



您能否阅读这份简报?

如果不能, 请致电 **1-877-723-4795** 联系我们。我们能为您提供帮助。

CAN YOU READ THIS

NEWSLETTER? If not, please call us at **1-877-723-4795**. We can help.

¿PUEDE LEER ESTE BOLETÍN? Si no puede, llámenos al **1-877-723-4795**. Le ayudaremos.

BẠN ĐỌC ĐƯỢC THÔNG TIN NÀY KHÔNG? Nếu không, xin gọi số **1-877-723-4795**. Chúng tôi sẽ giúp.

NABABASA MO BA ANG NEWSLETTER NA ITO? Kung hindi, pakitawagan kami sa **1-877-723-4795**. Makakatulong kami.

我们就要搬家啦!



Santa Clara Family Health Plan 带来了一些令人振奋的消息! 我们有新的徽标、新的办公地点和新的简报! 我们希望您能愉快地阅读《健康生活》。

● 我们的办事处将于今年夏天迁至:

6201 San Ignacio Ave.
San Jose, CA 95119

● 虽然我们改变了外形, 但仍然坚守自己的使命。我们将继续与提供者合作, 为您提供高品质的医护服务。

● 我们将寄出新的 SCFHP ID 卡, 请留意您的邮件。

作为您本地的社区健康计划, 我们欢迎您的来电和来访。
感谢您在我们搬迁期间耐心等待!

欢迎来电

客户服务部
周一至周五上午
8 至晚上 8
1-877-723-4795

听障专线
1-800-735-2929 或 711

MC

健康与保健或预防信息

Standard
U.S. Postage
PAID
Walla Walla, WA
Permit No. 44

您今年是否进行过牙科检查？

所有人都应当每隔六个月看一次牙医。这有助于预防龋齿和其他牙齿问题。

牙科福利会通过 Denti-Cal 提供给 Cal MediConnect 计划的会员。要查找医护服务提供者，请访问 www.denti-cal.ca.gov 或致电 Denti-Cal，电话号码为

1-800-322-6384（周一至周五上午 8 点至下午 5 点）。



降低糖尿病风险

2018 年 4 月 1 日，Cal MediConnect 开始向您免费提供一个糖尿病预防计划！该计划可以帮助您拥有更健康的膳食，增加您的体力活动量并减轻体重。该计划有助于延迟甚至防止 2 型糖尿病的发生。

有关更多信息，请致电 *Santa Clara Family Health Plan* 客户服务部，并向健康教育部门咨询。您需要医生的转诊意见以及一份证明您处于糖尿病前期的化验结果，方可参加该计划。

歧视是违法行为

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。SCFHP 不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而排斥任何人或以不同的方式對待他們。

SCFHP:

- 向殘障人士免費提供各種援助和服務，以幫助他們與我們進行有效溝通，如：
 - 合格的手語翻譯員
 - 以其他格式提供的書面資訊（大號字體、音訊、無障礙電子格式、其他格式）
- 向母語非英語的人員免費提供各種語言服務，如：
 - 合格的翻譯員
 - 以其他語言書寫的資訊

如需此類服務，請于周一至周五早上 8:00 至晚上 8:00 致電 1-877-723-4795 聯系客戶服務部。TTY/TDD 用戶請致電 1-800-735-2929 或 711。

如果您認為 SCFHP 未能提供此類服務或者因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而透過其他方式歧視您，您可以向：

Attn: Appeals and Grievances Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119
電話號碼為: 1-877-723-4795
(聽障專線) 號碼為: 1-800-735-2929 或 711
傳真為: 1-408-874-1962
電子信箱為: CalMediConnectGrievances@scfhp.com

您可以親自提交投訴，或者以郵寄、傳真或電郵的方式提交投訴。如需申訴協助，請聯系客戶服務部代表。

您還可以向 U.S. Department of Health and Human Services（美國衛生及公共服務部）的 Office for Civil Rights（民權辦公室）提交民權投訴，透過 Office for Civil Rights Complaint Portal 以電子方式投訴：<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>，或者透過郵寄或電話的方式投訴：

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
電話號碼為:1-800-368-1019
TDD（聾人用電信設備）：1-800-537-7697

登入 <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html> 可獲得投訴表格。



Language Assistance Services

English: ATTENTION: If you speak another language, language assistance services, free of charge, are available to you. Call Customer Service at 1-877-723-4795, Monday through Friday, 8 a.m. to 8 p.m. TTY/TDD users should call 1-800-735-2929 or 711. The call is free.

