



Health Talk

Koj txoj kev taug mus rau txoj kev noj qab haus huv kom zoo dua qub

iStock.com/AsaVision



Cajj Nplooj Ntoos Hlav 2024

United
Healthcare
Community Plan

Yam muaj nyob rau sab hauv

Koj puas paub cov tshuaj twg uas raug duav roo nyob rau hauv koj txoj kev npaj kho mob? Saib Nplooj ntawv 4 kom paub tseeb txog koj cov txiaj ntsig tshuaj noj.



Cov lus qhia txog kev saib xyuas

Kev saib xyuas zoo tshaj plaws

Cov cuab yeej zoo dua rau kev noj qab haus huv

Peb muab cov cuab yeej rau peb cov kws kho mob, kom lawv tuaj yeem saib xyuas peb cov tswv cuab kom zoo tshaj plaws. Cov cuab yeej no hu ua cov lus qhia txog kev coj ua rau kev kho mob. Lawv qhia cov kev coj ua uas zoo tshaj plaws los tswj cov kab mob thiab txhawb kev noj qab nyob zoo.

Cov lus qhia no yuav hais txog kev saib xyuas ntau yam kab mob thiab mob xws li ntshav qab zib, ntshav siab thiab kev nyuaj siab. Lawv kuj muab cov lus qhia no txog txoj kev noj qab nyob zoo los ntawm kev noj zaub mov kom zoo tsim nyog, kev qoj ib ce tawm dag zog thiab kev txhaj cov tshuaj tiv thaiv kab mob. Yog xav paub ntau ntxiv, mus saib uhcprovider.com/cpg.

UnitedHealthcare Community Plan
9800 Care Lane
Mail Code: MN006-W900
Minnetonka, MN 55343

UNHC-114-MN-CAID-HMONG
CSMN24MD0167478_001



iStock.com/VioletaStimerova

Kev sib luag sib txig rau fab noj qab haus huv

Muaj kev nyab xeeb thiab ruaj ntseg

Peb yuav siv thiab pov thaiv li cas rau cov ntaub ntawv zwm txog hom lus hais, kab lis kev cais thiab feem xav tau ntawm sawv daws

Nyob rau ntawm UnitedHealthcare®, peb pab sib txuas lus txhua yam txog kev saib xyuas rau koj txhua tus kws saib xyuas kev noj qab haus huv. Yuav ua tau li ntawd, peb yuav tau txais thiab muab cov ntaub ntawv uas ntsig txog koj ntawd coj los sib qhia. Tej zaum qhov no yuav suav nrog koj hom neeg, haiv neeg, hom lus koj hais, qhov yog poj niam los sis txiv neej, kev coj li poj niam los yog coj li txiv neej thiab feem xav tau ntawm sawv daws. Koj cov ntaub ntawv zwm no thiab lwm yam ntaub ntawv ntiag tug yog cov ntaub ntawv kho mob uas tau txais kev pov thaiv (PHI). Tej zaum peb yuav muab cov ntaub ntawv no qhia rau koj cov kws kho mob tam li yog ib feem ntawm kev kho mob, kev them nyiaj thiab kev ua hauj lwm. Qhov no pab peb ua tau raws li koj qhov kev xav tau kho mob.

Piv txwv li tias peb yuav siv cov ntaub ntawv no los tsim kho peb cov kev pab cuam xws li:

- Nrhiav kis khoob hauv kev saib xyuas kho mob
- Pab ua koj hom lus uas tsis yog Lus Askiv
- Tsim khoos kas uas ua tau raws li qhov koj xav tau
- Qhia rau koj tus kws kho mob txog hom lus uas koj hais

Peb tsis siv cov ntaub ntawv zwm no los tsis kam lees kev pab them nqi los sis txwv cov txiaj ntsig. Peb pov thaiv cov ntaub ntawv no tib yam nkaus li peb tiv thaiv tag nrho lwm cov ntaub ntawv PHI. Tsuas pub cov neeg ua hauj lwm ntawv uas yuav tsum tau siv cov ntaub ntawv no thiaj nkag tau mus saib tau nkaus xwb. Peb cov tsev thiab cov khoos phis tawj yog muaj kev ruaj ntseg. Cov zauv hla (passwords) khoos phis tawj thiab lwm yam kev pov thaiv yuav pab ua kom koj cov ntaub ntawv zwm muaj kev nyab xeeb.

Txhawm rau nrhiav kom paub ntau ntxiv txog txoj hauv kev uas peb tiv thaiv koj cov ntaub ntawv zwm txog fab kab lis kev cai, ces mus saib [uhc.com/about-us/rel-collection-and-use](https://www.uhc.com/about-us/rel-collection-and-use). Kom tau txais cov ntaub ntawv qhia paub ntau ntxiv txog peb lub khoos kas kev muaj vaj huam sib luag rau kev noj qab haus huv, ces mus saib [unitedhealthgroup.com/what-we-do/health-equity.html](https://www.unitedhealthgroup.com/what-we-do/health-equity.html).

