



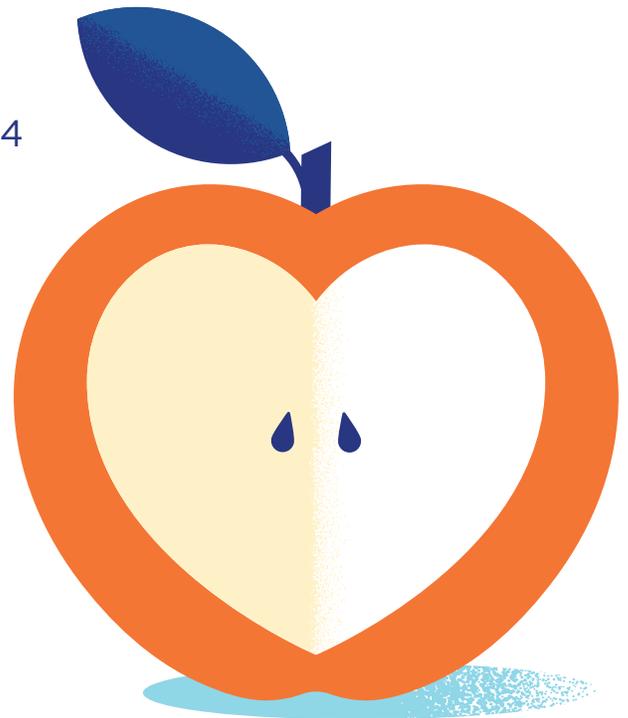
Aproveche al máximo su plan de salud

Guía de inicio

Solo servicios de salud conductual

Contenido:

- **Cómo obtener ayuda:** página 3
- **Solicitud de información del plan:** página 4
- **Háblenos de sus necesidades de salud:** página 4
- **Sus beneficios cubiertos:** página 5
- **Cómo obtener atención:** página 7
- **Recursos adicionales:** página 8
- **Programas de coordinación de la atención y apoyo:** página 10
- **Reclamos y apelaciones:** página 11
- **Números importantes:** contraportada



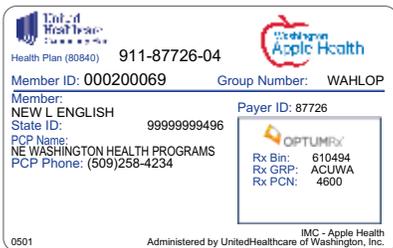
Fácil para usted. Se lo prometemos.

¡Le damos la bienvenida a UnitedHealthcare Community Plan! Queremos que tenga una gran experiencia en la atención médica.

Su plan incluye beneficios para la salud conductual, tales como el tratamiento de la salud mental y los trastornos por abuso de sustancias. No tiene que pagar ningún costo adicional por los beneficios cubiertos.

Pronto recibirá una llamada de bienvenida por parte de nuestro equipo de Servicios para Miembros. Le hablarán sobre sus beneficios, responderán sus preguntas y le ayudarán a completar una evaluación de salud.

Lleve estas dos tarjetas cuando vaya a recibir atención.



Esta es su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan. Si no ha recibido esta tarjeta, llámenos al **1-877-542-8997, TTY 711.**

También puede encontrar su tarjeta en myuhc.com/CommunityPlan o en la aplicación de UnitedHealthcare.

Esta es su tarjeta de servicios de ProviderOne. Si no ha recibido esta tarjeta, comuníquese con la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington para solicitar un reemplazo:

- Visite el sitio web del portal para clientes de ProviderOne en waproviderone.org/client
- Llame al **1-800-562-3022**
- O solicite una tarjeta en línea haciendo clic en “Tarjeta de servicios” (Services Card) en fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client.

Cómo obtener ayuda

Hacemos que obtener la información que necesita sea fácil para usted.

Estamos aquí para usted

Servicios para Miembros puede ayudarle a realizar lo siguiente:

- Buscar un proveedor de salud conductual
- Obtener información sobre los beneficios cubiertos
- Obtener una nueva tarjeta de identificación de miembro
- Presentar un reclamo o una apelación
- Resolver todas las dudas que tenga
- Programar una cita

Para comunicarse con Servicios para Miembros, llame al **1-877-542-8997**, TTY **711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. Si necesita ayuda en otro idioma o información en un formato diferente, solo háganoslo saber.

