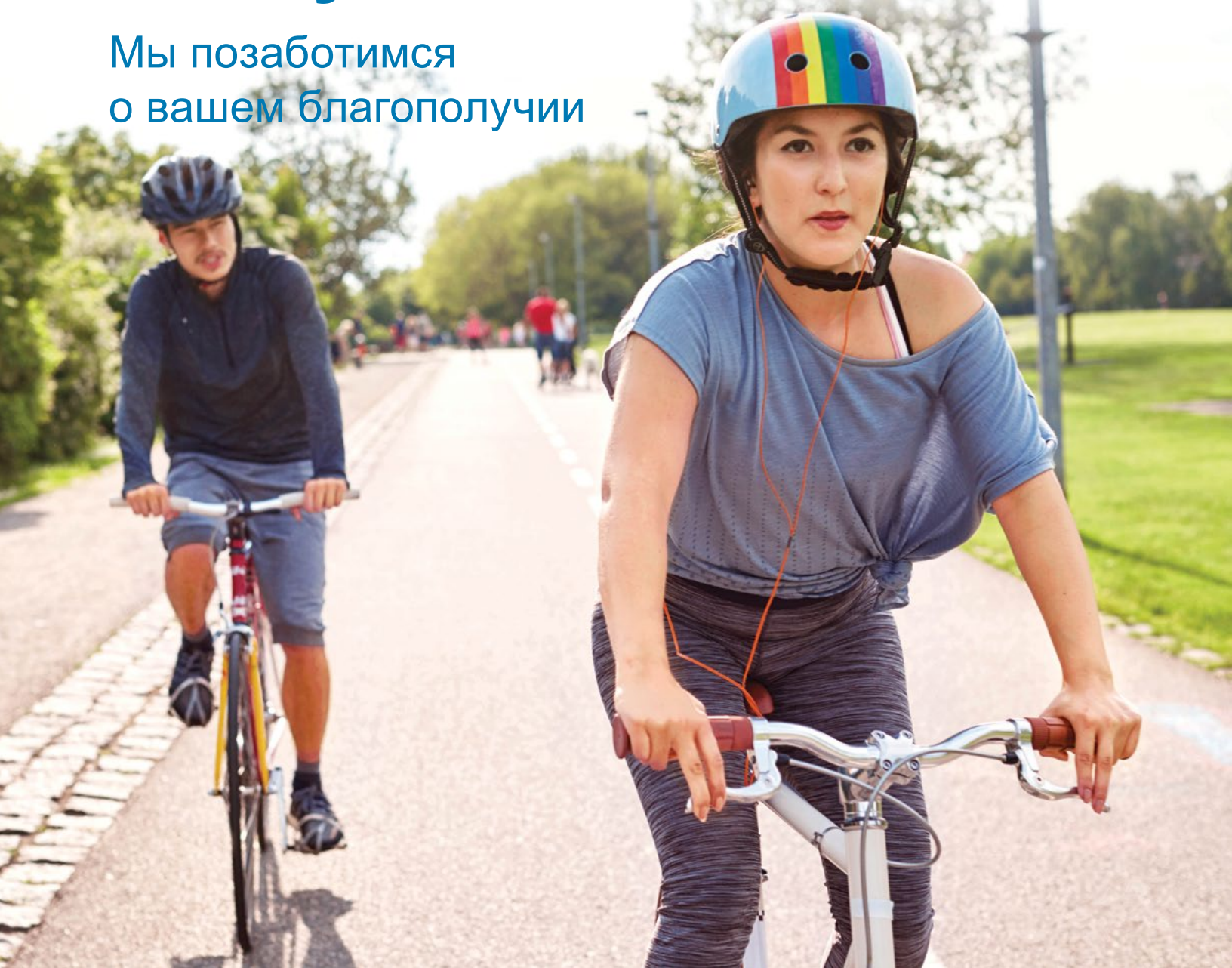


Получите доступ к необходимому медицинскому обслуживанию

Мы позаботимся
о вашем благополучии



kp.org/openenrollment/nw (на английском языке)



Все страховые планы предлагаются и обеспечиваются организацией Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest.
500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232

Выбирайте то, что сделает вашу жизнь лучше

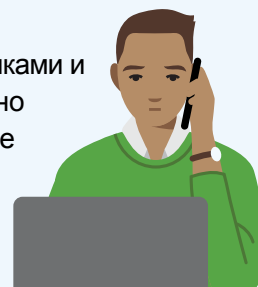
Мы позаботимся о вашем здоровье, каковы бы ни были ваши потребности. Подход Kaiser Permanente — это быстрое и доступное обслуживание, услуги целой команды медицинских специалистов, множество способов получить помощь и забота обо всех аспектах вашего здоровья. Это персонализированное обслуживание с учетом вашего образа жизни.

ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Индивидуальный подход к обслуживанию	3
Удобные способы получения нужных услуг.....	4
Высококачественная медицинская помощь	5
Специализированное медицинское обслуживание, когда оно вам необходимо	6
Комфортное начало использования плана	7
Переходный период для новых участников.....	8
Максимальное использование доступных услуг	9
Экономия на товарах и услугах для здорового образа жизни	10
Куда обращаться для получения медицинского обслуживания .	11–12
Забота о благополучии сообщества.....	13

Хотите узнать больше? Мы всегда готовы помочь.

Специалист Kaiser Permanente по работе с потенциальными участниками и регистрации ответит на ваши вопросы, например о том, где можно получить медицинское обслуживание и что включено в страховое покрытие. Звоните по номеру **1-800-514-0985 (TTY 711)** с понедельника по пятницу с 7:00 до 18:00 по тихоокеанскому времени.



Индивидуальный подход к обслуживанию

Компания Kaiser Permanente не обслуживает всех по одному шаблону. Команды наших специалистов под руководством врачей помогут получить именно то обслуживание, которое вам необходимо. Специалисты, которые занимаются вашим здоровьем, являются частью одной сети, что позволяет легче обмениваться информацией, изучать ваш анамнез и предоставлять высококачественное и персонализированное медицинское обслуживание — в нужном месте и в нужное время.

Забота о здоровье, ориентированная на ваши потребности

Мы считаем, что ваш жизненный опыт, культура и ценности так же важны, как и история перенесенных вами заболеваний. Мы принимаем описанные ниже меры, чтобы предоставлять услуги с учетом вашей культуры, этнической принадлежности и образа жизни.

- Нанимаем врачей и персонал, которые владеют несколькими языками.
- Предоставляем услуги переводчиков для телефонных разговоров более чем на 150 языках.
- Улучшаем показатели здоровья в разнообразных группах населения по таким заболеваниям, как гипертония, диабет и рак толстой кишки*.

Координация медицинского обслуживания с помощью электронной медицинской карты



Предоставьте свою историю болезни и сообщайте обо всех проблемах со здоровьем своему личному врачу.



Лечащий врач поможет организовать ваше лечение, чтобы вам не пришлось переживать о том, куда обратиться или кому еще позвонить.



В будущем у специалистов, занимающихся вашим лечением, будет полная информация о состоянии вашего здоровья — вам не придется пересказывать историю болезни.



Обслуживающий вас медицинский персонал имеет доступ к данным о вашем здоровье, благодаря чему знает о ваших потребностях и напоминает о плановых осмотрах и анализах. Кроме того, вы в любое время можете просматривать свою медицинскую карту.

* Компания Kaiser Permanente улучшила контроль артериального давления у участников-афроамериканцев с гипертензией, увеличила количество профилактических обследований на предмет выявления рака толстой и прямой кишки среди латиноамериканцев и улучшила контроль уровня сахара в крови у участников с диабетом. Информация о расовой и этнической принадлежности, предоставленная на добровольной основе, хранится в системе Kaiser Permanente HealthConnect®. Показатели HEDIS® обновляются каждый квартал межрегиональным бюро CORE Datamart.

Удобные способы получения нужных услуг

У вас есть больше способов получить качественную медицинскую помощь, чем когда-либо ранее, поэтому вы сможете без труда поддерживать здоровье.



НОВИНКА! Помощь в любой момент

Медицинские специалисты Kaiser Permanente доступны круглосуточно и без выходных. Если вам нужна неотложная помощь, можно без предварительной записи воспользоваться услугой телефонной или видеоконсультации по запросу^{1,2,3}.



Телефонные и видеоконсультации по записи

Планируйте личные видео- или телефонные консультации с медицинскими специалистами Kaiser Permanente или любыми другими специалистами, к которым вас направили^{1,2,3}.



Личный прием

Многие наши учреждения, в том числе клиники прямого доступа Care Essentials от Kaiser Permanente предоставляют услуги в тот же день, с записью на следующий день, после окончания рабочего дня и в выходные^{3,4}.



Обращение по электронной почте

Напишите своему врачу из Kaiser Permanente, если у вас возникли несрочные вопросы. Как правило, ответ приходит в течение 2 рабочих дней.



Доставка лекарств по рецепту

Используйте приложение Kaiser Permanente, чтобы заказывать большую часть лекарств по рецепту с доставкой или самовывозом в тот же день. Большинство участников получают трехмесячный запас лекарств по цене двухмесячного и бесплатную доставку⁵.



Круглосуточные консультации

Получайте поддержку с помощью круглосуточных консультаций по телефону.

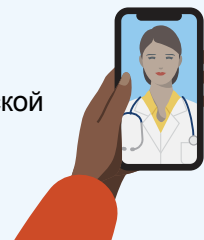


Онлайн-консультация

Заполните онлайн-анкету и через несколько часов получите план лечения, при необходимости с рецептами⁶.