Txhua yam hais txog koj txoj kev npaj kho mob

Koj puas tau nyeem koj Phau Ntawv Qhia Rau Tus Tswv Cuab? Nws yog ib qho uas muaj cov ntau ntawv qhia paub ntau tshaj plaws. Phau ntawv no yuav qhia koj txog txoj hauv kev siv koj txoj phiaj xwm. Nws yuav piav qhia txog:

- Koj cov cai thiab cov kev thaj tsob ntawm tus tswv cuab
- Cov txiaj ntsig thiab cov kev pab cuam uas koj muaj
- Cov txiaj ntsig thiab cov kev pab cuam uas koj tsis tau txais (raug zam)
- Cov nqi uas tej zaum koj yuav muaj rau kev saib xyuas kho mob
- Txoj hauv kev nrhiav cov kws kho mob uas nyob rau hauv pab pawg sib koom tes ua ke
- Txoj hauv kev siv koj cov nyiaj pab yuav cov tshuaj uas muaj ntawv yuav tshuaj
- Yuav ua li cas yog tias koj xav tau kev saib xyuas kho mob thaum koj nyob rau sab nrauv nroog lawm
- Thaum twg thiab txoj hauv kev uas koj yuav tuaj yeem tau txais kev saib xyuas kho mob los ntawm ib tug kws kho mob uas tsis nyob rau hauv pab pawg sib koom tes ua ke

- Qhov twg, thaum twg thiab txoj hauv kev txais kev saib xyuas kho mob xub thawj, tom qab lawj hauj lwm lawm, kev kho mob fab cwj pwm, kev kho mob tshwj xeeb, kev mus rau tsev kho mob thiab chav saib xyuas kho mob ti tes ti taw
- Peb txoj cai hais txog kev ua ntiag tug
- Yuav ua li cas yog tias koj tau txais daim ntawv sau nqi
- Txoj hauv kev hais kev tsis txaus siab los sis thov kom rov qab txiav txim dua txog kev pab them nqi
- Txoj hauv kev thov ib tug kws txhais lus los sis thov lwm yam kev pab txog kev txhais ntau ntawv los sis kev txhais lus
- Txoj hauv kev uas txoj phiaj xwm yuav txiav txim siab tias seb cov kev kho mob tshiab los sis cov thev naus laus zis tshiab puas yuav tau txais kev pab them nqi
- Txoj hauv kev tshaj qhia txog kev dag thiab kev nkim



Tau txais tag nrho txhua yam. Koj tuaj yeem nyeem Phau Ntawv Qhia Rau Tus Tswv Cuab nyob hauv online ntawm myuhc.com/communityplan/benefitsandcvg. Los sis hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab tus xov tooj hu dawb ntawm Nplooj ntawv 8 kom thov ib daim qauv.

Cov txiaj ntsig ntawm qhov kev npaj kho mob

Kev saib xyuas rau koj

Peb xav ua kom paub meej tia koj tau txais kev saib xyuas thaum koj xav tau. Yog koj xav tau kev pab mus rau koj tus kws kho mob lub chaw ua hauj lwm, peb tuaj yeem pab tau. Peb lub hom phiaj noj qab haus huv muab cov txiaj ntsig kev thauj mus los rau kev teem caij koj ntsib kws kho mob. Hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab ntawm tus xov tooj ntawm Nplooj ntawv 8 kom paub ntau ntxiv.

Yog tias koj yuav tsum tau mus ntsib tus kws kho mob kiag tam siv, koj tuaj yeem mus tom qab sij hawm ntawm cov chaw kho mob kub ceev. Peb kuj muaj NurseLine uas koj tuaj yeem hu tau txhua lub sij hawm - 24 teev hauv ib hnub, 7 hnub hauv ib lub lis tiam. Kuj tseem muaj kev mus ntsib kws kho mob zoo li yog tiag.

Txhawm rau los nrhiav ib tug kws kho mob los sis nrhiav lub chaw kho mob kub ceev uas nyob ze koj, ces mus saib connect.werally.com/state-plan-selection/uhc.medicaid/state. Los sis siv UnitedHealthcare app.

Koj cov nyiaj pab rau tshuaj kho mob

Yam uas koj xav paub

Mus saib peb lub vev xaib txhawm rau kawm paub txog koj cov txiaj ntsig pab rau cov tshuaj uas muaj ntawv yuav tshuaj. Uas yog yuav muaj cov ntaub ntawv qhia paub txog:

- 1. Cov tshuaj twg raug duav roos.** Muaj ib daim ntawv teev cov npe tshuaj uas raug duav roos. Tej zaum koj yuav tau siv cov tshuaj nrhuav dav los hloov cov tshuaj uas muaj npe.
- 2. Qhov chaw mus sau koj cov ntawv yuav tshuaj.** Koj tuaj yeem nrhiav lub khw muag tshuaj nyob ze koj uas lees txais koj qhov kev npaj kho mob. Tej zaum koj kuj tseem yuav tuaj yeem tau txais qee yam tshuaj los ntawm kev xa pais xab nis tuaj thiab.
- 3. Cov cai uas tej zaum yuav siv.** Qee cov tshuaj tsuas yuav tau txais kev pab them nqi nyob rau qee qhov xwm txheej xwb. Piv txwv li, tej zaum koj yuav tsum tau txais kev pom zoo los ntawm UnitedHealthcare los mus siv tshuaj. (Qhov no yog hu ua kev tso cai ua ntej.) Tej zaum kuj tseem yuav muaj kev txwv rau cov nyiaj uas koj yuav tau txais rau qee yam tshuaj.
- 4. Txhua yam nqi uas koj yuav tau them.** Minnesota Qhov Kev Pab Kuaj Mob cov tswv cuab tsis tau them cov nqi koom them rau cov ntawv sau yuav tshuaj. Tej zaum MinnesotaCare cov tswv cuab yuav tau them cov nqi koom them nqi rau koj cov ntawv yuav tshuaj.



Mus nrhiav saib. Nrhiav cov ntaub ntawv ntsig txog koj cov nyiaj pab yuav tshuaj ntawm myuhc.com/communityplan/pharmaciesandrx. Los sis hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab tus xov tooj hu dawb ntawm Nplooj ntawv 8.