Conéctese

- Visite nuestro sitio web seguro para miembros en **myuhc.com/CommunityPlan**. Usted puede hacer lo siguiente:
 - Encontrar detalles sobre sus beneficios
 - Buscar proveedores dentro de la red
 - Obtener una copia de su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan
- Descargue la aplicación móvil de UnitedHealthcare. Es perfecta para las personas que no se encuentran en casa e incluye muchas de las mismas características que **myuhc.com/CommunityPlan**.
- Visite **UHCCP.com/wa/bhso**. Este sitio web público contiene información básica sobre beneficios, proveedores de la red y más.



Solicitud de información del plan



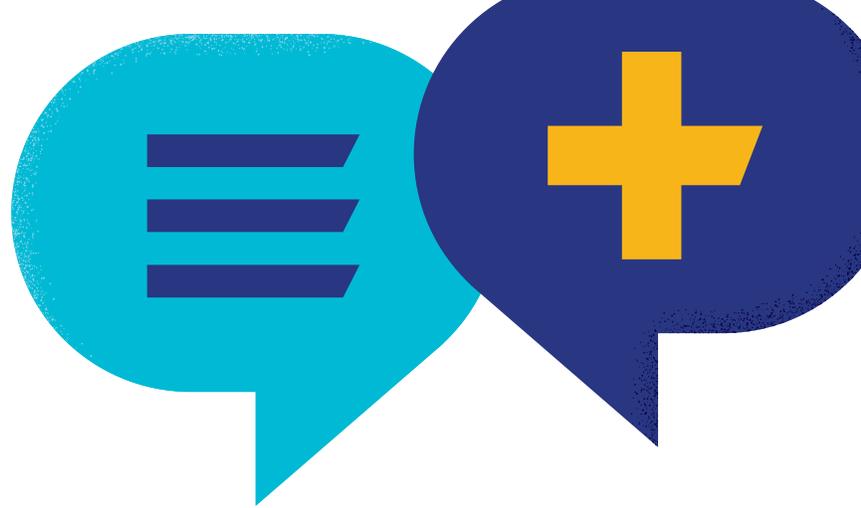
Manual para Miembros

Incluye detalles sobre sus beneficios y cómo obtener atención. También incluye información sobre los derechos y las responsabilidades de los miembros, las directivas anticipadas, cómo presentar un reclamo o una apelación, y un Aviso de prácticas de privacidad.



Directorio de Proveedores

Es una lista de médicos y hospitales de la red en su área. Consulte la lista más actualizada de proveedores de la red en myuhc.com/CommunityPlan y seleccione “Buscar atención” (Find care).



Háblenos de sus necesidades de salud

Para ayudarle a sentirse lo mejor posible, necesitamos conocerle mejor. Una breve evaluación de salud nos ayuda a conocer sus necesidades de salud. Solo le llevará unos minutos, así que le pedimos que la complete lo antes posible.

¿Qué debe hacer?

1. Complete un formulario de Evaluación de Salud para cada persona de su familia que sea miembro de UnitedHealthcare Community Plan.
2. Puede usar el/los formulario(s) incluido(s) en este folleto, o puede completar un formulario en línea en myuhc.com/CommunityPlan.
3. Envíenos el formulario de Evaluación de Salud completado en el sobre de retorno que se incluye en este paquete.

Para obtener ayuda con su Evaluación de Salud, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

Cómo obtener estos materiales

Teléfono: llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**, para solicitar una copia gratuita de los materiales por correo postal.

En línea: visite myuhc.com/CommunityPlan, UHCCP.com/wa/bhso, o la **aplicación móvil de UnitedHealthcare**.

Correo postal: complete el formulario adjunto al sobre incluido en este paquete. Desprenda el formulario, colóquelo en el sobre, séllelo y envíenoslo.

Sus beneficios cubiertos

Los beneficios cubiertos son provistos sin costo alguno para usted. Debe ir a médicos y hospitales de nuestra red. Nuestros especialistas y proveedores han aceptado cuidar de nuestros miembros de Apple Health.

Los miembros indígenas estadounidenses o nativos de Alaska pueden recibir atención de la salud conductual mediante el programa Proveedores de Atención Médica para Indígenas (Indian Health Care Providers, IHCP), incluso si el proveedor no está en nuestra red.

Es posible que para que pueda recibir los beneficios requiera de un referido del proveedor de atención primaria o de una autorización previa para la atención necesaria.