Большинство страховых планов покрывают услуги телемедицины без дополнительной платы⁷

В течение многих лет мы используем возможности телемедицины, которая облегчает нашим участникам виртуальный доступ к медицинской помощи во время пандемии. В 2020 г. участники наших планов осуществили на 15 млн взаимодействий для получения медицинского обслуживания больше, чем в 2019 г.⁸



¹ Когда это уместно и возможно.

² Чтобы получить видеоконсультацию, участникам нужно зарегистрироваться на сайте kp.org (на английском языке) и иметь компьютер или мобильное устройство с камерой. За пределами штата телефонные и видеоконсультации могут быть недоступны, если законодательство штата запрещает врачам оказывать услуги вне его границ.

В разных штатах действуют различные законы.

³ Эти возможности доступны, если вы получаете медицинское обслуживание в учреждениях Kaiser Permanente.

⁴ В случае пандемии некоторые учреждения могут быть закрыты. Также могут быть ограничены время работы и перечень предоставляемых услуг.

⁵ Доступно для заказа большинства лекарств по рецепту; возможны дополнительные сборы. Для получения дополнительной информации обратитесь в аптеку. Чтобы использовать приложение Kaiser Permanente, вы должны быть участником плана Kaiser Permanente и зарегистрированы на сайте kp.org.

⁶ На услуги или товары, заказанные во время онлайн-консультации, распространяются соответствующие правила участия в оплате.

⁷ В планах медицинского страхования с высокой франшизой для видео- и телефонных консультаций может быть предусмотрена доплата или доля стоимости.

⁸ Аналитические данные о телемедицине Kaiser Permanente.

Высококачественная медицинская помощь

Если ваше здоровье требует серьезного внимания, наша команда профильных специалистов позаботится о вас.

В 2020 г. компания Kaiser Permanente стала лучшей в стране по **34 показателям эффективности медицинского обслуживания**. Ближайший конкурент в стране заслужил первенство лишь по 17 показателям¹.



Комплексный подход к медицинскому обслуживанию

Наши многопрофильные медицинские объединения являются одними из крупнейших в стране², поэтому мы сможем направить вас к нужному специалисту, который разработает для вас индивидуальный план лечения. Чтобы узнать, как наши специалисты вместе работают в единой системе, посетите страницу kp.org/specialtycare (на английском языке).

Поддержка при хронических заболеваниях

Если у вас есть такое заболевание, как диабет или болезнь сердечно-сосудистой системы, вы будете автоматически зарегистрированы в программе контроля заболевания, которая предусматривает индивидуальные консультации и поддержку. Используя комплексный подход на основе зарекомендовавших себя методов и современных технологий, мы обеспечим вам обслуживание, которое позволит вам продолжать жить полной жизнью.

¹ Показатели HEDIS® компании Kaiser Permanente в 2020 г. Критерии были предоставлены программой Quality Compass® от National Committee for Quality Assurance (Национальный комитет по обеспечению качества, NCQA) и включают все направления деятельности. Общая оценка по регионам всех учреждений Kaiser Permanente была предоставлена отделом качества медицинского обслуживания и услуг Kaiser Permanente. В данной публикации содержится информация, собранная программой Quality Compass 2020; информация использована с разрешения NCQA. Программа Quality Compass 2020 включает определенные данные CAHPS. Любая презентация, анализ, интерпретация данных или заключение на основании этих данных принадлежат исключительно авторам, и NCQA не несет ответственности за такую презентацию, анализ, интерпретацию или заключение. Quality Compass® и HEDIS® являются зарегистрированными товарными знаками NCQA. CAHPS® является зарегистрированным товарным знаком Agency for Healthcare Research and Quality (Агентство исследований и качества в сфере здравоохранения).

² 50 Largest US Medical Group Parents, Becker's Hospital Review, 13 марта 2018 г., beckershospitalreview.com/rankings-and-ratings/50-largest-u-s-medical-group-parents.html.

Специализированное медицинское обслуживание, когда оно вам необходимо

Каковы бы ни были ваши потребности — психологическая и психиатрическая помощь, ведение беременности и уход за ребенком, лечение рака, поддержание здоровья сердца и т. д., — вы получите доступ к квалифицированной врачебной помощи, современным технологиям и доказательной медицине, которые помогут вам выздороветь.



Высочайший уровень отделения кардиологии

С 2009 г. отделение кардиологии и сосудистой хирургии медицинского центра Kaiser Permanente Sunnyside получает наивысшие оценки Society of Thoracic Surgeons (Общество торакальных хирургов) по результатам хирургических операций на сердце у взрослых. Дополнительные сведения см. на странице kp.org/cardiac/nw (на английском языке).



Лечение онкологических заболеваний с привлечением специалистов разного профиля

О наших пациентах заботятся лучшие умы медицины. Наши врачи обучались в ведущих медицинских школах и университетах, и они с сочувствием относятся к больным. Поэтому не удивительно, что программа Thoracic Surgery Program медицинского центра Kaiser Permanente Sunnyside получила в рейтинге Society of Thoracic Surgeons наивысшие в стране оценки в сфере оперирования рака легких и медицинского обслуживания пациентов*. Более подробные сведения см. на странице kp.org/cancer/nw (на английском языке).