Kev tswj kev siv

Kev saib xyuas kho mob uas haum

Kev tuav tswj kev siv (Utilization management, UM) yuav pab ua kom ntseeg tau tias koj tau txais qhov kev saib xyuas kho mob thiab cov kev pab cuam uas haum rau koj thaum koj xav tau. Peb li UM cov neeg ua hauj lwm yuav tshuaj xyuas cov kev pab cuam uas koj tus kws kho mob thov tuaj ntawd. Lawv yuav muab cov kev saib xyuas kho mob thiab cov kev pab cuam uas koj tus kws kho mob nug rau koj los sib piv nrog cov lus qhia txog kev coj ua rau fab kev kho mob. Tsis tas li xwb, lawv kuj tseem yuav muab yam uas tau thov tuaj coj mus sib piv nrog koj cov txiaj ntsig.

Thaum qhov kev saib xyuas kho mob tsis tau txais kev pab them nqi nyob rau hauv koj cov txiaj ntsig, ces nws yuav tsis raug lees txais. Kuj tseem yuav raug tsis lees paub thaum nws tsis ua raws li cov txheej txheem kho mob. Peb tsis them nyiaj los sis muab nqi zog rau peb cov kws kho mob los sis cov neeg ua hauj lwm rau kev tsis kam lees txais cov kev pab cuam los sis kev muab kev pom zoo saib xyuas kho mob kom tsawg dua li ib txwm. Yog tias qhov kev saib xyuas kho mob tsis raug lees txais kho, ces koj thiab koj tus kws kho mob muaj cai los thov kom rov txiav txim dua. Tsab ntawv ceeb toom qhia kev tsis kam lees txais yuav qhia koj tias yuav thov hais kom rov txiav txim dua li cas.

Yog tia koj muaj lus nug dab tsis, hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab tus xov tooj hu dawb ntawm Nplooj ntawv 8. TTY yuav muaj cov kev pab cuam thiab kev pab txhais lus yog tias koj xav tau.

Noj qab nyob zoo

Cov khoos kas uas pab tswj hwm koj txoj kev noj qab haus huv

UnitedHealthcare Community Plan muab cov khoos kas thiab cov kev pab cuam los pab ua kom koj noj qab nyob zoo. Peb kuj muaj cov kev pab cuam los pab tswj hwm kev muaj mob kom zoo dua qub tuaj thiab lwm yam kev saib xyuas kho mob uas xav tau. Cov no yog ib feem ntawm peb cov khoos kas pab los ntawm population health. Cov khoos kas no yuav muaj xws li:

- Kev qhia paub thiab kev ceeb toom txog kev noj qab haus huv
- Kev txhawb pab thiab kev qhia paub fab kev ua me nyuam niam me nyuam txiv
- Kev txhawb pab kev vwm yeeb tshuaj
- Cov khoos kas uas pab koj rau cov uas xav tau kev txhawb rau kev xav uas cov nyom (cov neeg tswj hwm kev saib xyuas kho mob uas ua hauj lwm nrog koj tus kws kho mob thiab lwm lub chaw ua hauj lwm sab nraud)

Cov khoos kas no yog nyob ntawm siab yeem xwb. Cov khoos kas no yuav muab pub dawb rau koj xwb. Koj tuaj yeem xaiv tsis koom rau ib lub khoos kas twg tau txhua lub sij hawm.



Kawm ntxiv. Koj tuaj yeem nrhiav cov ntaub ntawv qhia paub ntau ntxiv txog peb cov khoos kas thiab cov kev pab cuam tau rau ntawm myuhc.com/communityplan/healthwellness. Yog tias koj xav tau kev pab xa mus rau peb lub khoos kas tswj hwm kev kho mob, ces hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab tus xov tooj hu dawb ntawm Nplooj ntawv 8.

iStock.com/Moyo Studio



Kev saib xyuas ua ntej

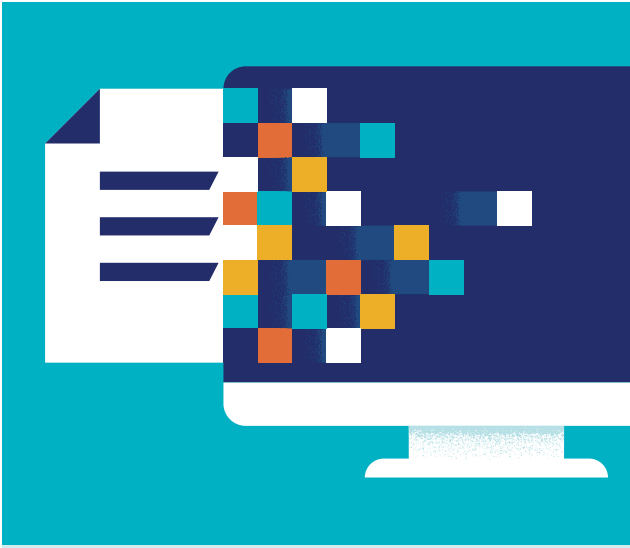
Yuav tau lav them

Kev npaj mus ntsib koj tus kws kho mob yuav pab tau koj kom tau txais txiaj ntsig ntau tshaj plaws. Kom thiaj li tuaj yeem ua kom ntseeg tau hais tias koj tus kws kho mob paub txog txhua yam kev saib xyuas kho mob uas koj tau txais. Nov yog 4 txoj hauv kev uas koj yuav tau them rau koj li kev saib xyuas kho mob:

- 1. Xav txog yam uas koj xav tau los ntawm kev mus ntsib kws kho mob ua ntej koj yuav mus ntsib kws kho mob.** Tsi ntsees rau 3 yam uas koj xav tau kev pab tshaj plaws.
- 2. Qhia rau koj tus kws kho mob txog cov tshuaj noj los sis cov tshuaj qab los (vitamins) uas koj noj.** Nqa daim ntawv sau teev npe tshuaj. Los sis

yog nqa cov tshuaj noj uas muaj tiag. Qhia hais tias seb leej twg yog tus sau ntawv yuav tshuaj rau koj.