Descripción general de los beneficios cubiertos	Lo que usted paga
<p>Tratamiento de salud mental</p> <ul style="list-style-type: none"> Examen y evaluación Terapia: individual, familiar y grupal Apoyo entre pares Tratamiento para pacientes ambulatorios, residenciales y hospitalizados Control de medicamentos Administración de la atención 	<p>\$0</p>
<p>Tratamiento para el trastorno por abuso de sustancias (SUD)</p> <ul style="list-style-type: none"> Evaluación Terapia: individual, familiar y grupal Apoyo entre pares Tratamiento para pacientes ambulatorios, residenciales y hospitalizados Gestión de abstinencia (desintoxicación) Coordinación de la atención 	<p>\$0</p>
<p>Atención hospitalaria</p> <ul style="list-style-type: none"> Servicios de salud mental para pacientes hospitalizados Servicios de salud mental para pacientes ambulatorios 	<p>\$0</p>
<p>Medicamentos para los trastornos por uso de opioides (MOUD)</p>	<p>\$0</p>
<p>Servicios de crisis</p>	<p>\$0</p>

Los beneficios cubiertos continúan en la página siguiente.



Servicios para Miembros
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



Aplicación de
UnitedHealthcare

Descripción general de los beneficios cubiertos	Lo que usted paga
Intervenciones de tratamiento por trastornos relacionados con el juego	\$0
Atención de emergencia y urgencia para la salud conductual	\$0
Transporte médico* Para emergencias Para casos que no son de emergencia	\$0

*El transporte está cubierto directamente por Apple Health mediante su tarjeta de servicios ProviderOne.

Servicios adicionales de salud conductual, como servicios de cuidado personal, servicios de desintoxicación y programas educativos sobre alcohol y drogas, pueden estar disponibles a través de fondos estatales generales limitados (General Funds-State, GFS). Estos servicios varían según la región y deben ser médicamente necesarios. Para acceder a estos servicios, hable con su proveedor de salud conductual.

¿Qué sucede con mis beneficios de atención de la salud física?

Este plan de salud conductual cubre servicios de tratamiento de la salud mental y los trastornos por abuso de sustancias. Usted recibe sus servicios de atención de la salud física por otro medio, como Medicare, Apple Health sin un plan de atención médica administrada, seguro médico privado o centros de salud indígena.

¿Qué sucede con los medicamentos recetados?

Las recetas de salud conductual no están cubiertas por su plan de Servicios Solo de Salud Conductual (BHSO, por sus siglas en inglés). Las recetas están cubiertas como parte de su beneficio de salud física. Los miembros inscritos en la cobertura de la Parte D de Medicare tendrán acceso a su cobertura de medicamentos recetados a través de su plan de la Parte D de Medicare. Comuníquese con su plan de atención de la salud física para obtener información sobre la cobertura de medicamentos recetados.

Los proveedores no les pueden enviar facturas a los miembros por beneficios cubiertos.

Si recibe una factura, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

Cómo obtener atención

Atención de la salud conductual

Puede obtener ayuda para la salud mental y el trastorno por abuso de sustancias. No necesita un referido del PCP. Puede encontrar un proveedor buscando en la pestaña “Buscar atención” (Find care) en myuhc.com/CommunityPlan o llamar a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

Servicios de crisis

Si sufre una crisis de salud conductual, es importante que obtenga ayuda de inmediato. Una crisis de salud conductual es un momento en el que la conducta de una persona puede ponerla en peligro a sí misma o a los demás, particularmente si no recibe ayuda. Los números de teléfono de la línea de crisis figuran en su tarjeta de identificación de miembro y en la página “Números importantes” de esta guía. **En caso de una emergencia de salud conductual, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana.**

Servicio NurseLine disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Cuando está enfermo o sufre una lesión, quizá no sepa si debe acudir a la sala de emergencias, ir a un centro de atención de urgencia, programar una cita con el médico o tratarse en su hogar. El personal de enfermería experimentado puede ayudarle a decidir. Llame a NurseLine al **1-877-543-3409**, TTY **711** en cualquier momento, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Atención de emergencia y de urgencia

• **Atención médica de emergencia:** Si siente que podría lastimar a alguien o a usted mismo, llame al **911** o diríjase a la sala de emergencias más cercana.

• **Atención de urgencia:** Si tiene un problema de salud conductual que necesite atención de inmediato, pero su vida no está en peligro, acuda a la clínica de atención de urgencia. Encuentre una clínica de atención de urgencia en la pestaña “Buscar atención” (Find care) en myuhc.com/CommunityPlan.

