



Nyob Noj Qab

Ib daim ntawv xov xwm rau cov tswvcuab ntawm
lub koom haum Central California Alliance for Health



Lub Cuaj Hlis Ntuj 2021 | PHAU 27, TSAB XOV XWM 3

**Lub Cuaj Hlis Ntuj
yog Lub Hli Uas
Paub Zoo Txog Tus
Mob Uas Rog Dhau
Nyob Rau Cov
Menyuam Yaus
Hauv Teb Chaws**



Nyob hauv Teb Chaws As Mes Kas muaj ib leeg hauv tsib leeg menuam yaus yog muaj tus mob uas rog dhau. Tus mob uas rog dhau nyob rau cov menuam yaus ua rau cov menuam yaus muaj kev pheej hmoo ntsib teeb meem kev noj qab haus huv uas tsuas yog tau pom nyob rau hauv cov neeg laus, xws li mob ntshav qab zib hom 2, mob ntshav siab thiab kab mob plawv.

Qhov xov xwm zoo yog qhov uas tuaj yeem thiv thaiv tau tus mob rog dhau nyob rau cov menuam yaus lawm. Txhawm rau ua kev huab hwm txog Lub Hli Uas Paub Zoo Txog Tus Mob Uas Rog Dhau Nyob Rau Cov Menyuam Yaus Hauv Teb Chaws, lub Alliance pab txhawb koj tsev neeg



Raws qab peb nyob rau Facebook!

Soj qab saib:

- Cov lus qhia thiab cov kev pab cuam rau Medi-Cal cov tswvcuab.
- Cov ntaub ntawv txog zej zog hauv zos.
- Cov kev hloov kho dua tshiab txog kab mob COVID-19.

Nrhiav peb tau ntawm facebook.com/TheAllianceForHealth

Kev ua cov kauj ruam me me hauv ib tse neeg tuaj yeem pab tau kom koj tus menuam muaj qhov hnyav haum zoo rau lub cev

kom hloov pauv kev noj qab haus huv ua ke.

■ Kev tawm mus ua dej num sab nraum zoov.

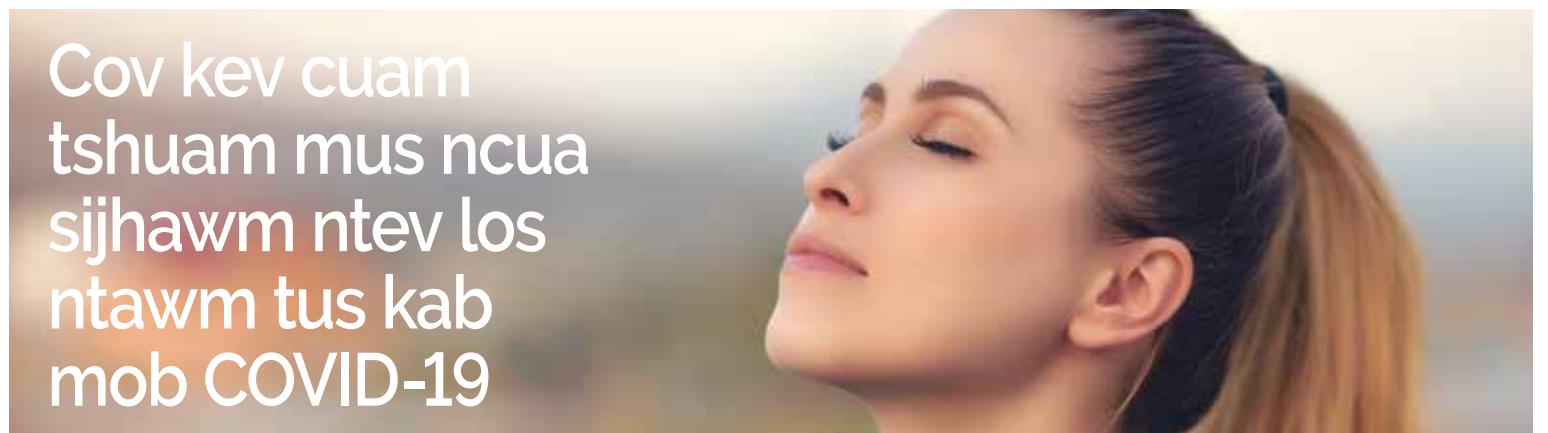
Taug kev ncig zej zog, caij tsheb kauj vab taug kev ua si los sis ntau pob roj hmab (basketball) ua si nyob ntawm lub tiaj zej tsoom ua si.

■ Txhawb nqa kom muaj sijhawm so thaum siv lub sijhawm saib xov tooj los yog saib khoos pis tawj ntau dhau lawm.

Kev sib kis nthuav dav ntawm tus kab mob COVID-19 tau cuam tshuam ntau heev rau cov menuam yaus thiab siv lub sijhawm saib xov tooj los yog saib khoos pis tawj ntau dhau lawm. Txhawb nqa kom muaj sijhawm so yog tias cov me nyuam yaus yuav tsum tau siv kev kawm hauv online mus rau tom tsev kawm ntawy, thiab yuav tau siv lub sijhawm saib xov tooj los yog saib khoos pis tawj ntau ntxiv (siv sijhawm saib tej kev ua si uas ua duab vis dis aus lossis kev saib TV) tsis pub dhau ob xuaj moos hauv ib hnub lossis tsawg dua ntawd.

■ Ua tej zaub mov noj kom qab muaj txiaj ntsig zoo rau lub cev. Yuav thiab muab tej zaub, tej txiv hmab txiv ntoo thiab tej khoom noj uas muaj hmoov nplej kom ntau ntxiv.