- 3. Qhia rau koj tus kws kho mob txog lwm tus kws kho mob uas koj tau mus ntsib.** Suav nrog cov kws kho mob fab kev coj cwj pwm. Nqa cov ntawv theej ntawm cov txiaj ntsig kev kuaj mob los sis txoj phiaj xwm kho mob los ntawm lwm tus kws kho mob.
- 4. Yog tias koj tau mus rau hauv tsev kho mob los sis chav kho mob xwm txheej ti tes ti taw (ER), ces kav tsij mus ntsib koj tus kws kho mob kom sai li sai tau tom qab koj mus tsev lawm.** Qhia cov lus qhia rau kev tawm tsev kho mob rau koj tus kws kho mob. Kev rov qab mus kuaj mob yam tsim nyog yuav tuaj yeem ua rau tsis tau mus pw kho hauv tsev kho mob los sis kev mus kho hauv chav kho mob xwm txheej ceev (ER).



Peb tus vev xaib

Tsuas yog rau koj nkaus xwb

Tau txais cov ntaub ntawv txog txoj phiaj xwm kho mob uas haum rau tus kheej

Thaum koj teev npe ua tswv cuab siv peb lub vev xaib, koj yuav tau txais cov cuab yeej los pab qhia koj siv koj qhov kev npaj kho mob. Koj tuaj yeem:

- Saib koj daim npav ID tswv cuab tau txhua lub sij hawm
- Thov kev pab txog kev siv koj cov nyiaj pab
- Nrhiav ib tus kws kho mob los sis lub khw muag tshuaj uas nyob ze koj
- Hloov kho yam koj nyiam kom tau txais cov lus raws li koj xav tau, suav nrog kev sau ntawv hauv xov tooj thiab sau email



Teev npe hnuab no kiag. Nws tsuas siv sij hawm li ob peb feeb xwb. Tom qab ntawd koj tuaj yeem teev npe nkag mus rau tau txhua lub sij hawm. Txhawm rau los pib, mus saib myuhc.com/communityplan.

Tus tswv cuab lub app

Txuas nrog

Qhov muaj UnitedHealthcare® app uas tsis them nqi, koj tuaj yeem nkag mus rau koj cov ntaub ntawv qhia txog kev nkag mus. Koj tuaj yeem:

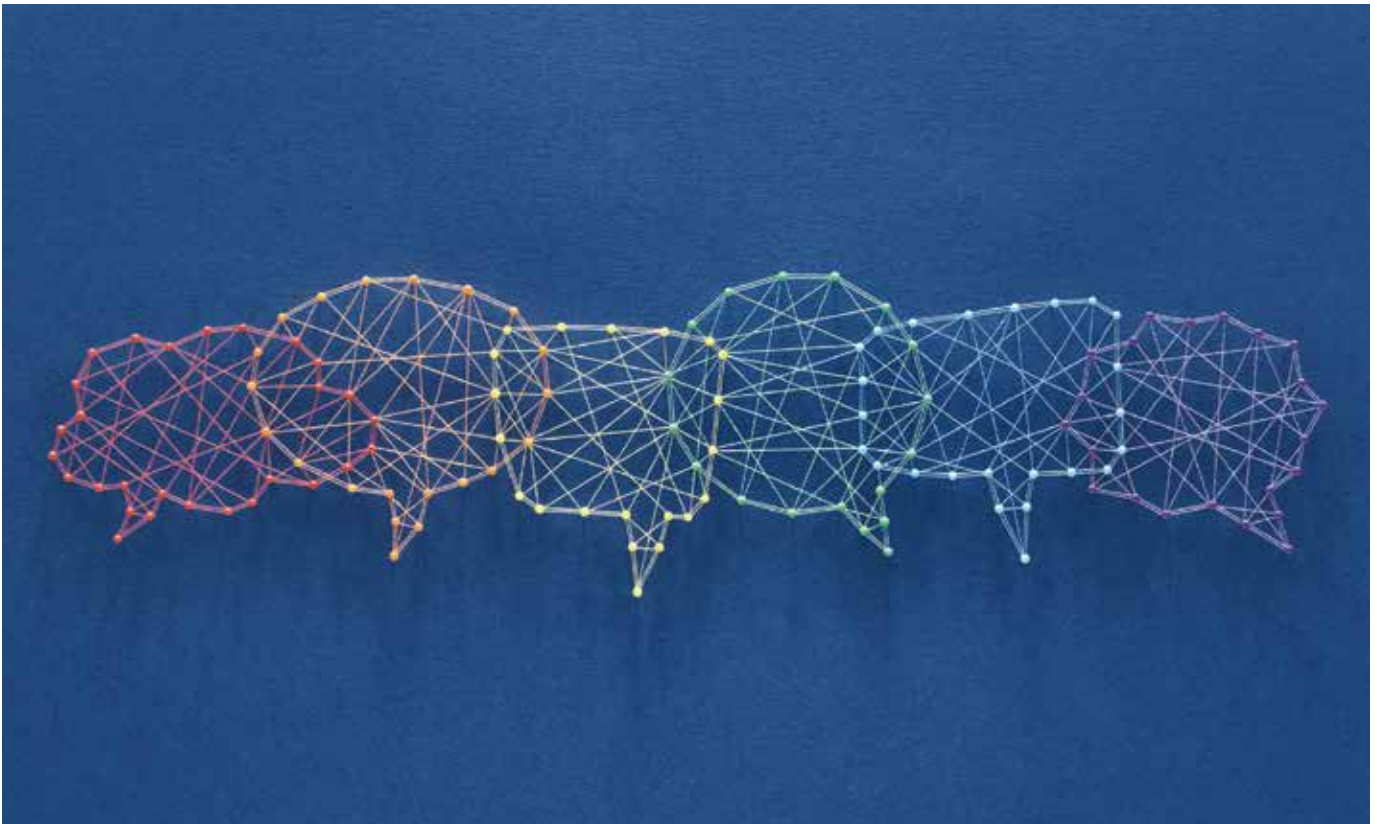
- Nrhiav chaw kho mob ceev nyob ze koj
- Tshawb nrhiav cov kws kho mob nyob ib cheeb tsam ntawm koj
- Nkag mus rau cov ntaub ntawv hais txog kev npaj kho mob, suav nrog koj daim npav tswv cuab ID, keep kwm kev noj qab haus huv thiab cov ntaub ntawv thov kom them cov nyiaj rov qab
- Mus cuag tau cov ntawv sau yuav tshuaj
- Saib cov kev kho mob thiab cov kev pab cuam