Комплексное обслуживание семей с детьми и ожидающих ребенка

Ведение беременности, родов и ребенка в Kaiser Permanente означает, что вам будет помогать целая команда врачей, акушеров, медсестер, консультантов по грудному вскармливанию и педиатров. Мы будем заботиться о вас на каждом этапе: от первого посещения врача во время беременности до планового приема педиатра и в дальнейшем. Дополнительные сведения приведены на странице kp.org/maternity/nw (на английском языке).



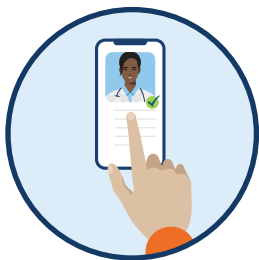
Поддержание психического здоровья и лечение зависимостей

Тело и разум связаны, мысли и чувства оказывают сильное влияние на ваше общее состояние. Мы хотим помочь вам оставаться духовно, физически и эмоционально здоровым человеком. Перейдите на страницу kp.org/selfcare (на английском языке), чтобы получить доступ к бесплатным средствам самопомощи и советам по поддержанию эмоционального равновесия, пройти самостоятельное тестирование или обратиться непосредственно за медицинской помощью. Перейдите на страницу kp.org/addiction/nw (на английском языке), чтобы узнать больше о нашей эффективной программе лечения зависимостей.

* Society of Thoracic Surgeons: publicreporting.sts.org/gtsd?title=&field_state_value=All&order=field_overall_composite_score&sort=desc

Комфортное начало использования плана

Смена страхового плана может показаться непростым делом, но Kaiser Permanente помогает новым участникам успешно пройти все этапы. Вы сможете без проблем получить все необходимое обслуживание.



Изучите профили, чтобы выбрать самого подходящего врача

Профили врачей доступны онлайн, поэтому можно выбирать из множества специалистов и учреждений в вашем регионе, еще до того как вы станете участником плана. Благодаря этому, присоединяясь к плану, вы будете знать, что уже нашли врача, который подходит для ваших потребностей.



Перенос медицинского обслуживания

Легко переносите рецепты и записывайтесь на прием к врачу, который находится близко к вашему дому, месту работы или учебы. Мы стремимся оказывать необходимую поддержку в достижении целей в отношении здоровья.

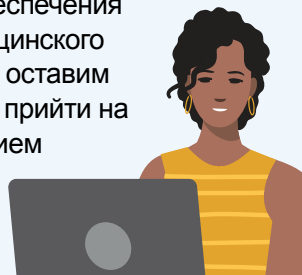


Используйте возможности Интернета для получения медицинских услуг

После регистрации создайте учетную запись на сайте **kp.org** или скачайте приложение Kaiser Permanente*. Это позволит вам управлять доступными услугами в любое время и в любом месте.

Пользоваться медицинским обслуживанием не должно быть сложно

Если вы не знаете, чем план организации медицинского обеспечения (Health Maintenance Organization, HMO) отличается от медицинского сберегательного счета (Health Savings Account, HSA), мы не оставим вас один на один с проблемой. Не переживайте! Мы готовы прийти на помощь и уточнить все нюансы, связанные с предоставлением медицинских услуг. Базовые сведения по этой теме можно получить на странице **healthy.kaiserpermanente.org/learn** (на английском языке).



* Чтобы пользоваться приложением Kaiser Permanente, вы должны быть участником плана Kaiser Permanente и зарегистрироваться на сайте **kp.org**.

Переходный период для новых участников

Наша цель — помочь определить ваши индивидуальные потребности и направить вас к подходящим врачам, специалистам, а также предоставить вам нужные лекарства по рецепту, чтобы обеспечить вам непрерывное обслуживание.

Ниже описаны типы медицинского обслуживания, которое помогает организовать наша служба помощи для новых участников.

	Стандартное медицинское обслуживание	• Выбор врача • Назначение планового приема • Перенос рецептов Это также круглосуточно можно сделать самостоятельно на сайте kp.org.
	Медицинские услуги для родителей и детей	• Выбор педиатра или врача семейной медицины • Перенос медицинской карты и истории болезни • Перенос рецептов • Составление плана вакцинации
	Специализированное медицинское обслуживание	• Направление к специалистам, таким как онколог, невролог и дерматолог • Направление к специалистам по психическому здоровью • Выбор акушера-гинеколога и педиатра • Определение потребностей в медицинском оборудовании длительного пользования
	Комплексное медицинское обслуживание	• Направление в учреждения специализированного медицинского обслуживания в связи с такими заболеваниями, как рак и болезни почек, а также в связи с операциями (до и после них) и трансплантацией • Направление в аптеку для получения специализированных лекарств по рецепту

Если вам нужна помощь, звоните **1-888-491-1124 (TTY 711)** с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00.