Lub Alliance muab Qhov Kev Pab Cuam *Healthy Weight for Life*. Qhov kev pab cuam no yog tsim nyog rau cov menuam yaus thiab cov tub ntxhais hluas uas muaj hnub nyoog 2 xyoos txog 18 xyoo uas xav kom muaj qhov hnyav hom zoo rau lub cev. Qhov Kev Pab Cuam *Healthy Weight for Life* tuaj yeem pab tau koj tus menuam kawm txog kev noj haus kom haum zoo rau lub cev thiab ua kom lub cev muaj zog ntxiv. Koj kuj tseem tuaj yeem kawm paub txog cov cuab yeej los pab txhawb koj tus menuam nrog tej kev hloov hauv kev ua neej nyob. Tham nrog koj tus menuam tus kws kho mob txog qhov kev pab cuam no. Tus kws kho mob yuav tsum tau xa koj tus menuam mus rau qhov kev pab cuam no yog tias nws xav tias koj tus menuam xav tau qhov kev pab cuam ntawd. Koj tuaj yeem hu rau lub Alliance Fab Qhia Kev Noj Qab Haus Huv Tus Xov Tooj **800-700-3874, ext. 5580** rau cov kev paub ntau ntxiv.



Cov kev cuam tshuam mus ncuasijhawm ntev los ntawm tus kab mob COVID-19

Cov neeg feem coob uas kis tau tus kab mob khaus laus nam vais lav (coronavirus) huav hnov muaj qhov zoo zuj zus nyob li 2 asthiv mus txog rau 6 asthiv, tab sis qee leej yuav tsis pom muaj qhov zoo li. Cov teeb meem kev noj qab haus huv uas nyob mus ntev dua 4 asthiv tom qab uas ib tus neeg kis tau tus mob tau hu ua "tej kev mob nkeeg tom qa-tus kab mob COVID" los ntawm lub CDC. Tej zaum koj yuav tau hnov cov ntsiab lus xws li "mob tus kab mob COVID mus sijhawm ntev" lossis "nteveev" txhawm rau piav txog cov kev paub no.

Cov teeb meem kev noj qab haus huv

Mob tus kab mob COVID mus sijhawm ntev tuaj yeem tshwm sim tau rau txhua tus neeg uas kis tau tus kab mob khaus laus nam vais lav (coronavirus). Koj tej kev mob nkeeg tej zaum tsuas muaj qhov mob me ntsis xwb. Los sis tej zaum koj yuav tsis muaj tej kev mob tshwm sim dab tsi kiag li. Txhua cov tsos mob ntawm qhov mob tus kab mob COVID mus sijhawm ntev yuav muaj qhov sib txawv rau txhua tus neeg thiab pom tau tias muaj ntau cov kev mob sib txuam pes daws. Cov teeb meem kev mob mus ncuasijhawm ntev uas pom ntau tshaj plaws uas yuav mob mus ntev txog li 4 asthiv los sis ntau lub asthiv yog:

- Hnov quaq zog heev.
- Ua pa nyuab.
- Hnoos.
- Mob lub hauv siab.
- Mob tob hau.
- Muaj teeb meem kev xav kom tau ib Yam twg kom tseeb meej, kev tsom ntsoov lossis kev nco qab tau.

- Muaj kev nyuaj siab los sis ntxhov siab.
- Muaj heev raws tej pob qij txha lossis tej leeg nqaj.
- Muaj qhov kiv taub hau thaum sawv ntsug.
- Tsis hnov tswv ntxhia lossis tsis qab los noj mov.
- Lub plawy dhia nrawm lossis dhia ceev heev.
- Pw tsis tsaug zog.
- Mob heev raws tej pob qij txha lossis tej leeg nqaj.
- Tsuas pom muaj qhov ua npaws tas li thiab ho zoo mus lawm.
- Raws plab.
- Cov tsos mob uas rov mob heev tuaj tom qab uas tau tawm dag zog rau lub cev lossis lub hlwb.

no tuaj yeem nyob nrog koj mus ntev dua ntau asthiv lossis ntau lub hli thiab nws yuav muaj qhov txawv dua li qhov koj hnov thaum koj nyuam qhuav pib mob. Lwm tus neeg hais tias lawv hnov zoo li twb zoo tau ib nyuag ntu lawm, ces rov qab pib hnov zoo li mob loj zuj zus tuaj. Thiab lwm tus neeg kuj hais tias lawv yeej tsis hnov zoo li tias yuav lawv tus kheej lawm.

Kev hnov cov tsos mob zoo li no mus sijhawm ntev tej zaum yuav ua rau muaj qhov hnov txaus ntshai. Tej zaum koj yuav xoom xaim tias, "Vim li cas kuv ho tseem ua pa tsis tawm thiab? Vim li cas kuv ho tseem hnov quaq zog thiab tseem pheej hnoos

tom qab uas twb dhau mus ntau lub hli lawm? Kuv puas muaj qhov yuav zoo taus lossis tsis zoo?" Yog tias koj kis tau tus kab mob COVID-19 thiab tab tom muaj qee yam ntawm cov teeb meem no, cia li qhia rau koj tus kws koj mob. Ua kom ntseeg tau tias tus kws koj mob paub tias koj kis tau kab mob COVID-19 lawm. Muaj ntau txoj hau kev los pab tswj lossis koj cov tsos mob, thiab kuj muaj kev pab txhawb nqa thiab.

Cov kws tshaj lij tseem tab tom siv zog ua hauj lwm yam mob siab hlo txhawm rau kom nkag siab tias yuav vim li cas thiab lub sijhawm tus kab mob COVID tau tshwm sim yuav ntau yuav muaj qhov tsis tawm thiab. Ua kom ntseeg tau tias tus kws koj mob paub tias koj kis tau kab mob COVID-19 lawm. Muaj ntau txoj hau kev los pab tswj lossis koj cov tsos mob, thiab kuj muaj kev pab txhawb nqa thiab.

