



Washington

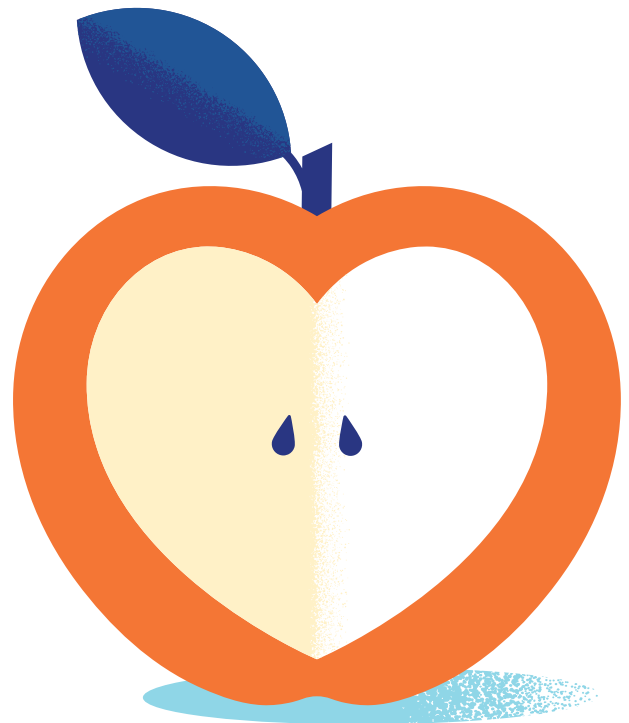
Отримайте максимум від вашого плану медичного страхування

Посібник з початкових кроків

Послуги лише у сфері охорони поведінкового здоров'я

Шукайте всередині:

- Отримання допомоги – сторінка 3
- Запит інформації про план – сторінка 4
- Розкажіть нам про ваші медичні потреби – сторінка 4
- Ваші пільги, що покриваються планом страхування – сторінка 5
- Отримання обслуговування – сторінка 7
- Додаткові ресурси – сторінка 8
- Координація догляду та програми підтримки – сторінка 10
- Скарги та апеляції – сторінка 11
- Важливі номери – задня обкладинка



United
Healthcare®
Community Plan





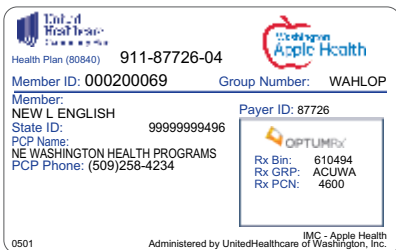
Лише для вас. Це наша обіцянка.

Вітаємо в плані UnitedHealthcare Community Plan! Ми хочемо, щоб у вас був чудовий досвід у сфері охорони здоров'я.

Ваш план страхування включає пільги на послуги з поведінкового здоров'я, такі як догляд за психічним здоров'ям та лікування з приводу вживання психоактивних речовин. Ви не несете жодних витрат за пільги, що покриваються планом.

Незабаром ви отримаєте вітальний дзвінок від співробітника нашої команди відділу обслуговування учасників. Він обговорить ваші пільги, дасть відповіді на ваші запитання та допоможе вам пройти оцінку стану здоров'я.

Беріть із собою ці дві картки, коли будете отримувати медичне обслуговування.



Це ваша ідентифікаційна картка учасника плану UnitedHealthcare Community Plan. Якщо ви не отримали цю картку, зателефонуйте нам за номером **1-877-542-8997**, ТТХ 711.

Ви також можете знайти свою картку на вебсайті **myuhc.com/CommunityPlan** або в застосунку UnitedHealthcare.

Це ваша картка послуг ProviderOne. Якщо ви не отримали цю картку, зв'яжіться з Управлінням охорони здоров'я штату Вашингтон (Washington State Health Care Authority), щоб подати запит на заміну:

- Відвідайте веб-сайт клієнтського порталу ProviderOne: **waproviderone.org/client**
- Зателефонуйте за номером **1-800-562-3022** або
- Запросіть картку онлайн, вибравши «Картка послуг» за посиланням **fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client**.

Отримання допомоги

Ми полегшуємо отримання необхідної вам інформації.

