

Cuidado para todo lo que es usted



Escanee el código QR o visite kp.org/calpers
(en inglés) para obtener más información.

Reciba atención médica diseñada para usted

Cuidado que le ayuda con...

Chequeos de rutina, tratamientos complejos y preguntas nocturnas

Opciones para aumentar la fuerza, reducir el estrés y cuidar a una familia

Nuevos objetivos, viejos hábitos y bienestar mental continuo

No importa cuál sea su prioridad, la nuestra es brindarle una excelente atención: cuando se sienta bien, cuando necesite ayuda y en todo momento.



Encuentre su versión más saludable

Le ayudamos a alcanzar un estado saludable, siempre. La atención en Kaiser Permanente es más fácil y rápida gracias a los profesionales de la salud conectados, a otras maneras de recibir atención y al apoyo a su salud integral. Le damos la bienvenida al cuidado para todo lo que es usted.

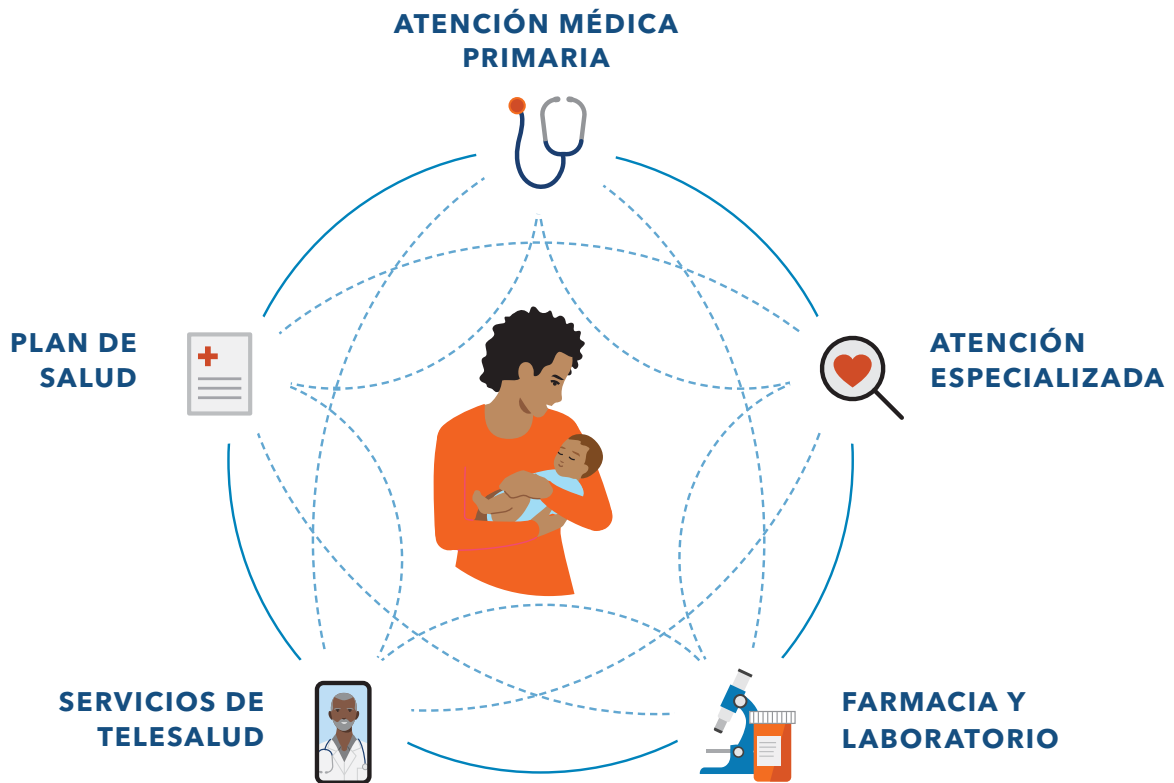
Obtenga más información sobre los siguientes temas:

Un servicio diseñado para facilitarle la vida	4
Atención enfocada en usted	5
Maneras convenientes de obtener atención	6
Calidad clínica destacada en el sector.....	7
Cómo aprovechar su membresía al máximo.....	8
Atención dondequiera que esté	9
Su CalPERS Basic Plan y Kaiser Permanente Senior Advantage (HMO).....	10

¿Necesita hablar con alguien? Estamos aquí para ayudarle.