Telesalud (atención virtual de salud conductual)

La telesalud le permite visitar a un proveedor de salud conductual en línea a través de su teléfono o computadora, como si hiciera una videollamada. Es útil para recibir atención sin necesidad de ir hasta el consultorio del proveedor.

La telesalud es un beneficio cubierto. Puede recibir atención de cualquiera de estos proveedores de telesalud:

Bright Heart Health: salud mental, abuso de opioides, trastorno por abuso de sustancias, trastornos alimenticios, medicamentos para el trastorno por consumo de opioides y manejo del dolor crónico.

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

Eleanor Health: tratamiento de trastornos por abuso de sustancias.

- **eleanorhealth.com**

BoulderCare: tratamiento de trastornos por abuso de sustancias.

- **boulder.care**

Charlie Health: es un programa personalizado e intensivo ambulatorio para jóvenes.

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

Transporte

El transporte médico que no se necesita de emergencia está cubierto por la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington. Si necesita traslado para recibir atención médica, se puede coordinar el transporte. Puede encontrar una lista de proveedores (agentes) en hca.wa.gov/transportation-help. El transporte de emergencia también está cubierto.





Recursos adicionales

UnitedHealthcare Community Plan y el estado de Washington ofrecen recursos adicionales para apoyar su salud conductual.

AbleTo

Use la aplicación de cuidado personal para acceder a herramientas de salud emocional, como meditaciones y ejercicios de respiración. Visite ableto.com/begin. Utilice su número de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan como su código de acceso.

Live and Work Well

La vida tiene sus desafíos. Todos necesitamos ayuda en algún momento. Tiene apoyo a su disposición, ya sea que se sienta estresado, ansioso o desee controlar el abuso de sustancias.

Responda algunas preguntas y le mostraremos los principales beneficios y recursos disponibles para usted, según sus necesidades. Contamos con apoyo disponible para usted o un familiar. Para explorar recursos de salud conductual, relaciones, vida laboral y vida saludable, visite: liveandworkwell.com/en/member/uhcwa.

UnitedHealthcare OMW™ (On My Way)

Este programa ayuda a enseñar a los adultos jóvenes habilidades para vivir de manera independiente. Visite uhcOMW.com.

Encuentre ayuda en su comunidad

Encuentre ayuda local para comestibles, vivienda, empleo y más en Optum.findhelp.com o visite la pestaña “Salud y bienestar” (Health & Wellness) en myuhc.com/CommunityPlan.

Obtener ayuda de un defensor de la salud conductual

Un defensor de la salud conductual es alguien que puede ayudarle de forma gratuita y mantener la privacidad de su información. Puede ayudarle si tiene problemas con la atención de la salud conductual, como reclamos o apelaciones.

Un defensor de la salud conductual no forma parte de UnitedHealthcare Community Plan y tiene experiencia en salud conductual, ya sea a nivel personal o familiar.

Puede comunicarse con un defensor de la salud conductual llamando al **1-800-366-3103** o enviando un correo electrónico a info@obhadvocacy.org.



La línea de ayuda sobre el abuso de sustancias está a solo una llamada de distancia

Nuestra línea de ayuda es anónima, confidencial y siempre está disponible. Llame al **1-855-780-5955**.

Lidiar con el abuso de sustancias puede ser aterrador y abrumador. Es posible que se sienta preocupado e indefenso. Pero no está solo. Millones de personas también están lidiando con este problema. El abuso de sustancias no es un signo de debilidad. La enfermedad que tiene puede tratarse. Estamos aquí para ayudar.

Nuestra línea de ayuda:

- Es anónima
- Es confidencial
- Está siempre disponible

\$0

Disponible sin costo para usted.

La línea de ayuda cuenta con defensores de la recuperación altamente capacitados y autorizados. Hablarán con usted sobre sus inquietudes y necesidades. Pueden educarle y guiarle. El defensor de la recuperación puede referirle a un profesional especialista en abuso de sustancias, que desarrollará un plan de tratamiento. El tratamiento de trastornos por abuso de sustancias es un beneficio cubierto y no hay costo alguno para usted.