Tiam sis tam sim no cov ntaub npog qhov ncauj qhov tswj tab tom yuav tau muab tso tseg mus thiab ntau leej neeg tab tom yuav tau rov qab los sib ntsib nyob ua kev dua lawm, nws yuav qhov tseem ceeb rau koj thiab koj tsev neeg kom tau txais kev txhaj tshuaj tiv thiab mob khaub thusas nyob rau xyoo no.

Tsim ib daim phiaj xwm kev npaj txhawm rau tiv thai v tus kab mob khaub thusas thiab tus kab mob COVID-19

Xyoo tas los no, cov kev ntsuas kab mob txhawm rau kom muaj kev nyab xeeb uas peb tau ua los mus tiv thai v tus kab mob COVID-19 tej zaum kuj tseem muaj feem ua rau tshwm sim lub caij muaj mob khaub thusas me ntsis tau bib yam nkaus. Ntawd yog ib qhov xov xwm zoo uas tsim nyog 6 hli txog 8 xyoo uas tsis tau txhaj tshuaj tiv thiab mob khaub thusas dua los li ces yuav tsum tau txhaj ob koob tshuaj muab txhaj sib nrug yam tsawg kawg yog 4 lub asthiv mam rov txhaj dua koob thib ob. Lawv yuav tsum tau pib ntxov ua ntej kom lawv thiab tuaj yeem tau txhaj koob tshuaj thib ob rau thaum Lub Kaum Hli kawg.

Tiam sis tam sim no cov ntaub npog qhov ncauj qhov tswj tab tom yuav tau muab tso tseg mus thiab ntau leej neeg tab tom yuav tau rov qab los sib ntsib nyob ua kev dua lawm, nws yuav qhov tseem ceeb rau koj thiab koj tsev neeg kom tau txais kev txhaj tshuaj tiv thiab mob khaub thusas nyob rau xyoo no.

Tus mob khaub thusas thiab koj thiab kab mob COVID-19 tib yam nkaus thiab

Lub Chaw Hauj Lwm Tswj Xyuas thiab Tiv Thai v Kab Mob (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) hais qhia kom txhaj cov tshuaj tiv thiab mob khaub thusas kom yuav luag txhua rau cov neeg uas muaj hnub nyog 6 lub hli lossis loj dua ntawd, tshwj xeeb yuav uas muaj feem yuav ua mob hnyav heev, suav nrog:

- Cov neeg muaj hnub nyog 65 xyoo thiab laus dua ntawd.
- Cov neeg uas muaj qee yam kev mob nkeeg uas mob mus ntev tsis txawj zoo, xws li mob hawb pob, mob ntshav qab zib lossis kab mob plawv.

Cov poj niam cev xeeb tub.

- Cov menyum yaus uas tseem yau, tshwj xeeb yuav uas muaj hnub nyog qis dua 2 xyoo.

Cov neeg los ntawm cov haiv neeg thiab cov pawg neeg tsawg.

- Cov neeg muaj qhov tsis taus ntawm lub cev, tshwj xeeb yuav uas muaj qhov cuam tshuam rau kev ua hauj lwm ntawm cov leeg nqaj lossis lub ntsws

Koj yuav tsum pab dab tsi txog lwm cov kev faj seeb kho mob

► Tej zaum koj yuav muaj lwm qhov kev pab them nqi kho mob duav roos (other health coverage, OHC) yog tias:

- Koj muaj kev tuav pov hwm kho mob los ntawm koj txoj hauj lwm, tus txij nkawm lossis tus hhub, Covered California, lossis yog tias koj yuav kev pov hwm kho mob ntawm koj tus kheej.
- Koj dhau los muaj cai tau txais vim yog muaj xwm txheej tshwm sim hauv lub neej tshia — kev sib yuav piv txwv li.

Tej zaum koj li OHC yuav tau xaus yog tias:

- Koj cov faj seeb kho mob tau hloov los ntawm Covered California mus rau Medi-Cal.
- Koj tau tsum koj txoj hauj lwm los sis koj raug rho tawm hauj lwm.
- Koj tau thim koj qhov kev pov hwm kho mob lossis tau tso tseg tsis them nyiaj rau koj cov nqi nyiaj tuav pov hwm kho mob.

Kuv yuav hloov kuv cov ntaub ntawv OHC tau li cas?

Yog tias koj muaj Medi-Cal, ces hu mus rau lub chaw ua hauj lwm Medi-Cal nyob ntawm koj lub cheeb nroog lossis nkag mus rau ntawm California Department of Health Care Services (DHCS) lub vev xaib (website). Lawv yuav tshawb xyuas tias seb koj li OHC puas tau tag ua ntej lawv hloov koj qhov txheej xwm kev mob.

Txhawm rau los hloov kuv cov ntaub ntawv los ntawm kev hu xov tooj mus rau:

- Cheeb nroog Merced, **209-385-3000**
- Cheeb nroog Monterey, **877-410-8823**
- Cheeb nroog Santa Cruz, **888-421-8080**

Txhawm rau hloov koj cov ntaub ntawv yuav hauv California DHCS lub vev xaib (website): www.dhcs.ca.gov/services/Pages/TPLRD_OCU_cont.aspx. Koj kuj tseem

yuav tsum tau hu mus rau peb pab neeg ua hauj lwm hauv Lub Chaw Pab Cuam Tswvcub ntawm **800-700-3874** txhawm rau qhov hloov koj cov ntaub ntawv.

Yog vim li cas nws thiaj tseem ceeb uas kuv yuav tsum hloov kuv li OHC?

- Txhawm rau kom zam cov teeb meem kev mus ntsib koj tus kws koj mob lub chaw ua hauj lwm lossis tau txais daim ntawv sau yuav tshawj ntawm lub tsev muag tshawj.
- Yog li ntawd koj yuav tsis tau txais daim ntawv sau nqi los ntawm koj tus kws koj mob lub chaw hauj lwm.