Максимальное использование доступных услуг

Забота о здоровье не ограничивается кабинетом врача. Оцените преимущества комплексного медицинского обслуживания, открыв для себя целый ряд удобных возможностей и дополнительных услуг, доступных участникам¹. Многие из этих услуг не требуют дополнительной платы.



Приложение Kaiser Permanente

Управляйте своим медицинским обслуживанием в любое время: записывайтесь на прием, обращайтесь к своему врачу с несрочными вопросами по электронной почте, заказывайте повторное получение для большинства лекарств по рецепту, просматривайте результаты большинства анализов, оплачивайте счета, читайте комментарии врача и т. п.²



Скидки на членские взносы в фитнес-клубах

Поддерживайте активный образ жизни, занимаясь в местных фитнес-центрах, а также получите доступ к тысячам видеозаписей тренировок в цифровом формате. Дополнительные сведения вы найдете на странице kp.org/choosehealthy (на английском языке).



Программы для здорового образа жизни

Запишитесь в одну из программ для здорового образа жизни, которые помогут вам сбросить вес, бросить курить, уменьшить стресс и т. д., — без дополнительной оплаты. Дополнительные сведения вы найдете на странице kp.org/healthylifestyles (на английском языке).



Личный инструктор по вопросам оздоровления

Получите помощь в достижении целей, связанных со здоровьем, консультируясь по телефону с личным инструктором по вопросам оздоровления. Дополнительные сведения вы найдете на странице kp.org/wellnesscoach (на английском языке).

Дополнительные услуги для заботы обо всех аспектах вашего здоровья³



Для взрослых участников доступны занятия медитацией и другие практики осознанности, помогающие достичь психической устойчивости, снизить уровень стресса и улучшить качество сна.



Взрослые участники могут устанавливать целевые показатели психического здоровья, отслеживать свой прогресс и получать поддержку в борьбе с депрессией, тревожными состояниями и другим расстройствами.

CLASSPASS

Выбирайте из тысяч видеотренировок, доступных по запросу, и получайте скидки на занятия с личным присутствием и онлайн-занятия в прямом эфире.

¹ Эти услуги не покрываются вашим планом медицинского страхования и не подпадают под действие условий, описанных в *Evidence of Coverage* (Справочник участника плана) и других связанных с планом документах. Предоставление этих услуг может быть прекращено в любое время без уведомления.

² Эти возможности доступны в отношении медицинского обслуживания, получаемого в учреждениях Kaiser Permanente. Чтобы использовать приложение Kaiser Permanente, вы должны быть участником плана Kaiser Permanente и зарегистрироваться на сайте kp.org.

³ Доступно только участникам страховых планов Kaiser Permanente, имеющим страховое покрытие медицинского обслуживания; myStrength® является товарным знаком Livongo Health, Inc., дочерней компании в полной собственности Teladoc Health, Inc.

Экономия на товарах и услугах для здорового образа жизни

Kaiser Permanente дает возможность со скидкой пользоваться онлайн-инструментами, посещать обучающие курсы, программы и занятия, которые помогут вам оставаться счастливыми и здоровыми. Дополнительные сведения см. на сайте kp.org/memberdiscounts (на английском языке).



Программа CHP Active and Healthy

Эта программа поможет вам и вашей семье платить меньше за любимые занятия, которые доставляют вам удовольствие, способствуют оздоровлению и снижают стресс. Изучите приведенный ниже список и ознакомьтесь с дополнительной информацией на странице chpactiveandhealthy.com.

Занятия на свежем воздухе и активный отдых

Сэкономьте на посещении спортзала для скалолазания, школах на свежем воздухе, рыбалке под руководством инструктора, прокате лыж и других мероприятиях, которые заставят вас вести активный образ жизни.

Искусство и культура

Получите скидки на посещение местных музеев, садов, художественных галерей и театральных студий. Вы также можете заниматься музыкой и ходить в кино по сниженной цене.

Физические упражнения

Вы можете сэкономить на членских взносах и стоимости услуг: предлагаются занятия в тренировочных лагерях, секциях боевых искусств, оздоровительных и фитнес-клубах, бассейнах и танцевальных студиях, а также занятия с личным тренером.

Правильное питание

Вы сможете получить скидки на уроки по кулинарии, пищевые добавки, услуги коррекции веса, садовые принадлежности и т. д.



Услуги нетрадиционной медицины и мануальной терапии

Участники получают скидки на услуги натуропатии, иглоукалывания, мануальной терапии, массажа и других нетрадиционных методов лечения, предоставляемые поставщиками сети The CHP Group. Чтобы получить дополнительную информацию и выбрать поставщика услуг, посетите сайт chpgroup.com.