Ми завжди раді вам допомогти

Відділ обслуговування учасників може вам допомогти:

- Знайти постачальника послуг у сфері охорони поведінкового здоров'я.
- Дізнатися про пільги, що покриваються планом.
- Отримати нову ідентифікаційну картку учасника.
- Подати скаргу або апеляцію.
- Отримати відповіді на будь-які ваші запитання.
- Запланувати візит.

Щоб зв'язатися з відділом обслуговування учасників, зателефонуйте за номером **1-877-542-8997**, ТТУ **711**, 8:00–17:00, з понеділка по п'ятницю. Якщо вам потрібна допомога іншою мовою або вам потрібна інформація в іншому форматі, повідомте нас про це.

Підключайтесь

- Відвідайте наш захищений вебсайт для учасників за посиланням **myuhc.com/CommunityPlan**. Ви можете:
 - Знайти інформацію про свої пільги.
 - Здійснювати пошук постачальників послуг, що входять до мережі.
 - Отримати копію вашої ідентифікаційної картки учасника плану UnitedHealthcare Community Plan.
- Завантажте мобільний застосунок UnitedHealthcare. Застосунок чудово підходить для використання на ходу, а також він має багато тих самих функцій, що й на вебсайті **myuhc.com/CommunityPlan**.
- Перейдіть на вебсайт **UHCCP.com/wa/bhso**. На цьому загальнодоступному вебсайті міститься основна інформація про пільги, постачальників послуг, що входять до мережі, тощо.



Знайти/змінити лікарів



Переглянути/роздрукувати ідентифікаційну картку



Переглянути пільги



Відділ обслуговування учасників
1-877-542-8997, ТТУ 711



myuhc.com/CommunityPlan



Застосунок
UnitedHealthcare

Запит інформації про план



Довідник для учасників

Докладна інформація про пільги та як отримати медичну допомогу. Він також містить інформацію про права та обов'язки учасників, а також попередні вказівки, як подати скаргу або апеляцію, а також Повідомлення про політику конфіденційності.



Каталог постачальників послуг

Перелік лікарів та лікарень, що входять до мережі плану у вашому регіоні. Перегляньте найактуальніший перелік постачальників послуг, що входять до мережі, на вебсайті **myuhc.com/CommunityPlan**, виберіть «Знайти медичну допомогу».



Розкажіть нам про ваші медичні потреби

Щоб допомогти вам почуватися якнайкраще, нам потрібно познайомитися з вами ближче. Коротка оцінка стану здоров'я допомагає нам дізнатися про ваші медичні потреби. Це займе лише кілька хвилин, тому просимо вас не відкладати заповнення форми (форм).

Що вам потрібно зробити:

1. Заповніть одну форму оцінки стану здоров'я для кожної особи з вашої родини, яка є учасником плану UnitedHealthcare Community Plan.
2. Ви можете використати форму(-и), що додаються до цього буклету, або заповнити онлайн-форму за адресою **myuhc.com/CommunityPlan**.
3. Надішліть нам заповнену форму оцінки стану здоров'я в конверті із зворотною адресою, який вкладено до цього пакета.

Щоб отримати допомогу з оцінки стану вашого здоров'я, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997**, ТТУ 711.

Як отримати ці матеріали

Телефоном — зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997**, ТТУ 711, щоб отримати безкоштовну копію матеріалів поштою.

Онлайн — перейдіть за посиланнями **myuhc.com/CommunityPlan**, **UHCCP.com/wa/bhso**, або в мобільний застосунок **UnitedHealthcare**.

Поштою — заповніть форму, що додається до конверту, який вкладено до цього пакета. Відірвіть форму, покладіть її в конверт, запечатайте та поверніть нам.

Ваші пільги, що покриваються планом страхування

Пільги, що покриваються планом страхування, надаються вам без додаткових витрат з вашого боку. Ви повинні звертатися до лікарів й лікарень, що входять до нашої мережі. Це означає, що вони погодилися надавати допомогу нашим учасникам Apple Health.

Американські індіанці/корінні жителі Аляски можуть отримати допомогу у сфері охорони поведінкового здоров'я в постачальників медичних послуг, які є індіанцями (IHCP), навіть якщо вони не входять до нашої мережі.

Для отримання деяких пільг може знадобитися направлення від вашого основного постачальника медичних послуг, або перш ніж ви зможете отримати допомогу, потрібно буде отримати схвалення.