Tam sim no koj tuaj yeem nkag mus saib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv online tau!

Sau npe nkag mus hhub no!

Tam sim no cov tswvcuab huv lub Alliance tuaj yeem nkag mus saib lawv cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv huv online tau, los ntawm kev siv lawv lub khoos pij tawj (computer), lub tablet lossis lub xov tooj smartphone!

Kev nkag tau mus saib kuv cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv huv online yog muaj txaj ntsig dab tsi?

Los ntawm kev nkag mus saib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv huv online, ua rau koj tuaj yeem pom koj li keeb kwm kev mob nkeeg raws li ib tug tswvcuab huv lub Alliance thiab taug qab xyas koj li kev noj qab haus huv. Koj tuaj yeem tshuaj xyas koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv tau txhua lub sijhawm. Koj yuav muaj peev xwm pom cov ntaub ntawv xws li koj:



- Cov kev mus ntsib kws kho mob yav dhau los.
- Cov ntawv uas kws kho mob sau yuav tshuaj.
- Cov kev kuaj tshawb nrhiav kab mob huv chav kuaj ntshav thiab cov ntawv kuaj mob tau los.
- Cov tshuaj txhaj tiv thaiv kab mob.
- Pab neeg saib xyas kev kho mob thiab ntau yam ntxiv!

Koj kuj tseem tuaj yeem faib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv huv online mus rau koj cov kws kho mob. Qhov no tuaj yeem pab tau rau lawv muab kev saib xyas kho mob rau koj tau zoo dua.

Kuv yuav tsum tau ua dab tsi?

Koj yuav tsis muaj cai cia li nkag mus saib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv huv online tau. Koj yuav tsum tau ua raws li cov txheej txheem kev sau npe nkag mus ua ntej tso thiaj yuav nkag tau. Kev sau npe nkag tau tso cai rau koj nkag mus saib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv los ntawm ib lub cuab yeej siv huv lub xov tooj los yog khoos pij tawj (application), lossis "app," uas koj tau xaiv los siv. Koj yuav tsum tau:

- Mus saib lub vev xaib (website) ntawm lub Alliance txhawm rau saib peb cov npe app uas tau txais kev pom zoo siv tau.
- Xaiv lub app kev noj qab haus huv (health app) uas koj xav siv los ntawm peb daim ntawv teev cov npe uas tau txais kev pom zoo.
- Rub (download) lub app kev noj qab haus huv los rau huv koj lub khoos pij tawj (computer), lub tablet lossis lub xov tooj smartphone.
- Sau npe rau ib tug as khauj neeg siv (user account) ntawm lub Alliance.

- Muab kev tso cai rau koj lub health app txhawm rau nkag mus saib tau koj cov ntaub kev noj qab haus huv.

Kuv cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv puas yuav muaj kev ruaj ntseg nyob rau huv lub app no?

Txhawm rau pab kom koj cov ntaub ntawv muaj kev ruaj ntseg, peb tsuas yog lees paub cov apps uas tau dhau los ntawm txoj kev soj ntsuam kev ruaj ntseg ntawm theem huv paus los mus xwb. Peb hais qhia kom xaiv lub app uas ntseeg tau los ntawm cov npe uas tau txais kev pom zoo los ntawm peb. Txhua lub app uas muaj cov cai ntawm nws tus kheej thiab tsis nyob huv qab tswj hwm ntawm lub Alliance.

Yuav ua li cas yog tias kuv xav tsum kev faib kuv cov ntaub ntawv rau huv lub app no?

Yog tias koj xav tshem tawm kev tso cai ntawm lub app kom nkag tau rau huv koj cov ntaub ntawv, ces koj tuaj yeem xaiv qhov "tshem tawm kev tso cai (revoke consent)" nyob rau lub sijhawm twg los tau. Koj tuaj yeem xaiv tawm ntawm lub app lossis dhau los ntawm lub Alliance tau.

Kuv tuaj yeem nrhiav kom tau txais cov ntaub ntawv qhia paub ntawv ntxiv nyob rau qhov twg? Kuv yuav sau npe thov kev pab tau li cas?

Xav paub kom tseeb meej ntawv ntxiv, mus saib nplooj ntawv ntawm peb lub vev xaib (website): [www.thealliance.health/for-members/member-services/access-your-health-information](http://www.thealliance.health/). Peb teb cov nqe lus nug uas nquag muaj thiab piav qhia txog qhov kev sau npe txhawm rau kom nkag mus saib koj cov ntaub ntawv kev noj qab haus huv tau.



Koj tus kws kho mob puas hais tau koj hom lus?

Qhov tseem ceeb ces koj yuav tau tham nrog koj tus kws kho mob kom paub tseeb. Yog koj thiab koj tus kws kho mob neb tsis sib nkag siab rau txhua lub sijhawm, ces nws tuaj yeem cuam tshuan txog kev saib xyas kev noj qab haus huv rau koj. Lub Alliance muaj cov kws kho mob ua hauj lwm rau huv peb cov chaw sib koom tes ua ke uas tuaj yeem hais tau ib hom lus tsis yog lus As Kiv. Koj tuaj yeem tshawb nrhiav cov kws kho mob no rau huv koj Phau Ntawv Teev Cov Npe Kws Kho Mob los sis hu xov tooj rau Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab.

Yog koj muaj teeb meem tham nrog koj tus kws kho mob, peb tuaj yeem pab tau. Koj tsis tas siv tsev neeg los sis cov phooj ywg los pab koj. Koj muaj cai thov ib tug kws txhais lus uas tau txais kev cob qhia los lawm, thiab lub Alliance mam li them nyaj rau qhov kev pab no. Koj tus kws kho mob tuaj yeem hu ib tsab xov tooj tshwj xeeb mus thov ib tug kws txhais lus uas hais tau koj hom lus rau koj. Ces koj thiab koj tus kws kho mob mam li sib tham tau nrog tus kws txhais lus no.