Программа ChooseHealthy®

Программа ChooseHealthy — ваш проводник на пути к здоровью. Это онлайн-ресурс для получения информации о здоровье, доступа к инструментам для здорового образа жизни и фитнеса, а также скидкам на продукты для здоровья. Программа предлагается бесплатно. Дополнительные сведения вы найдете на странице kp.org/choosehealthy (на английском языке).

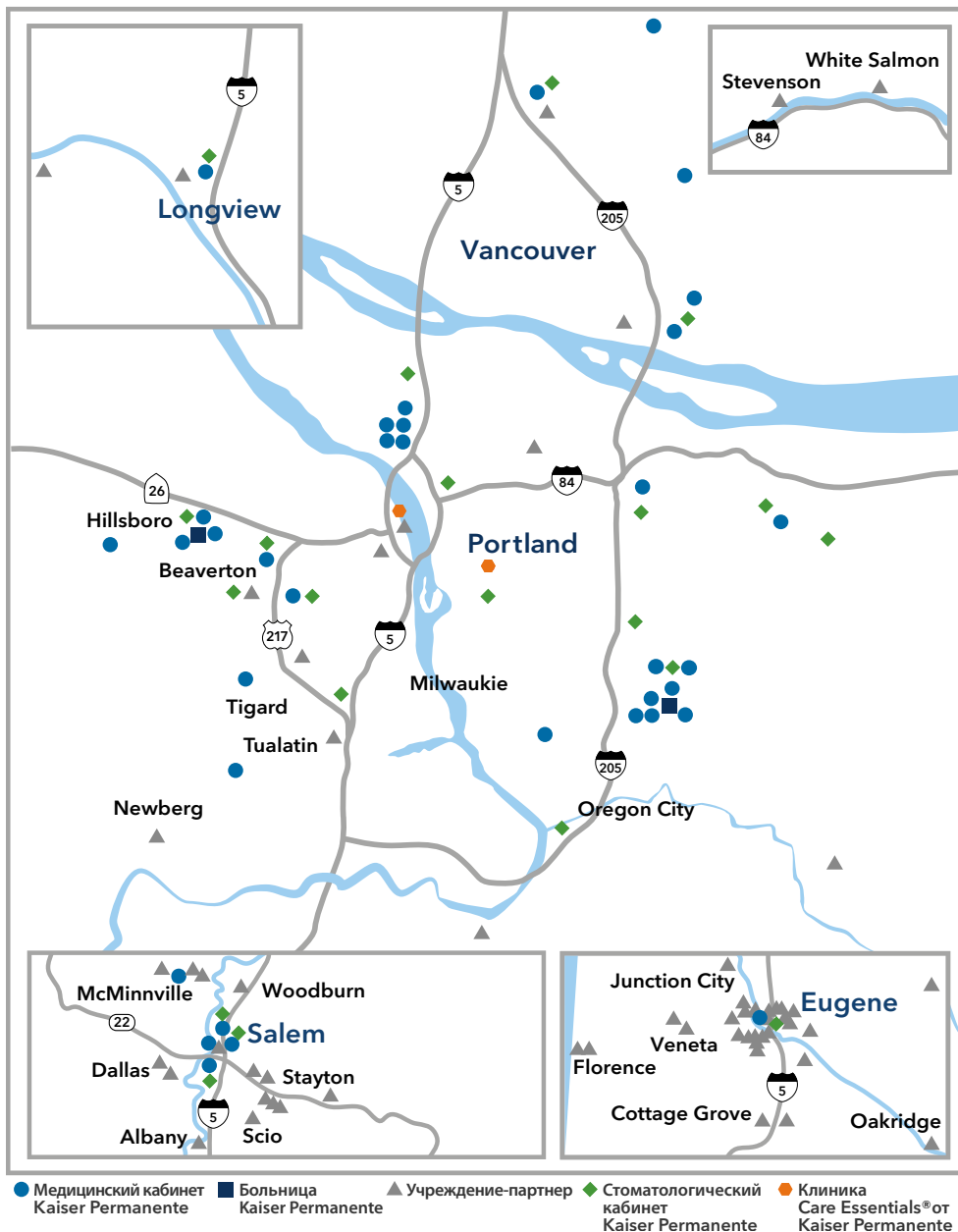
- Планируйте меню на месяц при помощи планов питания согласно своим вкусам, уровню спортивной подготовки и целевому весу.
- Получайте персональный тренировочный курс для улучшения работы сердца и укрепления мышц на основе целевых показателей физической подготовки.
- Экономьте деньги на членских и первоначальных взносах в более чем 100 фитнес-клубах, студиях йоги и спортивных центрах от Лонгвью (Вашингтон) до Юджина (Орегон).

Эти товары и услуги предоставляются не Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW), а сторонними организациями. Определенные страховые планы KFHPNW включают покрытие некоторых таких предоставляемых со скидкой услуг. Подробные сведения см. в *Evidence of Coverage*. KFHPNW не несет ответственности за эти товары и услуги, предоставляемые со скидками. В случае возникновения проблем вы можете воспользоваться процедурой подачи и рассмотрения претензий, позвонив в отдел обслуживания участников по телефону 1-800-813-2000 (TTY: 711).