Cuándo buscar ayuda profesional

¿Cómo sabe que es momento de buscar atención para usted o para un ser querido? Hay muchas señales que indican que es momento de obtener ayuda:

- Pérdida de peso o deterioro de la apariencia
- Cambios en el estado de ánimo o cambios de personalidad repentinos
- Descuido de responsabilidades
- Cambios abruptos en el comportamiento

Pruebe el Programa de familia virtual de Hazelden



Está disponible sin cargo para cualquier persona preocupada por el consumo de drogas o alcohol de un ser querido, independientemente de dónde viva. Ya sea que su ser querido tenga una adicción activa, esté buscando tratamiento o esté en recuperación, usted y su familia pueden beneficiarse de este programa en línea de un día completo. Incluye videos educativos, folletos sobre la enfermedad de la adicción, comentarios y apoyo de pares, habilidades para sobrellevar problemas y una sesión de preguntas y respuestas con asesores. Visite hazeldenbettyford.org/treatment/family-children/family-program.



Servicios para Miembros
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



Aplicación de
UnitedHealthcare

Obtenga información sobre los programas de coordinación de la atención y apoyo

UnitedHealthcare Community Plan proporciona servicios de coordinación de atención y servicios de administración de atención de la salud conductual. Nuestros administradores de atención trabajan con su médico y otras agencias para ayudarlo a encontrar los servicios y el apoyo necesarios para satisfacer sus necesidades, y que pueda acceder a ellos. Usted o su cuidador pueden llamar al **1-877-542-8997**, TTY **711**, para solicitar la coordinación de la atención.

Los servicios pueden incluir lo siguiente:

- Ayuda con problemas de atención y beneficios
- Conectividad con los recursos de la comunidad
- Coordinación de la atención con sus médicos
- Ayuda con la resolución de problemas que dificultan la obtención de atención
- Evaluación de sus necesidades de salud y ayuda para establecer objetivos
- Comunicación por teléfono y coordinación de visitas domiciliarias cuando sea necesario
- Enseñanza de habilidades de cuidado personal y educación sobre la salud para manejar los síntomas



Para comunicarse con un programa de apoyo o de coordinación de la atención, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.



Directivas anticipadas de salud mental

Una directiva anticipada de salud mental es un documento legal escrito en el que se describe lo que quiere que suceda en caso de que sus problemas de salud mental se vuelvan graves y necesite ayuda de otras personas. Esto puede ocurrir cuando su juicio se ve afectado y/o no puede comunicarse de manera eficaz.

Mediante este documento, se puede informar a otras personas sobre qué tratamiento quiere o no quiere recibir, así como determinar a qué persona le ha brindado la autoridad para tomar decisiones en su nombre.

UnitedHealthcare Community Plan, su proveedor de atención médica conductual o su defensor de la salud conductual también puede ayudarlo a completar el formulario.

Para obtener un formulario de directivas anticipadas de salud mental y más información, visite washingtonlawhelp.org/resource/mental-health-advance-directives.

¿No está conforme con su proveedor, UnitedHealthcare o alguna parte de su atención?

Reclamos

Tiene derecho a presentar un reclamo (queja formal) si no está conforme con el servicio.

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una queja formal”.
- Explique la causa de su reclamo.
- Revisaremos su reclamo y le enviaremos una carta en un plazo de 45 días con el resultado.

Apelaciones

Si su proveedor nos solicitó la aprobación de su atención y la denegamos, puede pedirnos que volvamos a revisar la solicitud si no está de acuerdo con nuestra decisión. Este proceso se llama apelación.

Para presentar una apelación:

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una apelación”.
- Explique qué solicitud fue denegada.
- Nos pondremos en contacto con su proveedor para obtener más información.
- Por lo general, recibirá una carta con la decisión tomada dentro de 14 días. Si necesitamos más tiempo, se lo comunicaremos.

Para presentar una apelación acelerada (rápida):

Para la atención médica o de salud conductual, puede solicitar una apelación acelerada.

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una apelación acelerada”.
- Explique por qué necesita que se tome una decisión rápida.
- Revisaremos su solicitud y tomaremos una decisión en un plazo de 3 días, y le enviaremos una carta en un plazo de 5 días.



Si se deniega su apelación

- Servicios para Miembros puede informarle cómo solicitar una revisión por parte de un juez administrativo y qué otras opciones tiene para obtener la aprobación de la atención.

Puede encontrar información detallada sobre quejas formales y apelaciones en su Manual para Miembros en myuhc.com/CommunityPlan.