Yog koj xav tau ib tug kws txhais lus, qhia rau koj tus kws kho mob lub chaw ua hauj lwm paub txog koj hom lus hais thaum koj hu tuaj thiaj li npaj teem caij ib tug kws txhais lus rau koj tau. Hais kom lawv hu rau Alliance tus xov tooj ntawm tus kws txhais lus thaum koj tuaj txog.

Tam li ib tug tswvcuab ntawm lub Alliance,

koj muaj cai tau txais cov kev pab cuam no pub dawb:

- **Kev pab cuam tus kws txhais lus rau koj hom lus yuav pab koj tham tau nrog koj tus:**
 - Kws kho mob.
 - Lwm cov kws muab kev pab saib xyas kho mob.
 - Qhov kev npaj saib xyas mob nkeeg.

Feem ntau, yeej siv cov kws txhais lus raws huv xov tooj xwb, tab sis tej zaum kuj siv tus kws txhais lus tim ntsej tim muag rau tej kis uas yuav tau sib tham txog ntawv yam nyuaj. Lub Alliance yuav tsum tso cai cia txhais lus tim ntsej tim muag ua ntej.

- **Cov tsab ntawv thiab cov ntawv** ceeb toom uas cuam tshuan txog koj cov kev pab them nqi duav roos rau kev noj qab haus huv kuj raug muab sau ua koj lus hom lus. Peb kuj tuaj yeem pab nyeem cov ntaub ntawv no rau koj yog koj hais ib hom lus uas tsis yog lus Askiv.

Yog xav tau kev pab huv kev thov ib tug kws txhais lus lossis pab nyeem cov ntawv uas koj tau txais, thov hu mus rau lub Alliance

Qhia Kev Noj Qab Haus Huv Tus Xov Tooj ntawv **800-700-3874, ext. 5580**. Yog tias koj xav tau kev pab txhais lus, peb muaj ib tug xov tooj tshwj xeeb uas siv ib tug neeg txhais lus uas hais koj hom lus tsis tau them nqi yog pub dawb rau koj xwb. Rau Tus Xov Tooj Pab Cov Tsis Hnov Lus los sis Hais Lus Tsis Tau, hu rau **800-735-2929** (TTY: Ntaus 7-1-1).