Куда обращаться для получения медицинского обслуживания в штате Орегон и юго-западной части штата Вашингтон

Мы оказываем высококачественную медицинскую помощь более чем 600 000 участников страховых планов в штате Орегон и юго-западной части штата Вашингтон. Наша зона обслуживания простирается от Юджина в штате Орегон до Лонгвью в штате Вашингтон и включает врачебные и стоматологические кабинеты, магазины оптики Vision Essentials by Kaiser Permanente, клиники неотложной медицинской помощи, больницы и клиники Care Essentials.

Кроме того, у нас есть партнерская сеть поставщиков медицинских услуг, которые оказывают стандартную, неотложную и экстренную медицинскую помощь.



Куда обращаться для получения медицинского обслуживания в штате Орегон и юго-западной части штата Вашингтон



Стоматология

Благодаря координируемому медицинскому и стоматологическому обслуживанию и его страховому покрытию от Kaiser Permanente вам может быть проще контролировать общее состояние своего здоровья. Наши опытные стоматологи, удобное расположение кабинетов и качество обслуживания помогут вам чаще улыбаться. Дополнительные сведения см. на странице kp.org/dental/nw (на английском языке).



Аптеки

В большинстве медицинских учреждений Kaiser Permanente есть аптеки. Кроме того, вы можете пользоваться услугами нашей службы почтовой доставки лекарств для получения большинства лекарств по рецепту.



visionessentials by KAISER PERMANENTE

Наши оптометристы, офтальмологи и оптики работают в рамках нашей интегрированной системы медицинского обслуживания и имеют возможность взаимодействовать с другими медицинскими специалистами и поставщиками услуг.

Дополнительные сведения вы найдете на странице kp2020.org/pacnw (на английском языке).



care essentials[®] by KAISER PERMANENTE

Care Essentials от Kaiser Permanente — это клиники прямого доступа, оказывающие стандартные и профилактические медицинские услуги как участникам страховых планов Kaiser Permanente, так и тем, кто в них не участвует.

- Лечение незначительных травм и заболеваний
- Профилактические услуги, включая медосмотры, вакцинацию, а также некоторые лабораторные анализы и диагностические процедуры

Более подробную информацию вы найдете на сайте careessentials.org (на английском языке).



Партнеры-поставщики медицинских услуг

Планы медицинского страхования Kaiser Permanente включают доступ к базовому и специализированному медицинскому обслуживанию, предоставляемому поставщиками услуг, которые являются нашими партнерами, включая клинику The Portland Clinic*.

* Недоступна в качестве поставщика медицинских услуг партнерской сети для участников, которые получают помощь по программе Medicaid или полную финансовую помощь в оплате медицинских услуг от Kaiser Permanente либо приехали из другого региона, обслуживаемого Kaiser Permanente.

Забота о благополучии сообщества

Kaiser Permanente реализует свою миссию и через инициативы, направленные на решение медицинских, социальных, экономических и экологических проблем, влияющих на здоровье людей. В этой работе участвует вся наша организация и весь регион: врачи, стоматологи, младший медицинский персонал, технические специалисты, координаторы и другие сотрудники, а также наши партнеры в населенных пунктах от Лонгвью (Вашингтон) до Юджина (Орегон).

В 2020 г. компания Kaiser Permanente выделила **более 166 млн \$** на проекты по улучшению всех аспектов здоровья участников наших планов и сообществ, которые мы обслуживаем*.

300

бездомных пожилых людей с проблемами со здоровьем предоставлено постоянное жилье.

10

местных некоммерческих организаций выбрано для предоставления грантов общей суммой 250,000 \$ на борьбу с системным расизмом.

500

санитарно-гигиенических наборов предоставлено местным жителям, пострадавшим от природных пожаров.

2,488

студентов приняли участие в программе Educational Theatre Program Kaiser Permanente.

3,250

часов общественно-полезных работ выполнено сотрудниками Kaiser Permanente Northwest.

166,226,224 \$

инвестировано в проекты по улучшению здоровья местного населения на Северо-Западе США.

* Kaiser Permanente Community Health Snapshot 2020, about.kaiserpermanente.org/content/dam/internet/kp/comms/community-health/northwest/KPNW-CH-Snapshot.pdf.