Cómo presentar una queja formal o apelación:

- Llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997, TTY 711**.
- Escríbanos a:
**UnitedHealthcare Community Plan
Grievances and Appeals**
P.O. Box 31364
Salt Lake City, UT 84131-0364
- Envíenos un fax: 1-801-994-1082
- O visítenos en línea en myuhc.com/CommunityPlan.



La discriminación es ilegal. La compañía cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina, excluye ni trata de manera diferente a las personas debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual ni identidad de género.

Si cree que le tratamos de manera discriminatoria, puede enviar una queja formal a nuestro Coordinador de Derechos Civiles.

Correo electrónico: UHC_Civil_Rights@uhc.com

Correo postal: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608, Salt Lake City, UT 84130

Si necesita ayuda con su reclamo, llame al **1 877 542 8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

También puede presentar un reclamo ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.:

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

Teléfono: Línea gratuita 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

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

Proporcionamos ayuda y servicios auxiliares gratuitos a personas con discapacidades para que puedan comunicarse con nosotros de manera efectiva, por ejemplo:

- Intérpretes de lenguaje de señas calificados
- Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles y demás formatos)

Ofrecemos también servicios de idioma gratuitos a las personas cuyo idioma principal no es el inglés, por ejemplo:

- Intérpretes calificados
- Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Este aviso está disponible en <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 ይችላሉ። እርዳታ ከፈለጉ እባክዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

Arabic: تنبيه: تتوفر خدمات الترجمة وخدمات المساعدة اللغوية الأخرى لك مجاناً. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، يرجى 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: ເລື່ອງ: 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: Tafsiiri 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: ኣቐልበ:- ናይ ትርጉምን ካልእ ናይ ቋንቋ ኣገዝ ኣገልግሎታትን ብዘይ ዝኾነ ወጻኢታት ይወሃበኩም። ኣገዝ ምስ እትደልዩ በዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ቁጽረ ደውሉ።

Ukrainian: УВАГА! 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 kahsrüh in kas in lweng kuh luhngas e wacngihn molo nuh sum. Efihn kom enenuh kahsrüh, nuhnakmuhnas pahngon numbu se sihmlac luhng nge.

Marshallese: KŌJJELĀ: Jipañ ko ikkijien ukook ilo peba im kajin ko jet rej belloko ilo ejjeļok 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.

Números importantes y recursos

Emergencia

911

Servicios para Miembros

1-877-542-8997, TTY 711

De 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Autoridad de Atención Médica del estado de Washington

Servicio al Cliente: **1-800-562-3022**

Servicios dentales: **1-800-562-3022**

Transporte: **hca.wa.gov/transportation-help**

Líneas de crisis

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Condado de King

1-866-427-4747

Condado de Pierce

1-800-576-7764

Condados de Island, San Juan, Snohomish, Skagit y Whatcom

1-800-584-3578

Condados de Clallam, Jefferson y Kitsap

1-888-910-0416

Condados de Thurston y Mason

1-800-270-0041

Condados de Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific y Wahkiakum

1-800-803-8833

Condados de Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman y Yakima

1-888-544-9986

Condados de Chelan, Douglas, Grant y Okanogan

1-800-852-2923

Condados de Clark, Klickitat y Skamania

1-800-626-8137

Condados de Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane y Stevens

1-877-266-1818

NurseLine de UnitedHealthcare

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. 1-877-543-3409, TTY 711

Teen Link

Los adolescentes pueden conectarse con adolescentes de 6 p.m. a 10 p.m.

1-866-833-6546

Correo electrónico: **teenlink@crisisclinic.org**
teenlink.org

Red Nacional de Prevención del Suicidio

Ayuda inmediata las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por una crisis de salud mental o pensamientos suicidas

Llame o envíe un mensaje de texto al 988

988lifeline.org

Línea de ayuda para la recuperación de Washington

Línea de intervención en crisis y derivación las 24 horas para casos de abuso de sustancias, problemas de apuestas o salud conductual.

Correo electrónico: **recovery@crisisclinic.org**
warecoveryhelpline.org

Línea de ayuda para trastornos por abuso de sustancias

1-855-780-5955

liveandworkwell.com/recovery

Línea directa para denuncias de fraude y abuso de UnitedHealthcare

1-844-359-7736

Unidad de Control de Fraudes de Medicaid de Washington

MFCUreferrals@atg.wa.gov

Washington Healthplanfinder

Para renovar la elegibilidad o cambiar la dirección o el número de teléfono 1-855-923-4633, TTY/TDD 1-855-627-9604

wahealthplanfinder.org