Rub tawm tau hnuab no. Nrhiav UnitedHealthcare app ntawm App Store® los sis Google Play™.



iStock.com/inside Creative House



iStock.com/Pogonici

Kev pab txhais lus

Kev xav tau sib txuas lus

Peb muab kev pab dawb los pab kom koj sib tham nrog peb tau. Peb tuaj yeem xa cov ntaub ntauv ua lwm hom lus uas tsis yog lus As Kiv los sis muab nws luam tawm kom loj tuaj rau koj tau. Koj tuaj yeem thov ib tug kws txhais lus. Yuav thov kev pab, thov hu rau Kev Pab Cuam Tswv Cuab tus xov tooj hu dawb uas nyob Phab 8.

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 toll-free at the phone number on Page 8.

Proporcionamos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Podemos enviarle información en idiomas distintos al inglés o en letra grande. Puede solicitar un intérprete. Para solicitar ayuda, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece en la Página 8.

ပဟ့ၣ်တၢ်တိၣ်စၢၤမၤစၢၤအပူၤကလီၤ ဒ်သိးကမၤစၢၤန့ၤ လၢကဆဲးကျိးဒီးပုၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပဆၢန့ၤ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ် ကျိၤလၢတမ့ၢ်အဲကလံးကျိၤသ့ မ့တမ့ၢ် လၢတၢ်ကွဲး ဖျါစဲးကျိးဖးလဲၣ်န့ၣ်လီၤ. နယုဒီးန့ၢ် ပုၤကျိးထံကျိၢ် တဂၤ သ့စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. ကယုတၢ်မၤစၢၤအဂီၢ် ဝံသး စူၤကိး ကရူၢ်ဖိတၢ်တိၣ်စၢၤမၤစၢၤအပူၤကလီၤ ဒိဖျိလိတဲ စိနီၣ်ဂံၢ်လၢ ကဘျိးပၤ 8 န့ၣ်တက့ၢ်.

Waxaan bixinaa adeegyo bilaash ah si aan kaaga caawino inaad nala soo xiriirto. Waxaan kuugu soo gudbin karnaa macluumaad luuqado aan Ingiriis aheyn ama daabacaada farta waweyn. Waxaad dalban kartaa turjubaan. Si aad u dalbato caawin, fadlan ka soo wac khadka bilaashka ah ee Adeegyada Xubinta taleefon lambarka ku qoran Bogga 8-aad.

Cov chaw muab kev pab rau tus tswv cuab

Nov yog rau koj

Peb xav ua kom nws yooj yim li qhov ua tau rau koj tau ntau yam tshaj plaws raws li koj qhov kev npaj kho mob. Thaum yog peb ib tug tswv cuab, yuav muaj kev pab cuam thiab txiaj ntsig ntau yam rau koj.

Kev Pab Cuam Tswv Cuab: Thov kev pab teb koj cov lus nug thiab kev txhawj xeeb. Nrhiav ib tug kws kho mob pab cuam los sis ib qhov chaw kho mob maj rawm, nug cov lus nug txog cov txiaj ntsig los sis thov kev pab rau kev teem caij mus ntsib kws kho mob, ua txhua hom lus (hu dawb).

1-888-269-5410, TTY 711

Peb tus vev xaib: Peb lub vev xaib khaws tag nrho koj cov txheej xwm kho mob rau ib qho chaw. Koj tuaj yeem nrhiav ib tug kws kho mob pab cuam, saib koj cov txiaj ntsig los sis saib koj daim npav tswv cuab ID, tsis hais koj nyob rau qhov twg los xij.

myuhc.com/communityplan

UnitedHealthcare app: Nkag mus rau koj cov ntaub ntawv npaj kho mob ntawm-qhov-mus. Saib koj qhov kev pab them nqi thiab cov txiaj ntsig. Nrhiav cov chaw kho mob nyob ze. Saib koj daim npav ID, tau txais cov lus qhia mus rau koj tus kws kho mob lub chaw ua hauj lwm thiab ntau ntxiv.

Mus rub los ntawm App Store® los sis Google Play™

NurseLine: Thov kev qhia txog kev noj qab haus huv los ntawm ib tug neeg tu mob 24 teev ib hnuv, 7 teev ib lim tiam, yam koj tsis poob nyiaj them (hu dawb).

1-800-718-9066, TTY 711

Quit For Life: Thov kev pab txiaj luam yeeb yam tsis tau them nqi (hu dawb).

1-866-784-8454, TTY 711

quitnow.net

Kev Thauj Mus Los: Hu mus nug txog kev teem tsheb caij mus thiab los ntawm koj qhov kev mus ntsib kws kho mob thiab khw muag tshuaj. Teem caij thov caij tsheb, hu yam qeeb kawg 2 hnuv ua hauj lwm ua ntej txog koj lub caij teem mus kuaj mob. Koj yuav tuaj yeem thov tau caij tsheb tsis dhau 30 mais ntawm koj lub tsev mus rau chaw yuav tshuaj thiab 60 mais mus rau tej qhov chaw kho mob tshwj xeeb.