Огляд ваших пільг, що покриваються планом страхування	Ваші витрати
Лікування розладів психічного здоров'я Обстеження та аналіз Індивідуальна, сімейна та групова терапія Підтримка таких самих людей, як ви Амбулаторне, стаціонарне лікування або лікування в реабілітаційному центрі Медикаментозний контроль Керування медичним обслуговуванням в окремих випадках	\$0
Лікування розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин (SUD) Обстеження Індивідуальна, сімейна та групова терапія Підтримка таких самих людей, як ви Амбулаторне, стаціонарне лікування або лікування в реабілітаційному центрі Управління виведенням препарату (детоксикація) Координування медичного обслуговування	\$0
Медична допомога Стаціонарні психіатричні послуги Амбулаторні психіатричні послуги	\$0
Препарати для лікування розладу, пов'язаного із застосуванням опіоїдів (Medications for Opioid Disorder, MOUD)	\$0
Послуги в кризових ситуаціях	\$0

Ваші пільги, що покриваються планом, продовжуються на наступній сторінці



Відділ обслуговування учасників
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



Застосунок
UnitedHealthcare

Огляд ваших пільг, що покриваються планом страхування	Ваші витрати
Втручання в рамках лікування патологічного потягу до азартних ігор	\$0
Екстрена та невідкладна допомога у сфері поведінкового здоров'я	\$0
Медичне транспортування* Екстрене Неекстрене	\$0

*Транспортування покривається безпосередньо Apple Health за допомогою вашої картки послуг ProviderOne.

Додаткові послуги з охорони поведінкового здоров'я, такі як послуги з особистого догляду, послуги з витверезіння, навчальні заходи щодо алкогольної та наркотичної залежності, можуть бути доступні за рахунок обмеженого фінансування із загальних фондів штату (GFS). Послуги різняться залежно від регіону та мають бути необхідними з медичної точки зору. Щоб отримати доступ до цих послуг, будь ласка, поговоріть зі своїм постачальником послуг у сфері охорони поведінкового здоров'я.

Як щодо моїх пільг на надання медичних послуг у галузі фізичного здоров'я?

Цей план охорони поведінкового здоров'я покриває послуги з лікування психічних розладів та розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин. Ви отримуєте послуги в галузі фізичного здоров'я іншим способом, наприклад, за програмою Medicare, планом Apple Health без плану керованого медичного обслуговування, індивідуального медичного страхування або медичних центрів для американських індіанців.

Як щодо рецептурних препаратів?

Рецептурні препарати для лікування розладів поведінкового здоров'я не покриваються вашим планом BHSO. Рецептурні препарати покриваються планом страхування у рамках ваших пільг на послуги у сфері охорони фізичного здоров'я. Учасники, які мають покриття за програмою Medicare Part D, отримають покриття рецептурних препаратів через свій план програми Medicare Part D. Для отримання інформації про покриття рецептурних препаратів зверніться до свого плану у сфері охорони фізичного здоров'я.

Постачальники послуг не можуть виставляти вам рахунки за пільги, що покриваються планом. Якщо ви отримали рахунок, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997, ТТУ 711**.

Отримання обслуговування

Охорона поведінкового здоров'я

Ви можете отримати допомогу з приводу психічного здоров'я та розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин. Вам не потрібне направлення від вашого РСР. Знайдіть постачальника послуг, перейшовши на вкладку «Знайти медичну допомогу» за посиланням myuhc.com/CommunityPlan або зателефонувавши до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997, ТТУ 711**.

Послуги в кризових ситуаціях

На випадок виникнення кризової ситуації, пов'язаної із поведінковим здоров'ям, важливо отримати допомогу негайно. Кризова ситуація, пов'язана із поведінковим здоров'ям, — це момент, коли чиясь поведінка може наражати на небезпеку себе або інших людей, особливо якщо їм не надається допомога. Номери телефонів гарячої лінії для звернення у кризових ситуаціях вказані у вашій ідентифікаційній картці учасника та на сторінці «Важливі номери» цього посібника. **У разі виникнення екстреної ситуації в галузі охорони поведінкового здоров'я телефонуйте за номером 911 або звертайтеся до найближчого відділення екстреної медичної допомоги.**

Медсестринська лінія NurseLine 24/7

У разі хвороби або отримання травми ви можете не знати, чи потрібно вам звертатися до відділення невідкладної чи екстреної допомоги, записуватися на прийом до лікаря або лікуватися вдома. Досвідчена медсестра може допомогти вам прийняти рішення. Зателефонуйте до медсестринської лінії NurseLine за номером **1-877-543-3409, ТТУ 711**, у будь-який час 24/7.