Kev pov thaiv koj li ntiag tug

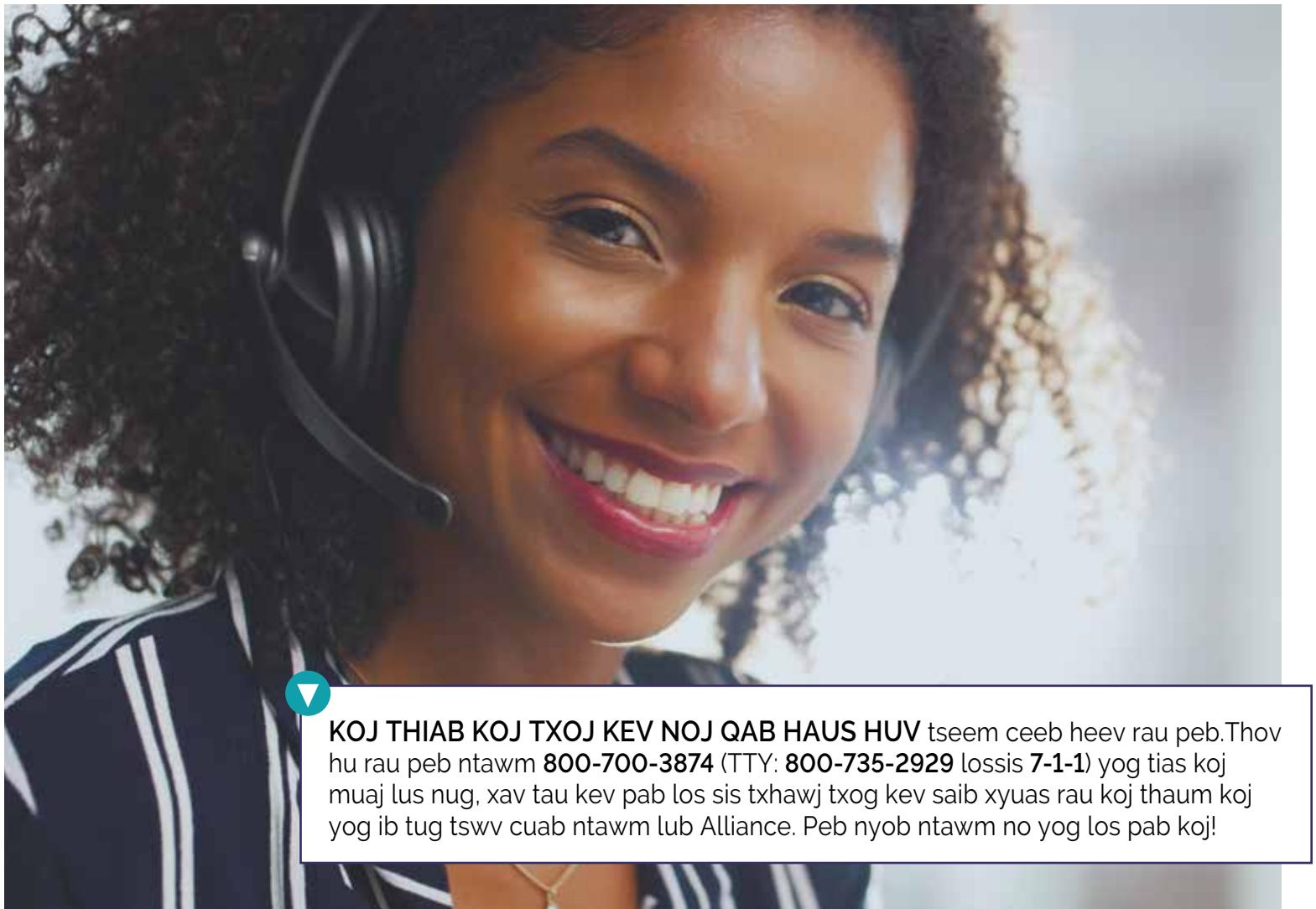


Cov ntsiab lus hais txog kev saib xyas fab kev noj qab haus huv yog tus kheej. Koj tsim nyog yuav muab rau lawv khaws cia li ntawd. Ntawd yog qhov laj thawj uas peb sid zog ua txhua yam raws li qhov peb tuaj yeem ua tau txhawm rau pov thaiv koj li ntiag tug.

Tej zaum peb yuav nthuav qhia tawm koj cov ntaub ntawv rau kev kho mob, kev them nyaj thiab kev saib xyas kev noj qab haus huv yam tsis tas nug kev tso cai los ntawm koj. Ib qho piv txwv yog qhia rau tus kws muab kev pab cuab kho mob tias koj muaj cai tsim nyog los koom ua lub Alliance ib tus tswvcuab yog li ntawd nws thiaj mob siab kho tau koj. Muaj lwm yam xwm txheej uas tej zaum peb kuj tseem yuav tau nthuav qhia tawm cov ntaub ntawv yam tsis tau txais kev tso cai los ntawm koj. Cov no yog raug txiav txim los ntawm txoj cai lij choj.

Yog tias muaj wmm tus neeg nug peb txog koj cov ntaub ntawv, dua li ntawm qhov uas tau txais tso cai los ntawm txoj cai lij choj lawm, koj yuav tsum hais tias tsis ua li cas ua ntej peb tuaj yeem muab koj cov ntaub ntawv rau lawv. Peb kheev nquag saib txoj hau kev uas peb khaws koj cov ntaub ntawv cia kom muaj kev nyab xeeb tas li. Thiab peb tseem yuav ua li ntawd txuas ntxiv mus. Peb xav kom koj tau txais kev saib xyas zoo thiab muaj kev thaj yeeb nyab xeeb.

Yog xav paub cov ntaub ntawv ntawv txog peb cov kev ceev ntiag tug, ces saib Daim Ntawv Qhia Txog Kev Ua Kev Ceev Ntiag Tug nyob sab nraum qab ntawm koj Phau Ntawv Qhia Rau Tswvcuab/Cov Ntawv Pov Thawj Kev Pab Them Nyaj Pov Hwm Kho Mob. Dua li ntawd lawm nws kuj tseem muaj nyob huv peb lub vev xaib (website), www.thealliance.health.



KOJ THIAB KOJ TXOJ KEV NOJ QAB HAUS HUV tseem ceeb heev rau peb. Thov hu rau peb ntawm **800-700-3874** (TTY: **800-735-2929** lossis **7-1-1**) yog tias koj muaj lus nug, xav tau kev pab los sis txhawj txog kev saib xyuas rau koj thaum koj yog ib tug tswv cuab ntawm lub Alliance. Peb nyob ntawm no yog los pab koj!

Lub vev xaib (website) ntawm lub Alliance muaj qhov yam ntxwv tshiab thiab kuj yooj yim rau kev siv kawg!

Lub vev xaib (website) ntawm lub Alliance muaj qhov yam ntxvw tshiab! Peb zoo siab qhia tias tam sim no peb lub vev xaib (website) muaj cov yam ntxvw zoo dua uas ua rau nws yooj yim heev rau koj siv. Tam sim no koj tuaj yeem:

- Saib cov ntaub ntawv nyob hauv koj lub xov tooj tau yooj yim heev!
- Siv peb qhov cuab yeej tshawb nrhiav txhawm rau nrhiav cov lus qhia

- Lub vev xaib (website) ntawm lub Alliance muaj qhov yam ntxvw tshiab! Peb zoo siab qhia tias tam sim no peb lub vev xaib (website) muaj cov yam ntxvw zoo dua uas ua rau nws yooy yim heev rau koj siv. Tam sim no koj tuaj yeem:

 - Saib cov ntaub ntawv nyob hauv koj lub xov tooj tau yooy yim heev!
 - Siv peb qhov cuab yeej tshawb nrhiav txhawm rau nrhiav cov lus qhia tseeb uas koj tab tom nrhiav.
 - Siv peb cov kev pab cuam tus kheej hauv online los hloov daim npav Tswwcuab (member ID card) ntawm lub Alliance, hloov kho koj tus kheej cov ntaub ntawv ntiag tug, thov ib tus thawj kws kho mob tshiab thiab ntawv yam!
 - Ua rau qhov loj me ntawm cov ntsiav lus hauv nplooj ntawv loj dua tuaj.

■ Hloov hom lus ntawm peb lub vev xaib (website) los ntawm lus Askiv los ua lus Spanish lossis lus Hmoob.

■ Nrhiav cov ntaub mntawv hais txog kev hloov pauv tshiab tam sim no hauv cov txiaj ntsig kev pab thiab lwm yam xov xwm los ntawm lub Alliance.

■ Yuav tsum nquag saib cov naj npawb xov tooj tiv tauj rau Lub Chaw Pab Cuam Tswwcuab thiab cov kab ntawv txuas (links) mus rau cov chaw muab kev pab tseem ceeb kom tsis tu ncuia.