NONDISCRIMINATION NOTICE

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (Kaiser Health Plan) complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Kaiser Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. We also:

- Provide no cost aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats, such as large print, audio, and accessible electronic formats
- Provide no cost language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, call **1-800-813-2000** (TTY: **711**)

If you believe that Kaiser Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance by mail or phone at: Member Relations, Attention: Kaiser Civil Rights Coordinator, 500 NE Multnomah St. Ste 100, Portland, OR 97232, telephone number: 1-800-813-2000.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD). Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

HELP IN YOUR LANGUAGE

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

አማርኛ (Amharic) ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል፡ ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ **1-800-813-2000** (TTY: **711**)፡

العربية (Arabic) ملحوظة: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-813-2000** (TTY: **711**)፡

中文 (Chinese) 注意: 如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-800-813-2000** (TTY: **711**) 。

فارسی (Farsi) توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با **1-800-813-2000** (TTY: **711**) تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung.
Rufnummer: **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

日本語 (Japanese) 注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。**1-800-813-2000** (TTY: **711**) まで、お電話にてご連絡ください。

ខ្មែរ (Khmer) ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយ ភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសា ដោយមិនគិតថ្លៃ គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ **1-800-813-2000** (TTY: **711**)។

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-813-2000** (TTY: **711**) 번으로 전화해 주십시오.

ລາວ (Laotian) ໂປດຊາບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ 1-800-813-2000 (TTY: **711**).

Naabeehó (Navajo) Díí baa akó nínízin: Díí saad bee yáníłti'go Diné Bizaad, saad bee áká'ánída'áwo'déé', t'áá jiik'eh, éí ná hóló, koji' hódíílnih **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Afaan Oromoo (Oromo) XIYYEEFFANNAA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। **1-800-813-2000** (TTY: **711**) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Română (Romanian) ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Español (Spanish) ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tagalog (Tagalog) PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad.
Tumawag sa **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

ไทย (Thai) เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Українська (Ukrainian) УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tiếng Việt (Vietnamese) CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Мы поможем вам получить необходимое медицинское обслуживание

Надежный план медицинского страхования и доступ к качественному обслуживанию — залог уверенности в завтрашнем дне. С Kaiser Permanente можно получить и то, и другое.

Хотите узнать больше?

Поговорите с нашим специалистом по работе с потенциальными участниками и регистрации и получите информацию о специализированном обслуживании, дополнительных возможностях и по другим вопросам. Звоните по номеру **1-800-514-0985 (TTY 711)**, с понедельника по пятницу с 7:00 до 18:00 по тихоокеанскому времени (Pacific Time, PT).

Посетите страницу **kp.org/myhealthyplace** (на английском языке), чтобы узнать, как мы можем облегчить для вас доступ к медицинскому обслуживанию, на каком бы жизненном этапе вы ни находились.

Отдел обслуживания участников

1-800-813-2000 (английский язык)
1-800-324-8010 (услуги устного перевода)
711 (TTY)
С понедельника по пятницу с 8:00 до 18:00

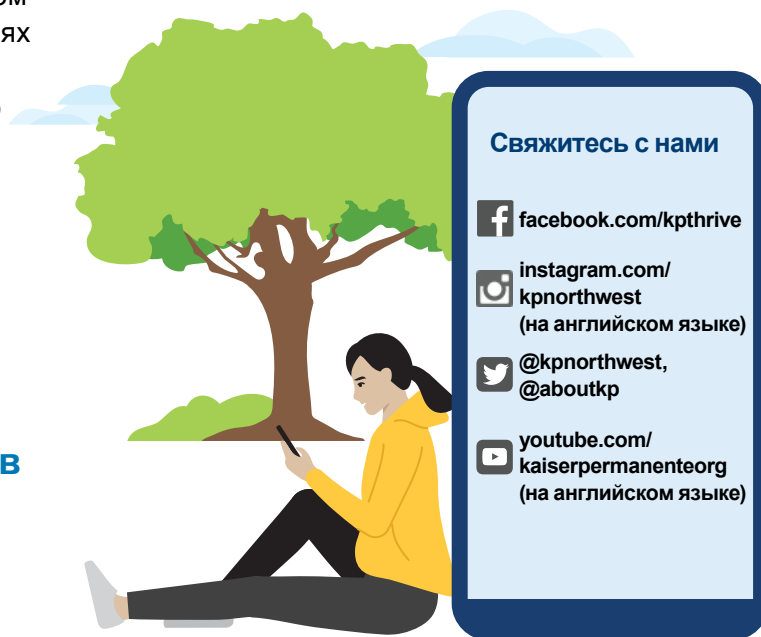
Служба помощи для новых участников

1-888-491-1124
С понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00

Услуги аптеки для новых участников

1-888-572-7231
С понедельника по пятницу с 8:00 до 18:00

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest
500 NE Multnomah St., Suite 100
Portland, OR 97232



Найдите ближайшее к вам учреждение на странице **kp.org/locations** (на английском языке).

Для получения более подробной информации о страховом покрытии планов Kaiser Permanente, их доступности и ограничениях посетите страницу **kp.org/disclosures** (на английском языке). (Выберите элемент Forms [Бланки], а затем — Related links [Связанные ссылки].)

kp.org/openenrollment/nw (на английском языке)

 **KAISER PERMANENTE®**