Santa Clara Family Health Plan™

CUỘC SỐNG LÀNH MẠNH

MÙA HÈ NĂM 2019 | **Cal MediConnect Plan** (Chương Trình Medicare-Medicaid)

Tìm hiểu về các quyền lợi của quý vị

Quản lý hồ sơ

Quý vị đã bao giờ từng:

☐ Không rõ về các quyền lợi của mình?

☐ Không thể nhận được dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc thiết bị y tế do các thủ tục giấy tờ hoặc quy trình quá phức tạp?

☐ Gặp khó khăn khi lấy thuốc theo toa và dùng thuốc đúng giờ?

☐ Gặp khó khăn trong việc tìm người đưa đón hoặc đi xe buýt tới buổi hẹn với bác sĩ?

☐ Gặp các vấn đề sức khỏe tệ đến mức quý vị phải thường xuyên đến phòng cấp cứu?

☐ Cảm thấy không rõ về các nguồn trợ giúp cộng đồng dành cho quý vị và làm cách nào để tìm ra chúng?

Nếu quý vị trả lời "có" đối với bất kỳ câu hỏi nào trên đây, nhân viên quản lý hồ sơ của Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) có thể giúp quý vị. Các hội viên được chỉ định một nhân viên quản lý hồ sơ, người này là:

- Y tá đã đăng ký hành nghề
- Cán sự xã hội, hoặc
- Điều phối viên chăm sóc cá nhân

Nhân viên quản lý hồ sơ có thể giúp quý vị:

- Phối hợp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị
- Phối hợp các nguồn trợ giúp cộng đồng dành cho quý vị
- Giúp quý vị tận dụng tối đa quyền lợi từ chương trình sức khỏe của quý vị

ĐỂ ĐƯỢC TRỢ GIÚP THÊM VỀ DỊCH VỤ QUẢN LÝ HỒ SƠ, *xin gọi cho bộ phận Quản Lý Hồ Sơ của SCFHP theo số* ***1-877-590-8999****, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8:30 sáng đến 5 giờ chiều. Hoặc điền vào Mẫu Đơn Giới Thiệu Quản Lý Hồ Sơ (Case Management Referral Form) tại* ***http://bit.ly/scfhpcaseform****. Quý vị sẽ nhận được phản hồi của chúng tôi trong vòng năm ngày làm việc.*

Hãy Gọi Chúng Tôi

Dịch Vụ Khách Hàng
8 giờ sáng đến 8 giờ tối, thứ Hai đến thứ Sáu

1-877-723-4795

TTY/TDD 1-800-735-2929 hoặc **711**

MV

Thông tin về sức khỏe và sống khỏe hoặc phòng ngừa

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

Chợ nông sản: Kho tàng đặc sản địa phương

Một điểm đến lý tưởng để vừa vui chơi vừa tìm thực phẩm tươi ngon

Từ nông trại đến bàn ăn. Đây là một câu phổ biến thường có tác dụng khiến cho bất kỳ sản phẩm nào được nói đến cũng có vẻ ngon hơn. Chắc hẳn là quý vị tin rằng mật ong đến từ một nông trại gần nhà sẽ có vị ngọt tuyệt hảo nhất. Điều này cũng áp dụng cho các loại rau quả tươi ngon và phong phú đang chờ quý vị tại một chợ nông sản.

Hãy tận dụng chuyến đến chợ nông sản bằng cách:

Đến trễ. Cho dù quý vị có thể lỡ cơ hội chọn sản phẩm tươi nhất nhưng nhiều người bán hàng sẽ thà giảm giá phần hàng còn lại hơn là mang về. Không phải tất cả những người bán hàng đều sẵn sàng giảm giá vào phút chót như vậy nhưng cũng đáng để quý vị để ý và hỏi xem.

Mang theo tiền mặt và túi xách có thể tái sử dụng. Việc mua bán sẽ dễ dàng hơn nếu quý vị có sẵn tiền lẻ. Thêm vào đó, quý vị sẽ cần các túi xách chắc chắn để mang đồ về.