Екстрена та невідкладна допомога

- **Невідкладна медична допомога:** Якщо ви відчуваєте, що можете завдати шкоди іншій особі або собі, зателефонуйте за номером **911** або негайно зверніться до найближчого пункту невідкладної допомоги.
- **Екстрена медична допомога:** Послугами екстреної медичної допомоги слід користуватися в ситуації, коли є проблеми у сфері охорони поведінкового здоров'я, які вимагають негайної медичної допомоги, але ваше життя при цьому не в небезпеці.

Знайдіть клініку екстреної допомоги на вкладці «Знайти медичну допомогу» за посиланням myuhc.com/CommunityPlan.

Телемедицина (віртуальна допомога з приводу поведінкового здоров'я)

Телемедицина дозволяє вам зустрітися з лікарем, що займається питаннями поведінкового здоров'я, в режимі онлайн за допомогою телефону або комп'ютера, подібно до відеодзвінка. Це допоможе вам отримати медичну допомогу без візиту до кабінету лікаря.

Телемедицина є пільгою, що покривається планом страхування. Ви можете отримати допомогу від будь-якого з цих постачальників послуг телемедицини:

Bright Heart Health: послуги з лікування психічних розладів, зловживання опіоїдами, зловживання психоактивними речовинами, розладів харчування, лікарські засоби для лікування зловживання опіоїдами та лікування хронічного болю.

- **1-800-892-2695**
- brighthousehealth.com

Eleanor Health: лікування розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин.

- eleanorhealth.com

BoulderCare: лікування розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин.

- boulder.care

Charlie Health: індивідуальна програма Intensive Outpatient Program інтенсивного амбулаторного лікування для молоді.

- **1-866-508-7084**
- charliehealth.com

Транспортні послуги

Неекстрене медичне транспортування покривається Управлінням охорони здоров'я штату Вашингтон. Якщо вам потрібне транспортування для отримання медичної допомоги, ми можемо організувати транспорт. З переліком постачальників послуг (брокерів) можна ознайомитись за посиланням hca.wa.gov/transportation-help. Екстрене транспортування також покривається планом страхування.





Додаткові ресурси

UnitedHealthcare Community Plan та штат Вашингтон пропонують додаткові ресурси для підтримки вашого поведінкового здоров'я.

AbleTo

Використовуйте застосунок для самодопомоги для засобів підтримки емоційного здоров'я, таких як медитації та дихальні вправи. Відвідайте ableto.com/begin. Використовуйте свій ідентифікаційний номер учасника плану UnitedHealthcare Community Plan як свій код доступу.

Live and Work Well (Добре жити та працювати)

У житті є свої труднощі. Нам усім іноді потрібна підтримка. Ви можете розраховувати на підтримку, незалежно від того, чи відчуваєте ви стрес, занепокоєння або хочете контролювати вживання психоактивних речовин.

Дайте відповідь на кілька запитань, і ми покажемо вам найкращі переваги та ресурси, доступні для вас, виходячи з ваших потреб. Підтримку можна отримати для себе або члена сім'ї. Щоб дізнатися про поведінкове здоров'я, стосунки, трудове життя та здорові життєві ресурси, відвідайте: liveandworkwell.com/en/member/uhcwa

UnitedHealthcare OMW™ (On My Way)

Ця програма допомагає молодим людям навчатися життєвим навичкам для незалежного життя. Відвідайте uhcOMW.com.

Знайдіть допомогу у своїй громаді

Знайдіть місцеву допомогу з продуктами, житлом, працевлаштуванням тощо на вебсайті Optum.findhelp.com або перейдіть на вкладку «Здоров'я та благополуччя» за посиланням myuhc.com/CommunityPlan.

Отримайте допомогу від консультанта з питань поведінкового здоров'я

Консультант з питань поведінкового здоров'я — це спеціаліст, який може допомогти вам безкоштовно та зберігатиме вашу інформацію в таємниці. Він може допомогти, якщо у вас виникли проблеми з охороною поведінкового здоров'я, наприклад, із поданням скарг або апеляцій.