1-888-444-1519, TTY 711

Kev Tswj Kev saib Xyuas: Tes dej num no yog muaj rau cov tswv cuab uas muaj tus qub mob thiab muaj kev cheem tsum mob ntau yam. Koj tuaj yeem tau txais xov tooj hu tuaj, kev tuaj kuaj hauv tsev, qhia txog kev noj qab haus huv, qhia ntaub ntawv uas muaj hauv zej zog, ceeb toom kev teem caij, pab tsav tsheb thiab lwm yam (hu dawb).

1-888-269-5410, TTY 711

Live and Work Well: Nrhiav cov ntaub ntawv, cov cuab yeej saib xyuas tus kheej, cov kws kho mob thiab kev kho mob puas siab puas ntsws thiab cov ntaub ntawv txog kev quav yeeb quav tshuaj.

liveandworkwell.com

Assurance Wireless: Tau txais cov ntaub ntawv, cov sij hawm thiab cov ntawv ceev uas tsis muaj kev txwv txhua lub hlis. Ntxiv qhov siv hom xov tooj Android™ smartphone uas koj yuav siv tau dawb.

assurancewireless.com/partner/buhc

Healthy First Steps®: Tau txais kev txhawb pab thoob plaws lub sij hawm koj cev xeeb tub thiab tau txais kev pab rau kev saib xyuas kho mob ua ntej yuav yug me nyuam thiab kev saib xyuas kom tus me nyuam kom noj qab nyob zoo kom raws sij hawm (hu dawb).

1-800-599-5985, TTY 711

uhchealthyfirststeps.com

Mus rau qhov digital: Tso npe rau email, kom xa cov ntawv sau thiab cov ntaub ntawv digital xa tuaj rau hauv xov tooj es koj thiaj li tau txais koj cov ntaub ntawv kev kho mob tau sai dua qub tuaj.

myuhc.com/communityplan/preference

Tsab Ntawv Ceeb Toom Txog Pej Xeem Cov Cai

Kev sib cais ntxub ntxaug yog ib qho txhaum rau kev cai lij choj. UnitedHealthcare Community Plan of Minnesota tsis ntxub ntxaug uas saib raws lub hauv paus ntawm txhua yam li nram qab no:

- Haiv Neeg
- Tsos cev nqaij daim tawv
- Yug nyob lub teb chaws twg tuaj
- Kev ntseeg
- Kev ntseeg kev cai dab qhuas
- Qhov nyiam poj niam txiv neej
- Txheej xwm kev pab zej tsoom sawv daws
- Hnub nyoog
- Kev xiam oob qhab (muaj xam nrog rau kev puas tsuaj rau lub cev los sis lub hlwb)
- Txiv neej los yog poj niam (muaj xam nrog rau tej yeeb yam thiab qhov coj li txiv neej los yog coj li poj niam)
- Txheej xwm ntsig txog kev muaj cuab yig
- Cov kev ntseeg fab kas moos
- Zwj ceeb fab kev kho mob
- Txheej xwm ntawm kev noj qab haus huv
- Daim ntawv pov thawj them-txais nyiaj ntawm cov kev pab cuam rau kev saib xyuas kho mob fab kev noj qab haus huv
- Kev paub txog cov tsab ntawv lus thov yuav cai
- Keeb kwm kev mob nkeeg yav tas los
- Ntaub ntawv teev txog caj ces roj ntshav

Koj muaj cai sau ib tsab ntawv foob txog kev tsis txaus siab txog kev ntxub ntxaug yog koj ntseeg tau hais tias koj raug saib tsis taus vim muaj kev ntxub ntxaug los ntawm UnitedHealthcare Community Plan of Minnesota. Koj muaj peev xwm sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab thiab thov kev pab txog rau kev sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab uas koj tus kheej mus thov kiag los sis los ntawm kev xa ntawv, hu xov tooj, xa lus hauv tus xov tooj fej ntawv, los sis xa email ntawm:

Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
 P.O. Box 30608
 Salt Lake City, UTAH 84130
 Tus Xov Tooj Hu Dawb: **1-888-269-5410**, TTY **711**
 Email: **UHC_Civil_Rights@uhc.com**

Cov Kev Pab Cuam Ntxiv thiab Cov Kev Pab Cuam: UnitedHealthcare Community Plan of Minnesota muab cov kev pab cuam ntxiv thiab cov kev pab cuam, xws li cov neeg txhais lus tau zoo uas muaj cai los sis ntaub ntawv qhia paub ua cov hom ntawv uas tuaj nkag cuag tau, yam tsis xam tus nqi thiab kom raws sij hawm kom ntseeg tau hais tias txhua tus muaj cib fim sib npaug zos los mus koom rau hauv peb cov txheej txheem pab cuam rau kev saib xyuas kho mob rau fab kev noj qab haus huv. **Tiv tauj rau Member Services ntawm 1-888-269-5410.**

Cov Kev Pab Cuam Txog Kev Pab Rau Fab Hom Lus Hais: UnitedHealthcare Community Plan of Minnesota muab cov ntaub ntawv uas tau txhais lawm thiab kev txhais lus ntawm lub ncauj hais, yam tsis xam tus nqi thiab kom raws sij hawm, thaum tsim nyog yuav tsum tau muaj cov kev pab cuam txog kev pab rau fab hom lus hais kom ntseeg tau hais tias cov neeg uas tsis txawj hais Lus As Kiv ntau muaj kev nkag cuag tau rau peb cov ntaub ntawv thiab cov kev pab cuam yam tuav tau lub ntsiab lus zoo. **Tiv tauj rau Member Services ntawm 1-888-269-5410.**

Cov Lus Tsis Txaus Siab Raws Pej Xeem Cov Cai

Koj muaj cai sau ib tsab ntawv foob txog kev tsis txaus siab txog kev ntxub ntxaug yog koj ntseeg tau hais tias koj raug saib tsis taus vim muaj kev ntxub ntxaug los ntawm UnitedHealthcare Community Plan of Minnesota. Tsis tas li ntawd tej zaum koj tuaj yeem tiv tauj ncaj qha mus rau ib lub ntawm cov chaw ua hauj lwm nyob rau nram qab no txhawm rau sau ib tsab ntawv foob txog kev tsis txaus siab txog kev ntxub ntxaug tib si.