Trò chuyện với người bán hàng. Những người bán hàng thường thích nói chuyện về các sản phẩm trái cây, rau củ, mứt và thạch quả của họ. Hãy hỏi để biết mẹo về cách chọn mua và cất giữ sản phẩm của họ. Họ cũng có thể hướng dẫn cho quý vị các công thức nấu ăn.

Nguồn thông tin tham khảo: Academy of Nutrition and Dietetics

Tôi cần làm gì để sử dụng thẻ EBT CalFresh của tôi tại chợ nông sản?

Thẻ EBT cho phép quý vị sử dụng quyền lợi CalFresh tại một số chợ nông sản trong quận. Cách sử dụng như sau:

1. Đến quầy thông tin và nói cho người quản lý chợ biết số tiền CalFresh mà quý vị dự định chi tiêu tại chợ.

2. Người quản lý chợ sẽ quẹt thẻ EBT CalFresh của quý vị và phát các đồng CalFresh/Market Match để quý vị sử dụng giống như tiêu tiền mặt.

3. Sử dụng các đồng CalFresh/Market Match để mua thực phẩm tại chợ nông sản.

Nhân đôi tiền của quý vị với Market Match! Tại các chợ nông sản tham gia chương trình, quý vị có thể nhân đôi tiền chi tiêu của mình bằng cách nhận miễn phí các đồng Market Match đến tối đa 10$ mỗi ngày.

ĐỂ BIẾT THÊM *về các chương trình CalFresh EBT và Market Match cũng như để tìm các chợ nông sản đang tham gia, hãy truy cập* ***www.sccgov.org/sites/phd*** *và rê chuột qua mục "Health Information" (Thông Tin Y Tế). Sau đó nhấp chuột vào tựa đề "Healthy Eating and Active Living" (Ăn Uống Lành Mạnh và Sống Năng Động).*

Hãy tận dụng các buổi khám sức khỏe tổng quát miễn phí của Medicare

Có thể quý vị chưa biết rằng quý vị có thể được khám sức khỏe tổng quát hàng năm miễn phí. Việc thường xuyên đến khám với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính (PCP) là hết sức quan trọng để giữ gìn sức khỏe của quý vị.

Khám sức khỏe tổng quát là gì?

Các buổi khám này cho phép bác sĩ PCP đảm bảo sức khỏe của quý vị đồng thời phát hiện ra và điều trị các vấn đề sức khỏe mới sớm nhất có thể.

Buổi khám bao gồm những gì?

- Quý vị sẽ điền vào một bảng câu hỏi để giúp bác sĩ đánh giá sức khỏe.
- Bác sĩ PCP sẽ đo chiều cao, trọng lượng và huyết áp của quý vị.
- Bác sĩ cũng sẽ kiểm tra xem quý vị có vấn đề gì về trí nhớ hay khả năng suy nghĩ hay không.
- Quý vị sẽ cùng bác sĩ xem qua tiền sử sức khỏe của quý vị và trao đổi về các yếu tố rủi ro hay lựa chọn điều trị đối với bất kỳ bệnh trạng hiện có nào.
- Cùng nhau, quý vị và PCP sẽ tạo một kế hoạch chăm sóc sức khỏe bao gồm những ưu tiên của quý vị. Kế hoạch này có thể khuyến nghị các kiểm tra tầm soát, vắc-xin hay thuốc mới cho quý vị. Quý vị có thể phải trả thêm phí nếu cần xét nghiệm hay thủ thuật không được SCFHP bao trả.

Tôi nên chuẩn bị như thế nào?