Консультант із питань поведінкового здоров'я не входить до плану UnitedHealthcare Community Plan та має досвід щодо поведінкового здоров'я особисто або через члена сім'ї.

Ви можете зв'язатися із консультантом із питань поведінкового здоров'я за номером **1-800-366-3103** або надіславши електронного листа на адресу info@obhadvocacy.org.



Телефон довіри для людей, які вживають психоактивні речовини, на відстані одного телефонного дзвінка

Наша гаряча лінія анонімна, конфіденційна та завжди доступна. Зателефонуйте за номером **1-855-780-5955**.

Боротьба з вживанням психоактивних речовин може бути страшною і приголомшливою. Ви можете відчувати занепокоєння та безпорадність. Ви не самотні. Мільйони інших людей також стикаються з цією проблемою. Вживання психоактивних речовин не є ознакою слабкості. Це захворювання, яке можна лікувати. Ми радо вам допоможемо.

Наша лінія довіри:

- Анонімна
- Конфіденційна
- Завжди доступна

\$0

Доступна безкоштовно для вас.

На лінії довіри працюють висококваліфіковані та ліцензовані фахівці з відновлення. Вони обговорять з вами ваші проблеми та потреби. Вони можуть дати вам інформацію та рекомендації. Фахівець з відновлення може направити вас до спеціаліста з лікування залежностей, який розробить для вас план лікування. Лікування розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин, покривається страховкою, і не потребує жодних витрат.

Коли звертатися за професійною допомогою

Як дізнатися, що настав час звернутися по допомогу для себе або близької людини? Існує багато ознак, які говорять про те, що настав час звернутися по допомогу:

- Втрата ваги або погіршення зовнішнього вигляду
- Перепади настрою або загадкова зміна особистості
- Нехтування обов'язками
- Різкі зміни в поведінці

Спробуйте програму Hazelden's Virtual Family Program



Ця послуга доступна безкоштовно для всіх, хто стурбований вживанням наркотичних речовин або алкоголю близькою людиною, незалежно від того, де ви живете. Незалежно від того, чи перебуває ваша близька людина в активній залежності, чи шукає лікування, чи знаходиться на стадії одужання, ви і ваша сім'я можете отримати користь від цієї онлайн-програми, яка триває цілий день. Вона включає в себе навчальні відео, роздаткові матеріали про залежність, зворотній зв'язок та підтримку таких самих людей, як ви, навички подолання та питання-відповіді з консультантами. Відвідайте hazeldenbettyford.org/treatment/family-children/family-program.



Відділ обслуговування учасників
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



Застосунок
UnitedHealthcare

Дізнайтеся про координацію медичної допомоги та програми підтримки

План UnitedHealthcare Community Plan надає послуги з керування медичним обслуговуванням у сфері охорони поведінкового здоров'я та координації обслуговування. Наші менеджери з медичного обслуговування працюють з вашим лікарем та/або іншими організаціями, щоб допомогти вам знайти необхідні послуги, отримати до них доступ та забезпечити підтримку для задоволення ваших потреб. Ви або ваш доглядач можете зателефонувати за номером **1-877-542-8997, ТТУ 711**, щоб подати запит на координацію обслуговування.

Послуги можуть включати:

- Допомогу у вирішенні питань щодо догляду та пільг
- З'єднання з ресурсами спільноти
- Координування медичної допомоги з вашими лікарями
- Допомогу у вирішенні проблем, які ускладнюють догляд
- Оцінку ваших медичних потреб і допомога у встановленні цілей
- Консультування вас по телефону та організація візитів додому, у разі необхідності
- Навчання навичкам догляду за собою та надання медичної освіти для контролю симптомів



Щоб зв'язатися з програмою підтримки або координацією догляду, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997, ТТУ 711**.



Попередні розпорядження щодо психічного здоров'я

Попереднє розпорядження щодо психічного здоров'я — це юридично значущий письмовий документ, в якому описуються ваші побажання щодо порядку дій у тому випадку, якщо ваші проблеми з психічним здоров'ям стануть настільки серйозними, що ви потребуватимете сторонньої допомоги. Це може статися у разі порушення мислення та/або здатності до ефективного спілкування.

На підставі попереднього розпорядження інші особи можуть отримати інформацію про те, яке лікування ви хочете або не хочете отримувати, а також зможуть дізнатися, кому ви дали повноваження приймати рішення від вашого імені.