U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights (OCR)

Koj muaj cai sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab mus rau OCR, uas yog ib lub chaw ua hauj lwm ntawm tsoom fwv, yog hais tias koj ntseeg tau tias koj raug ntxub ntxaug tawm tsam yeeb vim los ntawm ib nqe lus twg ntawm cov nqe lus raws li nram qab no:

- Haiv Neeg
- Tsos cev nqaij daim tawv
- Yug nyob lub teb chaws twg tuaj
- Hnub nyoog
- Kev xiam oob qhab
- Poj niam-txiv neej
- Kev ntseeg kev cai dab qhuas (nyob rau qee kis)

Tiv tauj rau **OCR** ncaj nraim txhawm rau sau ib tsab ntawv tsis txaus siab:

Office for Civil Rights
U.S. Department of Health and Human Services
Midwest Region
233 N. Michigan Avenue, Suite 240
Chicago, IL 60601

Customer Response Center: Tus Xov Tooj Hu Dawb: 800-368-1019
TDD Tus Xov Tooj Hu Dawb: 800-537-7697
Email: ocrmail@hhs.gov

Minnesota Department of Human Rights (MDHR)

Nyob rau hauv xeev Minnesota, koj muaj cai sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab mus rau MDHR yog hais tias koj raug ntxub ntxaug tawm tsam yeeb vim los ntawm ib nqe lus twg ntawm cov nqe lus raws li nram qab no:

- Haiv Neeg
- Tsos cev nqaij daim tawv
- Yug nyob lub teb chaws twg tuaj
- Kev ntseeg kev cai dab qhuas
- Kev ntseeg
- Poj niam-txiv neej
- Qhov nyiam poj niam txiv neej
- Txheej xwm ntsig txog kev muaj cuab yig
- Txheej xwm kev pab zej tsoom sawv daws
- Kev xiam oob qhab

Tiv tauj rau **MDHR** ncaj nraim txhawm rau sau ib tsab ntawv tsis txaus siab:

Minnesota Department of Human Rights
540 Fairview Avenue North, Suite 201
St. Paul, MN 55104

Kaw Suab Lus: 651-539-1100
Tus Xov Tooj Hu Dawb: 800-657-3704
MN Tus Xov Tooj Hu Rau Kev Sib Txuas Lus Ntawm Cov Neeg Tsis Hnov Lus Zoo:
711 los sis 800-627-3529
Fev: 651-296-9042
Email: Info.MDHR@state.mn.us

Minnesota Department of Human Services (DHS)

Koj muaj cai sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab mus rau DHS yog hais tias koj ntseeg tau tias koj raug ntxub ntxaug tawm tsam nyob rau hauv peb cov txheej txheem pab cuam rau kev saib xyuas kho mob rau fab kev noj qab haus huv yeeb vim los ntawm ib nqe lus twg ntawm cov nqe lus raws li nram qab no:

- Haiv Neeg
- Tsos cev nqaij daim tawv
- Yug nyob lub teb chaws twg tuaj
- Kev ntseeg kev cai dab qhuas (nyob rau qee kis)
- Hnub nyoog
- Kev xiam oob qhab (muaj xam nrog rau kev puas tsuaj rau lub cev los sis lub hlwb)
- Txiv neej los yog poj niam (muaj xam nrog rau tej yeeb yam thiab qhov coj li txiv neej los yog coj li poj niam)

Yuav tsum muab cov kev tsis txaus siab sau ua ntaub ntawv thiab muab xa mus tsis pub dhau 180 hnub suav txij li hnub uas koj pom tau hais tias koj ntsib kev ntxub ntxaug uas raug iab liam. Hauv tsab ntawv hais txog kev tsis txaus siab ntawd yuav tsum muaj koj lub npe thiab chaw nyob thiab piav qhia txog qhov kev ntxub ntxaug uas koj tab tom tsis txaus siab rau ntawd. Peb yuav muab nws coj los tshab xyuas thiab mam li sau ntawv ceeb toom rau koj paub txog seb peb puas muaj cai los mus tshuaj xyuas txog qhov tseeb los tsis muaj. Yog peb muaj cai, ces mam li los tshuaj xyuas qhov tsis txaus siab no.

DHS yuav sau ntawv ceeb toom rau koj paub txog qhov kawg uas tau los ntawm kev tshuaj xyuas. Koj muaj cai thov kom rov muab coj los hais thiab txiav txim dua yog hais tias koj tsis pom zoo nrog qhov kev txiav txim siab. Txhawm rau thov kom rov muab coj los hais thiab txiav txim dua, koj yuav tsum tau sau ib tsab ntawv thov xa mus thov DHS kom rov tshab xyuas txog qhov kawg uas tau los ntawm kev tshuaj xyuas ntawd. Sau kom tsawg thiab qhia qhov laj thawj hais tias vim li cas koj thiaj li tsis pom zoo nrog qhov kev txiav txim siab ntawd. Muaj xam nrog rau lus qhia paub ntau ntxiv uas koj xav tias tseem ceeb.