1. Mang theo bất kỳ thông tin y tế nào có liên quan; ví dụ như hồ sơ chích ngừa và các loại thuốc theo toa hiện đang dùng.
2. Biết tiền sử y tế của gia đình mình. Nhà cung cấp dịch vụ sẽ sử dụng thông tin này khi đề nghị các xét nghiệm hay thủ thuật khám sức khỏe khác.
3. Lập danh sách ghi tất cả những gì quý vị muốn trao đổi. Ví dụ, quý vị có muốn hoạch định các phương pháp chăm sóc sẽ được cung cấp trong trường hợp quý vị mất khả năng tự nói lên ý muốn của mình không? (Điều này được gọi là giấy chỉ thị trước.)

Quý vị đã sẵn sàng chưa?

Hãy lên lịch hẹn cho buổi khám tổng quát hàng năm tới. Điều này sẽ giúp bảo vệ sức khỏe đồng thời tận dụng các quyền lợi bảo hiểm của quý vị.

Nguồn tham khảo: Centers for Medicare & Medicaid Services; U.S. Department of Health and Human Services; HealthinAging.org

Cần được giúp đỡ bằng ngôn ngữ mẹ đẻ?

Nếu quý vị cảm thấy thoải mái hơn khi được trao đổi bằng một ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh thì Santa Clara Family Health Plan có thể giúp quý vị. Cho dù quý vị đang liên lạc với SCFHP hoặc đến khám bác sĩ, chúng tôi luôn có sẵn các thông dịch viên.

Hiểu rõ các quyền của mình

- Quý vị có thể nhận dịch vụ thông dịch trực tiếp hay qua điện thoại và không phải trả phí cho dịch vụ này. Dịch vụ thông dịch gồm cả Ngôn Ngữ Ký Hiệu.
- Thông dịch viên có sẵn 24/24 khi quý vị cần đến khám bác sĩ.
- Quý vị có thể yêu cầu nhận được các tài liệu của SCFHP bằng tiếng Anh, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Trung Giản Thể, tiếng Tagalog và tiếng Việt.

Làm thế nào để tôi có một thông dịch viên?

Hãy nói với văn phòng bác sĩ là quý vị cần thông dịch viên. Quý vị có thể làm việc này khi gọi điện thoại để đặt lịch hẹn cho lần khám sắp tới. Quý vị cũng có thể yêu cầu chúng tôi cung cấp thông dịch viên hay các tài liệu phiên dịch.

***GỌI DỊCH VỤ KHÁCH HÀNG** tại số **1-877-723-4795**. Người sử dụng TTY nên gọi số **1-800-735-2929** hoặc **711**.*

SCFHP đã được chứng nhận bởi NCQA!

ỦY BAN QUỐC GIA VỀ BẢO HÀNH CHẤT LƯỢNG (NATIONAL COMMITTEE FOR QUALITY ASSURANCE, HAY NCQA) LÀ GÌ?

NCQA là một tổ chức tư nhân phi lợi nhuận có sứ mệnh cải thiện chất lượng dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

DẤU CHỨNG NHẬN CỦA NCQA CÓ NGHĨA LÀ GÌ?

SCFHP được xếp vào tình trạng *được chứng nhận* vì có chất lượng dịch vụ và chất lượng lâm sàng đáp ứng mọi yêu cầu cơ bản của các tiêu chuẩn nghiêm ngặt của NCQA đối với việc bảo vệ người tiêu dùng và cải thiện chất lượng.

Điều này nghĩa là chúng tôi cung cấp dịch vụ có chất lượng đáp ứng với các tiêu chuẩn nghiêm ngặt của NCQA!

TẠI SAO CÁC TÀI LIỆU CỦA SCFHP CÓ DẤU CHỨNG NHẬN NÀY?

Chúng tôi rất tự hào về các dịch vụ chất lượng được cung cấp cho quý vị! Chúng tôi sẽ in dấu chứng nhận này trên các tài liệu của chúng tôi để luôn nhắc nhở về cam kết của chúng tôi đối với quý vị và sức khỏe của quý vị.