Español (Spanish): ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame a Servicio al Cliente al 1-877-723-4795, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m. Los usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-800-735-2929 o al 711. La llamada es gratuita.

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi Dịch Vụ Khách Hàng theo số 1-877-723-4795, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Những người sử dụng TTY/TDD gọi đến số 1-800-735-2929 hoặc 711. Cuộc gọi được miễn phí.

中文 (Chinese): 注意：如果您说中文，将为您提供免费的语言服务。请致电 1-877-723-4795 联系客户服务部，工作时间是周一至周五早上 8:00 至晚上 8:00。TTY/TDD 用户请致电 1-800-735-2929 或 711。这是免费电话。

Tagalog – Filipino (Tagalog): PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa Serbisyo para sa Customer sa 1-877-723-4795, Lunes hanggang Biyernes, mula 8 a.m. hanggang 8 p.m. Dapat tumawag ang mga TTY/TDD user sa 1-800-735-2929 o 711. Libre ang tawag.

한국어 (Korean): 주의:한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 월요일부터 금요일까지 오전 8시부터 오후 8시 사이에 1-877-723-4795 번으로 고객 서비스 부서에 전화해 주십시오. TTY/TDD 사용자는 1-800-735-2929 번 또는 711 번으로 전화해 주시면 됩니다.통화료는 무료입니다.

Հայերեն (Armenian): ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ՝ Եթե խոսում եք հայերեն, ապա լեզվական օգնության ծառայությունները Ձեզ կտրամադրվեն անվճար: Ձանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն 1-877-723-4795 հեռախոսահամարով՝ երկուշաբթիից ուրբաթ՝ 8 a.m.-ից 8 p.m.-ը: TTY/TDD օգտվողները պետք է զանգահարեն 1-800-735-2929 կամ 711: Ձանգն անվճար է:

Русский (Russian): ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите по-русски, Вы можете бесплатно воспользоваться услугами переводчика. Звоните в службу поддержки клиентов по номеру 1-877-723-4795 с понедельника по пятницу с 8:00 до 20:00. Лица, пользующиеся телетайпом / телекоммуникационными устройствами для глухих (TTY/TDD), могут связаться по номерам 1-800-735-2929 или 711. Звонки бесплатные.

فارسی (Persian, Farsi):

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، سرویس های دستیار زبان به صورت رایگان در دسترس است. از طریق شماره 4795-723-877-1 روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت 8 صبح تا 8 عصر با سرویس مشتری تماس بگیرید. کاربران TTY/TDD می توانند از طریق شماره 1-800-735-2929 یا 711 تماس بگیرند. این تماس رایگان است.

日本語 (Japanese): 注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語サービスをご利用いただけます。月曜日から金曜日、午前 8 時～午後 8 時に対応のカスタマーサービス(1-877-723-4795)までご連絡ください。TTY/TDD ご利用の方は、1-800-735-2929 または 711 に電話してください。通話料金は無料です。

Hmoob (Hmong): LUS CEEV:Yog koj hais lus Hmoob, peb muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj. Hu Rau Lub Chaw Pab Cuam Neeg Qhua rau ntawm 1-877-723-4795, hnuv Monday txog Friday, 8 teev sawv ntxov txog 8 teev tsaus ntuj. Tus xov tooj rau cov neeg TTY/TDD hu rau 1-800-735-2929 lossis 711. Yog tus xov tooj hu dawb.

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi): ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਤੇ, 1-877-723-4795 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। TTY/TDD ਵਰਤਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ 1-800-735-2929 ਜਾਂ 711 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

العربية (Arabic):

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية متاحة لك مجاناً. اتصل بخدمة العملاء على الرقم 1-877-723-4795، من الإثنين إلى الجمعة، 8 ص إلى 8 م. مستخدم الهاتف النصي/جهاز الاتصال لضعاف السمع يمكنهم الاتصال على الرقم 1-800-735-2929 أو 711. اتصل مجاناً.