Yog hais tias koj sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab mus raws li txoj hau kev no, cov neeg uas ua hauj lwm rau lub chaw ua hauj lwm uas muaj npe nyob rau hauv qhov kev tsis txaus siab ntawd thiaj li tsis muaj peev xwm ua paj rov qab tau rau koj. Qhov no txhais tau tias lawv tsis muaj peev xwm rau txim tau rau koj tsis hais yuav yog rau txoj hau kev twg los xij txog rau kev sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab. Kev sau ntawv foob txog ib qho kev tsis txaus siab mus raws li txoj hau kev no thiaj li tsis ua rau koj poob txoj cai los ntawm kev nrhiav lwm cov kev nqis tes hais daws teeb meem fab kev cai lij choj los sis fab kev tswj hwm.

Tiv tauj rau **DHS** ncaj nraim txhawm rau sau ib tsab ntawv tsis txaus siab txog kev ntxub ntxaug:

Civil Rights Coordinator
Minnesota Department of Human Services
Equal Opportunity and Access Division
P.O. Box 64997
St. Paul, MN 55164-0997

Kaw Suab Lus: 651-431-3040 los sis siv koj qhov kev pab cuam uas saib xyuas tus xov tooj hu rau kev sib txuas lus ntawm cov neeg tsis hnov lus zoo (relay service) uas nyiam siv

Cov Lus Hais Txog Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Neeg Qhab Mes Kas (American Indian Health Statement)

Cov Neeg Khab Mes Kas muaj peev xwm mus siv txuas ntxiv mus los sis pib siv tau cov chaw kuaj mob uas muab Cov Kev Pab Cuam Ntsig Txog Kev Noj Qab Haus Huv rau Neeg Khab (Indian Health Services, IHS) thiab haiv neeg tsawg. Peb yuav tsis hais kom yuav tsum tau kev pom zoo ua ntej los sis yuam kom koj yuav tsum tau ua ib yam dab tsi es thiaj li tau txais cov kev pab cuam nyob rau ntawm cov chaw kuaj mob no. Rau cov neeg laus uas muaj hnub nyoog 65 xyoos thiab laus dua ntawd, qhov no muaj xam nrog rau cov kev pab cuam rau Cov Laus Uas Muaj Kev Zam (Elderly Waiver, EW) uas nkag cuag tau rau haiv neeg tsawg ntawd. Yog hais tias ib tus kws kho mob los sis lwm tus kws muab kev saib xyuas kho mob nyob rau hauv ib lub chaw kuaj mob uas muab Cov Kev Pab Cuam Ntsig Txog Kev Noj Qab Haus Huv rau Neeg Khab (Indian Health Services, IHS) los sis haiv neeg tsawg muab koj xa tauj mus rau ib tus kws muab kev saib xyuas kho mob uas nyob rau hauv peb pab pawg nev vawj sib koom tes muab kev saib xyuas kho mob, peb yuav tsis hais kom koj yuav tsum tau mus ntsib koj tus kws muab kev saib xyuas kho mob xub thawj ua ntej yuav ua ntawv xa koj mus.

1-888-269-5410, TTY 711

Attention. If you need free help interpreting this document, call the above number.

ያስተውሉ፡ ከላምንም ክፍያ ይህንን ዶኩመንት የሚተረጎምሎ አስተርጓሚ ከፈለጉ ከላይ ወደተጻፈው የስልክ ቁጥር ይደውሉ።

ملاحظة: إذا أردت مساعدة مجانية لترجمة هذه الوثيقة، اتصل على الرقم أعلاه.

သတိ။ ဤစာရွက်စာတမ်းအား အခမဲ့ဘာသာပြန်ပေးခြင်း အကူအညီလိုအပ်ပါက၊ အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကို ခေါ်ဆိုပါ။*

កំណត់សម្គាល់៖ បើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការបកប្រែឯកសារនេះ ដោយឥតគិតថ្លៃ សូមហៅទូរស័ព្ទតាមលេខខាងលើ។

請注意，如果您需要免費協助傳譯這份文件，請撥打上面的電話號碼。

Attention. Si vous avez besoin d'une aide gratuite pour interpréter le présent document, veuillez appeler au numéro ci-dessus.

Thov ua twb zoo nyeem. Yog hais tias koj xav tau kev pab txhais lus rau tsab ntaub ntawv no pub dawb, ces hu rau tus najnpawb xov tooj saum toj no.

ဟ်သျှ်ဟ်သး. နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤကလီၣ်နၤလၢ တၢ်ကကွဲးကျိးထံဝဲဒၣ် လံာ်တီလံာ်မိတခါအံၤအဃိ ကိးလိတဲစိနိၣ်ဂံၢ် လၢထးအံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

알려드립니다. 이 문서에 대한 이해를 돕기 위해 무료로 제공되는 도움을 받으시려면 위의 전화번호로 연락하십시오.

ໂປຣດຊາບ. ຖ້າຫາກທ່ານຕ້ອງການການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປເອກະສານນີ້ ວິ, ຈົ່ງໂທໂປທີ່ໝາຍເລກຂ້າງເທິງນີ້.

Hubachiisa. Dokumentiin kun tola akka siif hiikamu gargaarsa hoo feete, lakkoobsa gubbatti kenname bilbili.

Внимание: если вам нужна бесплатная помощь в устном переводе данного документа, позвоните по указанному выше телефону.

Digniin. Haddii aad u baahantahay caawimaad lacag-la'aan ah ee tarjumaadda (afcelinta) qoraalkan, lambarka kore wac.

Atención. Si desea recibir asistencia gratuita para interpretar este documento, llame al número indicado arriba.

Chú ý. Nếu quý vị cần được giúp đỡ dịch tài liệu này miễn phí, xin gọi số bên trên.