Крім того, співробітники плану UnitedHealthcare Community Plan, ваш постачальник послуг у сфері охорони поведінкового здоров'я або консультант з питань поведінкового здоров'я можуть допомогти вам у заповненні цієї форми.

Для отримання форми Попереднього розпорядження щодо психічного здоров'я та додаткової інформації перейдіть за посиланням **[washingtonlawhelp.org/resource/mental-health-advance-directives](https://www.washingtonlawhelp.org/resource/mental-health-advance-directives)**.

Не задоволені вашим постачальником послуг, UnitedHealthcare або будь-якою частиною вашого лікування?

Скарги

Ви маєте право подати скаргу (претензію), якщо ви незадоволені.

- Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників і скажіть: «Я хочу подати скаргу».
- Поясніть суть своєї скарги.
- Ми розглянемо вашу скаргу та надішлемо вам лист протягом 45 днів із результатом розгляду.

Апеляції

Якщо ваш постачальник послуг звернувся до нас за дозволом на лікування, а ми відмовили, ви можете попросити нас переглянути рішення, якщо ви не згодні. Це називається апеляцією.

Щоб подати апеляцію:

- Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників і скажіть: «Я хочу подати апеляцію».
- Надайте інформацію про догляд, який не був схвалений.
- Для отримання додаткової інформації ми зв'яжемося з вашим постачальником послуг.
- Зазвичай ви отримаєте лист з рішенням протягом 14 днів. Якщо нам знадобиться більше часу, ми дамо вам знати.

Для подання прискореної (швидкої) апеляції:

Ви можете подати прискорену апеляцію на медичні послуги або послуги з охорони поведінкового здоров'я.

- Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників і скажіть: «Я хочу подати прискорену апеляцію».
- Поясніть, чому вам потрібне швидке рішення.
- Ми розглянемо ваш запит і приймемо рішення протягом 3 днів, а також надішлемо листа протягом 5 днів.



Якщо вашу апеляцію відхилено

- Відділ обслуговування учасників може пояснити вам, як подати запит на розгляд справи суддею з адміністративного права та інші варіанти отримання схвалення медичного обслуговування.

Докладну інформацію про скарги та апеляції можна знайти у вашому довіднику учасника за посиланням myuhc.com/CommunityPlan.

Щоб подати скаргу або апеляцію:

- Зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997**, TTY 711.
- Напишіть нам за адресою:
**UnitedHealthcare Community Plan
Grievances and Appeals**
P.O. Box 31364
Salt Lake City, UT 84131-0364
- Надішліть нам факс: **1-801-994-1082**
- Перейдіть на вебсайт myuhc.com/CommunityPlan.



Дискримінація — це незаконно. Компанія дотримується чинного федерального законодавства про громадянські права і не дискримінує, не обмежує людей та не ставиться до них інакше через їхню расу, колір шкіри, національне походження, вік, інвалідність, стать, сексуальну орієнтацію або гендерну ідентичність.

Якщо ви вважаєте, що з нашої сторони мали місце прояви дискримінації, ви можете надіслати скаргу нашому координатору з питань громадянських прав (Civil Rights Coordinator).

Адреса ел. пошти: UHC_Civil_Rights@uhc.com

Поштова адреса: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608, Salt Lake City, UT 84130 (США)

Якщо вам потрібна допомога з поданням скарги, зателефонуйте за номером **1-877-542-8997**, телетайп (TTY) **711**, з 8 а.м. до 5 р.м., з понеділка по п'ятницю.

Також ви можете подати скаргу в Управління з громадянських прав Міністерства охорони здоров'я та соціальних послуг США (U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights):

Онлайн: <https://www.hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/index.html>

Телефон: Безкоштовні номери 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

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

Людям з інвалідністю ми надаємо безкоштовні допоміжні засоби й послуги для ефективного спілкування з нами, такі як:

- Кваліфіковані перекладачі мови жестів
- Текстова інформація в інших форматах (великий шрифт, аудіо, доступні електронні формати, інші формати)

Ми також надаємо безкоштовні послуги перекладу людям, для яких англійська мова не є рідною, наприклад:

- Кваліфіковані усні перекладачі
- Інформація, викладена іншими мовами

Якщо вам потрібні ці послуги, зателефонуйте до відділу обслуговування учасників за номером **1-877-542-8997**, телетайп (TTY) **711**, з 8 а.м. до 5 р.м., з понеділка по п'ятницю.