हिंदी (Hindi): ध्यान दें: अगर आप हिंदी बोलते हैं, तो आपके लिए भाषा सहायता सेवाएँ निःशुल्क उपलब्ध हैं। आप सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8 बजे से रात के 8 बजे तक ग्राहक सेवा को 1-877-723-4795 पर कॉल कर सकते हैं। TTY/TDD उपयोगकर्ताओं को 1-800-735-2929 या 711 पर कॉल करना चाहिए। कॉल निःशुल्क है।

ภาษาไทย (Thai): เรียบ: หากท่านพูดภาษาไทย เรามีบริการความช่วยเหลือทางด้านภาษาโดยไม่มีค่าใช้จ่าย โทรติดต่อฝ่ายบริการลูกค้าที่ 1-877-723-4795 ได้ตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 08.00 น. ถึง 20.00 น. ผู้ใช้ TTY/TDD สามารถโทรติดต่อได้ที่ 1-800-735-2929 หรือ 711 โดยไม่มีค่าใช้จ่าย

ខ្មែរ (Mon-Khmer, Cambodian): ប្រមូលកិច្ចទុកដាក់: ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ សេវាជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនលោកអ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។ សេវាផ្នែកទំនាក់ទំនងអតិថិជនតាមលេខ 1 877 723 4795 អាចរកបានពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់សុក្រ ម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ 8 ល្ងាច។ អ្នកប្រើ TTY/TDD គួរតែទូរស័ព្ទមកលេខ 1 800 735 2929 ឬ 711 ។ ការហៅទូរស័ព្ទគឺឥតគិតថ្លៃ។

ພາສາລາວ (Lao): ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາບໍ່ເສຍຄ່າໃຫ້ແກ່ທ່ານ. ໃຫ້ໂທຫາ ຝ່າຍບໍລິການລູກຄ້າທີ່ເບີ 1-877-723-4795, ເຊິ່ງເປີດໃຫ້ບໍລິການ 7 ວັນຕໍ່ອາທິດ, ຕັ້ງແຕ່ 8 ໂມງເຊົ້າຫາ 8 ໂມງ ແລງ. ຜູ້ທີ່ໃຊ້ TTY/TDD ແມ່ນໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-735-2929 ຫຼື 711. ການໂທແມ່ນໂທຟຣີ.

需要乘车？我们可以提供帮助！

如果您需要乘车以便按预约前去就诊，可以提前联系客户服务部，由我们为您安排交通服务。请按以下时间提出要求：

- 对于非医疗交通服务，应在预约时间之前三天提出要求

- 对于非紧急医疗交通服务，应在预约时间之前五天提出要求

要申请乘车，请访问

www.member

.scfhp.com 以登录

mySCFHP，或致电

1-877-723-4795 联系客服

服务部。听障人士

请致电 **1-800-735-2929**

或 **711**。



质量改进：了解详情

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 每年都会在我们的网站上公布其质量改进计划的详细信息。请访问 www.scfhp.com/for-members/quality-improvement，以下载一份计划详情。您可以了解 SCFHP 如何发现和需要改进的领域。如果您希望我们向您邮寄一份副本，请致电客户服务部。

SANTA CLARA FAMILY HEALTH PLAN 使用情况管理团队会分发一份有关财务激励措施的确认真声明。请访问 www.bit.ly/scfhpaffirmativestatement 以了解更多信息。如果您希望我们将该声明邮寄给您，请致电客户服务部。





您可以发挥影响

加入我们的顾问委员会！

您想让 Cal MediConnect 这一健康计划更好地为您和您的社区服务吗？敬请加入 Cal MediConnect 消费者顾问委员会 (CAB)！CAB 是一个由像您这样的会员构成的团体，可以包括家庭成员或能够帮助照顾您的其他人员。

CAB 会与健康计划的工作人员举行会议，以就 Cal MediConnect 中提供的服务和福利提供反馈。

作为 CAB 的一员，您将能：

- 为像您一样的 Cal MediConnect 计划会员发声。
- 与我们的计划代表及您的社区成员合作。
- 将您的经历告诉我们。如果需要，我们可为您和您的护理人员提供乘车服务。届时将供应餐食。

如果您有兴趣加入 CAB 提供服务，请致电 **1-877-723-4795** 联系 SCFHP 客户服务部。

健康生活

Cal MediConnect 计划 (联邦医疗保险和医疗补助计划)

2018 年夏季

《健康生活》中的信息来自多位医学专家。如果您对可能影响到您健康的具体内容有任何疑问，请联系您的医疗服务提供者。照片或插图中的人物可能是模特。

2018 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.

H7890_13079C Accepted

Santa Clara Family Health Plan Cal MediConnect Plan (Medicare-Medicaid Plan) 是签订联邦医疗保险和加州医疗补助合约的健康计划，旨在为投保人同时提供这两项计划的福利。

SANTA CLARA FAMILY HEALTH PLAN
P.O. Box 18880, San Jose, CA 95158
1-877-723-4795 • www.scfhp.com
TTY/TDD: **1-800-735-2929** or **711**