS-Medical-EN.pdf.

Quyền riêng tư của quý vị

Chúng tôi bảo vệ nghiêm ngặt quyền riêng tư của quý vị. Chúng tôi hết sức cẩn trọng với thông tin sức khỏe được bảo vệ (PHI) của gia đình quý vị. Chúng tôi cũng bảo vệ thông tin tài chính (financial information, FI) của quý vị. Chúng tôi sử dụng PHI và FI để điều hành hoạt động của mình. Nó giúp chúng tôi cung cấp sản phẩm, dịch vụ và thông tin cho quý vị.

Chúng tôi bảo vệ PHI và FI bằng miệng, văn bản và điện tử trong suốt quá trình hoạt động của chúng tôi. Chúng tôi có các quy tắc và công nghệ giữ an toàn cho PHI và FI. Chúng tôi không muốn PHI hoặc FI bị mất hoặc bị tiêu hủy. Chúng tôi muốn đảm bảo không ai lạm dụng thông tin này. Chúng tôi kiểm tra để đảm bảo rằng chúng tôi sử dụng PHI và FI một cách cẩn trọng.

Chúng tôi có các chính sách giải thích:

- Cách chúng tôi có thể sử dụng PHI và FI
- Khi nào chúng tôi có thể chia sẻ PHI và FI với những người khác
- Quý vị có những quyền gì đối với PHI và FI của gia đình quý vị

Quý vị có thể đọc chính sách quyền riêng tư của chúng tôi trong Sổ Tay Hội Viên. Truy cập trực tuyến tại myuhc.com/CommunityPlan. Quý vị cũng có thể gọi cho Dịch Vụ Hội Viên theo số điện thoại miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711** để yêu cầu chúng tôi gửi cho quý vị một bản sao qua đường bưu điện. Nếu chúng tôi thực hiện thay đổi đối với hợp đồng bảo hiểm, chúng tôi sẽ gửi thông báo qua đường bưu điện cho quý vị.



Chúng tôi luôn sẵn sàng trợ giúp

Truy cập chương trình của quý vị 24/7

Tìm kiếm thông tin và sự hỗ trợ quý vị cần, vào lúc quý vị cần và tại nơi quý vị muốn.

Ứng dụng UnitedHealthcare:

Tải xuống trên App Store® hoặc Google Play™

Trang web dành cho hội viên của chúng tôi:

myuhc.com/communityplan

Dịch vụ Hội viên:

Miễn cước **1-877-542-8997**, TTY **711**

Nhận trợ giúp cho các câu hỏi và mối quan tâm của quý vị. Tìm nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc trung tâm chăm sóc khẩn cấp, đặt câu hỏi về quyền lợi hoặc nhận trợ giúp lên lịch hẹn bằng bất kỳ ngôn ngữ nào.

NurseLine: **1-877-543-3409**, TTY **711**

Nhận tư vấn sức khỏe từ y tá 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần, miễn phí cho quý vị (miễn cước).

UHC Doctor Chat:

Kết nối với Nhà cung cấp Dịch vụ Chăm sóc chính (PCP) trong vài giây bằng ứng dụng UHC Doctor Chat. PCP luôn sẵn sàng hỗ trợ 24/7 và có thể giải đáp các thắc mắc, dù lớn hay nhỏ. Tải xuống **ứng dụng UHC Doctor Chat** hoặc tìm hiểu thêm tại **UHCDoctorChat.com**.

Chuyên chở: **1-877-542-8997**, TTY **711**

Gọi cho Dịch vụ Hội viên để hỏi về quyền lợi chuyên chở của quý vị thông qua Cơ quan Chăm sóc Sức khỏe (HCA) Washington. Quý vị có thể tìm danh sách người môi giới có thể sắp xếp dịch vụ chuyên chở tại địa chỉ **hca.wa.gov/transportation-help**

Quit For Life: **1-866-784-8454**, TTY **711**

myquitforlife.com/uhcwa

Nhận trợ giúp bỏ thuốc lá miễn phí (miễn cước).

Healthy First Steps®:

1-800-599-5985, TTY **711**

uhchealthyfirststeps.com

Nhận hỗ trợ trong suốt thai kỳ (miễn cước).

Quản lý Chăm sóc:

1-877-542-8997, TTY **711**

Các hội viên mắc bệnh mạn tính và có nhu cầu phức tạp có thể nhận được các cuộc gọi điện thoại, thăm khám tại nhà, giáo dục sức khỏe, giới thiệu đến các nguồn lực cộng đồng, lời nhắc hẹn khám, trợ giúp đi xe và nhiều hơn nữa (miễn cước).

Live and Work Well: **liveandworkwell.com**

Tìm các bài viết, công cụ tự chăm sóc, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc cũng như các nguồn lực về sức khỏe tâm thần và sử dụng chất gây nghiện.

Assurance Wireless:

1-888-321-5880, TTY **711**

Nhận dữ liệu tốc độ cao, phút gọi và tin nhắn không giới hạn mỗi tháng. Và quý vị còn được tặng thêm một chiếc điện thoại thông minh Android miễn phí. Gọi để nhận đơn đăng ký qua đường bưu điện cho quý vị.

Nguồn lực Cộng đồng:

uhc.care/HTCommResources

UnitedHealthcare Community Resources có các chương trình có thể hỗ trợ thực phẩm, nhà ở, thanh toán tiện ích và hơn thế nữa, với chi phí giảm hoặc miễn phí cho quý vị. Tìm kiếm trợ giúp trong khu vực của quý vị.



**United
Healthcare®**
Community Plan

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 kōjērbal. 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.