Це повідомлення доступне за адресою <https://www.uhc.com/legal/nondiscrimination-and-language-assistance-notice>.

1-877-542-8997, TTY 711

English: ATTENTION: Translation and other language assistance services are available at no cost to you. If you need help, please call the number above.

Spanish: ATENCIÓN: La traducción y los servicios de asistencia de otros idiomas se encuentran disponibles sin costo alguno para usted. Si necesita ayuda, llame al número que se indica arriba.

Amharic: ማሳሰቢያ፡- የትርጉም እና ሌሎች የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶችን ያለ ምንም ወጪ ማግኘት ይቻላል። እርዳታ ከፈለጉ እባክዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

Arabic: تنبيه: تتوفر خدمات الترجمة وخدمات المساعدة اللغوية الأخرى لك مجانًا. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، يُرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

Burmese: သတိမူရန်- သင့်အတွက် အခကြေးငွေ ကုန်ကျမှု မရှိဘဲ ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းနှင့် အခြားသော ဘာသာစကား အကူအညီ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်ပါသည်။ အကူအညီလိုအပ်ပါက အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကို ခေါ်ဆိုပါ။

Cambodian: យកចិត្តទុកដាក់៖ ការបកប្រែ និងសេវាជំនួយផ្នែកភាសាផ្សេងទៀត គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយ សូមហៅទូរសព្ទមកលេខខាងលើ។

Chinese: 注意：您可以免費獲得翻譯及其他語言協助服務。如果您需要協助，請致電上列電話號碼。

Korean: 참고: 번역 및 기타 언어 지원 서비스를 무료로 제공해 드립니다. 도움이 필요하시면 위에 명시된 번호로 전화해 주십시오.

Laotian: ເຊີນຊາບ: ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປພາສາ ແລະ ພາສາອື່ນໆໃຫ້ແກ່ທ່ານໂດຍບໍ່ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ, ກະລຸນາໃບຫາເບີຂ້າງເທິງ.

Oromo: FUULEFFANNAA: Tajaajiloonni hiikkaa fi deeggarsa afaanii biroon kaffaltii tokko malee isiniif kennamu. Gargaarsa yoo barbaaddan, lakkoofsa armaan ol jiruun bilbilaa.

Persian: توجه: خدمات ترجمه و سایر کمک‌های زبانی به صورت رایگان در اختیار شما قرار دارد. اگر به کمک نیاز دارید، با شماره بالا تماس بگیرید.

Punjabi: ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਰਚ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਪਰੋਕਤ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Romanian: ATENȚIE: Sunt disponibile gratuit servicii de traducere și alte servicii de asistență lingvistică. Dacă aveți nevoie de ajutor, vă rugăm să apelați numărul de mai sus.

Russian: ВНИМАНИЕ! Услуги перевода, а также другие услуги языковой поддержки предоставляются бесплатно. Если вам требуется помощь, пожалуйста, позвоните по указанному выше номеру.

Somali: Turjumaada iyo adeegyada kale ee kaalmada luuqadda waxaad ku heleysaa lacag la'aan. Haddii aad u baahan tahay adigu caawimaad, fadlan wac lambarka kor kuqoran.

Swahili: ANGALIA: Tafsiri na huduma zingine za usaidizi wa lugha zinapatikana bila gharama kwako. Ikiwa unahitaji msaada, tafadhali piga simu kwa nambari iliyo hapo juu.

Tagalog: ATENSYON: Ang pagsasalin at iba pang mga serbisyong tulong sa wika ay magagamit mo nang walang bayad. Kung kailangan mo ng tulong, mangyaring tawagan ang numero sa itaas.

Tigrigna: ኣቓል:- ናይ ትርጉምን ካልእ ናይ ቋንቋ ኣገዝ ኣገልግሎታትን ብዘይ ዝኾነ ወጻኢታት ይወሃበኩም። ኣገዝ ምስ እትደልዩ በዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ቁጽረ ደውሉ።

Ukrainian: УБАГА! Послуги перекладу та інші послуги мовної підтримки надаються вам безкоштовно. Якщо вам потрібна допомога, будь ласка, зателефонуйте за вказаним вище номером.