Puas yog koj yog ib tus neeg tshiab rau lub Alliance? Qhov chaw pib uas zoo tshaj plaws yog tshooj lus **Get Started** uas nyob sab hauv tshooj lus **For Members** nyob hauv kab pob xaiv (menu bar). Hauv tshooj no, koj tuaj yeem nrhiav cov ntaub ntawv hais txog kev siv koj daim npav Tswwcuab

Puas yog koj yog ib tus neeg tshiab rau lub Alliance? Qhov chaw pib uas zoo tshaj plaws yog tshooj lus **Get Started** uas nyob sab hauv tshooj lus **For Members** nyob hauv kab pob xaiv (menu bar). Hauv tshooj no, koj tuaj yeem nrhiav cov ntaub ntawv hais txog kev siv koj daim npav Tswwcuab

Muab txoj kev pab cuam yam luag ntxhi!

Koj puas xav paub tias leej twg yog tus teb xov tooj thaum kawg rau koj thaum
koj hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab?

Peb cov neeg sawv cev yeej muab kev saib xyuas, mob siab ua hauj lwm raws i quav ua hauj lwm zoo. Lawv nyob nraim ntawm no los teb koj tsab xov tooj Hnub Monday txog Hnub Friday, thaum 8 a.m. txog 5:30 p.m.

Peb cov neeq sawv cev yeej npaj txhij los:

- Pab ua kom koj nkag siab txog koj li kev npaj kho mob yuav ua hauj lwm li cas.
 - Teb koj cov lus nug txog koj cov kev pab kho mob.
 - Piav tias seb koj yuav ua li cas koj thiaj tau txais cov kev saib xyuas thiab cov kev pab kho mob.
 - Qhia rau koj tias koj yuav mus kuaj mob tau rau cov kws kho mob thiab cov chaw kuaj mob twg.
 - Pab koj xaiv los sis hloov koj thawj tus kws kuaj mob.
 - Pab nrhiav kws txhais lus rau koj yog koj hais lus Askiv tsis tau.
 - Pab npaj thauj koj mus los yog koj tsis muaj tsheb mus ntsib koj tus kws kho mob.
 - Xa ib daim npav tswvcuab tshiab ntawm Alliance tuaj rau koj yog tias koj ua koj daim poob lawm.
 - Pab koj ua tej Yam uas koj txhawj txog los sis tej Yam koj tsis txaus siab txog.
Peb muaj cov neeg sawv cev nyob hauv cov nroog Merced, Monterey thiab Santa Cruz. Lawv nyob thiab ua hauj lwm hauv cov zej zog uas peb ua hauj lwm.
Qhov lawv muaj sib xws yog qhov lawv mus tshuaj xyuas peb cov ua tswv cuab tshiab cov tuaj ntawm no los pab.

(member ID card) ntawm lub Alliance, kev los nrhiav ib tus kws kho mob, kawm paub ntawm
txiv txog koj txoj kev npaj kho mob thiab nyem cov nqe lus nug feem ntawm tus
swyvucab.

Mus saib rau peb tshooj lus **Get Care**, uas peb tau tsim kom nws yooj yim txhawm rau
hrhiav cov ntaub ntawv uas ntau tus tswvcuab hauv lub Alliance xav tau, xws li kev tau txais:

- Tus naj npawb xov tooj ntawm Nurse Advice Line (NAL) kom koj paub txog kev hu tus kws tu neeg mob uas tau sau npe raug cai muab kev pab tau 24 teev hauv ib hnub, 7 hnub hauv ib lub asthiav.
 - Cov kev pab muab tsheb thauj mus los.
 - Kev pab txhais lus.
 - Kev saib xyuas kho mob thaum xub thawj thiab ua ceev nrooj.
 - Cov ntawv sau yuav tshuaj los ntawm kws kho mob.

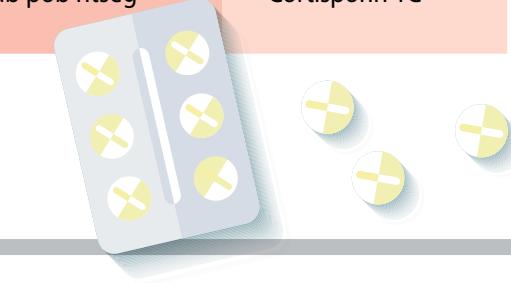
Nkag los mus saib peb tau ntawm www.thealliance.health thiab yuav pom qhov kev sib txawv nyob rau hnub no!

Hloov pauv tus quauv hom tshuaj ntawm lub Alliance nyob rau 2nd quarter 2021

Siv Tau Txij Thaum Lub Rau Hli Ntuj Tim 1, 2021

Ntxiv rau cov qauv tshuaj kho mob

Mob Ntshav Qab Zib	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ozempic ■ Victoza ■ Byetta ■ Bydureon ■ Adlyxin ■ Rybelsus
Ua kom poob phaus los yog yuag	<ul style="list-style-type: none"> ■ Phentermine ■ Alli
Muab tshem tawm ntawm cov qauv ntawv	
Ob lub pob ntseg	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortisporin-TC



Peb tab tom npaj rov qab qhib chav lis hauj lwm ua

Lub Alliance tab tom npaj rov qab qhib tsev lis hauj lwm dua ra hauv Merced, Monterey thiab Santa Cruz tsis pub dhau Lub Ob Hlis Ntuj Xyoo 2022. Lub Alliance yuav ua raws li chaw saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv cov lus qhia los mus qhia txog lub sij hawm rov qab npaj qhib peb cov tsev lis hauj lwm, vim tus kab mob COVID-19 muaj tsawg zuj zus lawm thiab ua kom muaj kev noj qab haus huv thiab kev nyab xeeb rau peb cov tsyw cuab, cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua tuaj saib xyuas. Rau cov ntaub ntawv nyuam qhuav hloov kho dua tshiab txog kev rov qhib cov chaw ua hauj lwm, thov mus saib peb li istawsnev ntawm www.thealliance.health.