CUỘC SỐNG LÀNH MẠNH

Cal MediConnect Plan
(Chương Trình Medicare-Medicaid)

MÙA HÈ NĂM 2019

Các thông tin trong CUỘC SỐNG LÀNH MẠNH là do nhiều chuyên gia y khoa cung cấp. Nếu quý vị có lo ngại hay thắc mắc về một vấn đề cụ thể có thể ảnh hưởng tới sức khỏe của quý vị, vui lòng liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Người mẫu có thể được sử dụng trong các hình chụp và hình minh họa.

2019 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.

H7890_14115V Accepted

Chương Trình Cal MediConnect của Santa Clara Family Health Plan (Chương Trình Medicare-Medicaid) là một chương trình bảo hiểm sức khỏe đã ký hợp đồng với Medicare và Medi-Cal để cung cấp quyền lợi của cả hai chương trình đó cho những người ghi danh.

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**

Santa Clara Family Health Plan™

Phân Biệt Đối Xử là Vi Phạm Pháp Luật

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) tuân thủ luật dân quyền hiện hành của Liên bang và không phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính. SCFHP không loại trừ mọi người hoặc đối xử với họ khác biệt vì chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính.

SCFHP:

- Cung cấp dịch vụ hỗ trợ miễn phí cho những người khuyết tật để giao tiếp với chúng tôi có hiệu quả, như:
  - Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ năng lực
  - Thông tin bằng văn bản ở các định dạng khác (chữ in lớn, âm thanh, định dạng điện tử có thể tiếp cận, các định dạng khác)

- Cung cấp miễn phí các dịch vụ ngôn ngữ cho những người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, như:
  - Thông dịch viên đủ năng lực
  - Thông tin được trình bày bằng ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần các dịch vụ này, hãy liên hệ Dịch Vụ Khách Hàng theo số điện thoại 1-877-723-4795, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Những người sử dụng TTY/TDD gọi số 1-800-735-2929 hoặc 711.

Nếu bạn tin rằng SCFHP không cung cấp những dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử theo cách khác dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính, bạn có thể nộp đơn khiếu nại với:

Attn: Appeals and Grievances Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119
Điện thoại: 1-877-723-4795
TTY/TDD: 1-800-735-2929 hoặc 711
Fax: 1-408-874-1962
Email: CalMediConnectGrievances@scfhp.com

Bạn có thể trực tiếp nộp đơn khiếu nại hoặc gửi qua đường bưu điện, chuyển fax, hoặc email. Nếu quý vị cần hỗ trợ nộp đơn khiếu nại, người đại diện Dịch Vụ Khách Hàng luôn sẵn sàng giúp quý vị.

Bạn cũng có thể nộp đơn khiếu nại về dân quyền lên U.S. Department of Health and Human Services (Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ), Office for Civil Rights (Văn Phòng Dân Quyền) bằng hình thức điện tử qua Office for Civil Rights Complaint Portal, có trên trang https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf, hoặc qua đường bưu điện hoặc bằng điện thoại tại:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
Điện thoại: 1-800-368-1019
TDD: 1-800-537-7697

Các mẫu khiếu nại có trên trang http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

Santa Clara Family Health Plan™

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 8 시부터 오후 8 시사이에 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: Զանգահարեք 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: Զանգն 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 دسترستان هستند. از طریق شماره 1-877-723-4795 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, hnub 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 ਮੁਫ਼ਤ 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 ਮੁਫ਼ਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

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

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): เรียน: 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): ប្រមយកចិត្តទុកដាក់៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ សេវាជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនលោកអ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។ សេវាផ្នែកទំនាក់ទំនងអតិថិជនតាមលេខ 1 877 723 4795 អាចរកបាន ពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់សុក្រ ម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ 8ល្ងាច។ អ្នកប្រើ TTY/TDD គួរតែទូរស័ព្ទមកលេខ 1 800 735 2929 ឬ 711 ។ ការហៅទូរស័ព្ទគឺឥតគិតថ្លៃ។

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