Vietnamese: CHÚ Ý: Dịch vụ dịch thuật và hỗ trợ ngôn ngữ khác được cung cấp cho quý vị miễn phí. Nếu quý vị cần trợ giúp, vui lòng gọi số ở trên.

Kosraean: MWE AHK KAHLWEMYE: Asr kahsruh in kas in lweng kuh luhngas e wacngihn molo nuh sum. Efihn kom enenuh kahsruh, nuhnakmuhnas pahngon numbu se sihmlac luhng nge.

Marshallese: KŌJJELĀ: Jipañ ko ikkijien ukook ilo peba im kajin ko jet rej belloko ilo ejjelok wōḡāān ñan eok. Ñe kwōj aikuj jipañ, jouj im kall e nōmba eo itulōñ.

Palauan: ATTENTION: Ngeseu er a oidel a tekoi me a bebil er a tekoi a ngar er ngii el diak el ocheraol. A lsekum kousbech a ngeseu, momekedong er tia el dengua el ngar er eou.

Pohnpeian: MEHN KAPEHSE: Sawas en kawehwe oh soangen sahpis teikan ohng ekei lokaia kak koda me ke sohte pain pwain. Mah ke anahne sawas, menlau eker nempe me sansal pah.

Chuukese: ESINESIN: Angangen chiaku me aninnis non kapasen fonu ese nifinifin mei kawor non an ese kamo ngonuk. Ika epwe wor chon anisuk, kose mochen kokkori ena nampa asan.

Yapese: MARANG'AG: Pilyeg e thin nge ayuw ko boch e sabethin e kubaaq ni dariy pulwon. Faanra bt'uf e ayuw rom, wenig ngom mu denguwa nag e pii numba ni baaray nga lang.

Важливі номери та ресурси

Невідкладна ситуація
911

Відділ обслуговування учасників
1-877-542-8997, ТТУ 711
з 8:00 до 17:00, з понеділка по п'ятницю

Управління охорони здоров'я штату Вашингтон
(Washington State Health Care Authority)
Обслуговування клієнтів: **1-800-562-3022**
Стоматологічні послуги: **1-800-562-3022**
Транспортування: **hca.wa.gov/transportation-help**

Гарячі кризові лінії
Доступно цілодобово та без вихідних

Округ King
1-866-427-4747

Округ Pierce
1-800-576-7764

Округи Island, San Juan, Snohomish, Skagit i Whatcom
1-800-584-3578

Округи Clallam, Jefferson i Kitsap
1-888-910-0416

Округи Thurston i Mason
1-800-270-0041

Округи Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific i Wahkiakum
1-800-803-8833

Округи Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman i Yakima
1-888-544-9986

Округи Chelan, Douglas, Grant i Okanogan
1-800-852-2923

Округи Clark, Klickitat i Skamania
1-800-626-8137

Округи Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane i Stevens
1-877-266-1818

Медсестринська лінія UnitedHealthcare NurseLine

Доступно цілодобово та без вихідних
1-877-543-3409, ТТУ 711

Посилання для підлітків Teen Link

Підлітки можуть спілкуватися з підлітками
з 18:00 до 22:00
1-866-833-6546
Адреса електронної пошти:
teenlink@crisisclinic.org
teenlink.org

Національна гаряча лінія щодо запобігання самогубствам

Негайна допомога 24/7 у випадку психічної кризи або думок про самогубство
Зателефонуйте або напишіть повідомлення на 988
988lifeline.org

Лінія допомоги Washington Recovery

Цілодобова лінія кризового втручання та перенаправлення з питань вживання психоактивних речовин, ігromанії або підтримки поведінкового здоров'я.
Адреса електронної пошти:
recovery@crisisclinic.org
warecoveryhelpline.org

Лінія допомоги щодо розладів, спричинених вживанням психоактивних речовин

1-855-780-5955
liveandworkwell.com/recovery

Гаряча лінія UnitedHealthcare щодо шахрайства та зловживання
1-844-359-7736

Відділ контролю за шахрайством за програмою Medicaid у штаті Вашингтон (Washington Medicaid Fraud Control Unit)
MFCUreferrals@atg.wa.gov

Washington Healthplanfinder

Поновити право на участь, змінити адресу або номер телефону 1-855-923-4633, ТТУ/TDD 1-855-627-9604
wahealthplanfinder.org