Kiag thaum cov tsev lis hauj lwm qhib lawm, koj tuaj yeem tuaj ntsib peb tau tim ntsej tim muag nyob rau ntawm cov chaw hauv qab no:

Lub Chaw Ua Hauj Lwm Hauv Lub

Nroog Merced

530 W. 16th St., Suite B, Merced, CA 95340
Hnub Monday txog Hnub Friday,
8 a.m. txog 5 p.m.

Lub Chaw Ua Hauj Lwm Hauv Lub Cheeb

Nroog Monterey

950 E. Blanco Road, Suite 101, Salinas, CA 93901
Hnub Monday txog Hnub Friday,
8 a.m. txog 5 p.m.

Lub Chaw Ua Hauj Lwm Loj Hauv Lub

Cheeb Nroog Santa Cruz

1600 Green Hills Road, Suite 101,
Scotts Valley, CA 95066
Hnub Monday txog Hnub Friday,
8 a.m. txog 5 p.m.

Koj los kuj mus saib tau Alliance li
istawsnev ntawm www.thealliance.health rau cov hauj lwm li ib txwm, hauv
qab no yog ob peb yam uas koj tuaj yeem
ua tau hauv oos lais:

■ Hloov pauv koj daim ID Ua Tswv Cuab Ntawm Alliance.

■ Hloov kho koj cov ntaub ntawv ntiag tug.

■ Thov ib tus kws kho mob tshiab.

Yog tias koj muaj lus nug, thov hu rau peb
pab neeg ua hauj lwm hauv Lub Chaw Pab Cuam
Tswvcuab ntawm **800-700-3874**, Hnub Monday
txog Hnub Friday, 8 a.m. txog 5:30 p.m. Yog tias
koj xav tau kev pab txhais lus, peb muaj tus xov
tooj hu tshwj xeeb kom tau txais tus neeg txhais
lus uas paub hais koj hom lus, muaj rau koj yam
tsis xam nqj rau koj them. Rau Tus Xov Tooj Pab
Cov Tsis Hnov Lus los sis Hais Lus Tsis Tau, hu rau
800-735-2929 (TTY: Ntaus **7-1-1**).

Cia kom hnov koj lub suab!

Peb muaj ntau txoj hauv kev rau koj los qhia rau peb paub tias peb tab tom yuav ua li cas thiab peb tuaj yeem yuav txim kho li cas. Ib tug ntawd yog dhau los ntawm peb Pab Pawg Muab Kev Pab Cuam Tswv Yim Rau Tswv Cuab (MSAG).

Los ntawm MSAG, peb muaj peev xwm hnov los ntawm peb cov tswvcuab thiab cov neeg ua hauj lwm rau peb cov tswvcuab. Peb siv cov ntaub ntawv no los pab kom peb nkag siab ntau dua ntixiv qhov peb cov tswvcuab xav, nyiam thiab xav tau. Pab pawg no yog tsim los ntawm lub Alliance cov tswvcuab thiab neeg cov sawv cev ntawm cov koom haum hauv lub cheeb nroog thiab hauv zej zog.

MSAG lub hom phiaj yog pab txhawb kev saib xyuas kev kho mob kom muaj kev sib raug zoo, muaj txiaj ntsig zoo thiab ua tau zoo rau cov tswvcuab ntawm lub Alliance.

MSAG cov tswvcuab lub luag hauj lwm ntau yam, suav nrog:

■ Tawm tswv yim rau Pab Neeg Sawv Cev txog cov teeb meem thiab kev txhawj xeeb ntawm cov tswvcuab thiab cov zej zog

uas lawv muaj feem ntsig txog rau lub Alliance.

■ Hais lus sawv cev tam li yog cov tswvcuab ntawm lub Alliance thiab coj lawv cov kev txhawj xeeb thiab cov tswv yim los rau hauv cov rooj sib tham MSAG txhawm rau piav qhia thiab kev nqis tes ua uas muaj peev xwm ua tau.

■ Ua ib qho chaw los mloog thiab suav sau cov lus ntawm lub Alliance cov tswvcuab uas tej zaum yuav tsis muaj lwm tus tau hnov.

Cov rooj sib tham yuav tau muaj plaub zaug nyob hauv ib xyoos, thiab lub Alliance cov tswvcuab lossis cov niam txiv ntawm lub Alliance tus tswvcuab tuaj yeem tau txais \$50 rau kev mus koom nrog txhua lub rooj sib tham.

YOG XAV PAUB COV NTAUB NTAWV QHIA NTAU NTXIV hais txog Pawg Kws Pab Tswv Yim, thov xa email rau MSAG@ccah-alliance.org, hu xov tooj rau lub Alliance ntawm **800-700-3874** lossis nkag tuaj tsib pebb tau ntawm www.thealliance.health.



NYOB NOJ QAB yog luam tawm rau cov tswvcuab thiab cov neeg muab kev koom tes hauj zej zos ntawm CENTRAL CALIFORNIA ALLIANCE FOR HEALTH, 1600 Green Hills Road, Suite 101, Scotts Valley, CA 95066, xov tooj 831-430-5500 lossis (800) 700-3874, ext. 5513, website www.thealliance.health.

Cov ntisab lus hauj NYOB NOJ QAB yog los ntawm coob tus kws kho mob los. Yog koj muaj kev txhawj xeeb lossis muaj lus nug txog tej yam lus uas yuav tsim tau tej yam tsis zoo rau koj txoj kev noj qab haus huv, thov hu rau koj tus kws kho mob.

Cov duab thaj thiab cov duab teeb no tej zaum yog siv cov neeg ua qauv yees duab.

Member Services Project Specialist

Yomayra Gomez

Quality and Health Programs Supervisors

Desirre Herrera
and Mao Moua

Quality and Health Programs Manager

Deborah Pineda

www.thealliance.health