Un especialista en inscripciones de Kaiser Permanente puede responder sus preguntas, como dónde recibir atención médica o qué beneficios adicionales están incluidos. Llame al **1-800-464-4000 (TTY 711)**. Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana (cerrado los días festivos). O visite kp.org/allthatisyouth (haga clic en "Español") y conozca cómo mejoramos su experiencia de atención.



Un servicio diseñado para facilitarle la vida

La atención y la cobertura combinadas significan que sus médicos, hospitales y beneficios del plan de salud de Kaiser Permanente están todos conectados y comprometidos a brindarle una atención excepcional adaptada a sus necesidades.

Un acceso más fácil a los mejores especialistas y a los últimos tratamientos.

Los costos son predecibles y hay menos papeleo.

Reciba atención adecuada cuando la necesite.



Descubra cómo podemos ayudarle a mantenerse saludable y seguir haciendo lo que ama.

kp.org/allthatisyou (haga clic en "Español")

Atención personalizada

Para usted que merece comprensión

Los médicos de Kaiser Permanente tienen una prioridad: su salud. Su historia clínica electrónica permite que su equipo de atención acceda a su historial de salud para que sus médicos pueden planear la atención adecuada según sus necesidades. Conocen su estilo de vida, sus riesgos y sus objetivos para comprender qué es lo más importante para usted y ser su mejor defensor de la salud.



Explore la atención que se adapte a usted.

kp.org/connectedtocare (haga clic en "Español")

Le guiamos en cada paso de su atención



Su historial de salud está en su historia clínica electrónica.



Su médico le guía a través de citas y referencias.



Su historia clínica está disponible para usted y su equipo de atención las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Su equipo de atención le informa cuándo programar revisiones médicas y pruebas.

Atención conveniente

Para usted que es una persona ocupada

Visite kp.org/espanol o use nuestra aplicación para hacer citas de rutina para el mismo día o para el día siguiente en persona, o hable con un profesional clínico de salud por teléfono o video, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.¹ No importa cómo se conecte, siempre hablará con un profesional médico que podrá ver su historial de salud y continuar donde se quedó.

Haga más en una cita

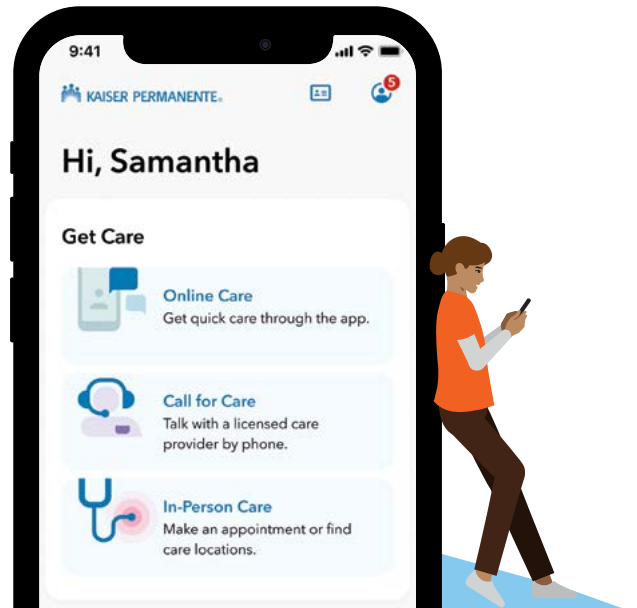
Muchos de nuestros centros de atención tienen farmacias y laboratorios en el mismo edificio, por lo que puede ver a su médico, realizarse sus pruebas y obtener sus medicamentos recetados, todo en una sola visita.

Su salud a su alcance

- Obtenga atención virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Envíe un correo electrónico al equipo de atención.
- Consulte la mayoría de los resultados de laboratorio y las notas del médico.
- Resurta la mayoría de sus medicamentos recetados.
- Regístrese para citas.
- Pague las facturas y consulte sus estados de cuenta.



Descubra cómo la aplicación de Kaiser Permanente le da el control. kp.org/mobile (haga clic en "Español")



FAST COMPANY



Nuestra aplicación móvil ganó el premio Empresa de diseño 2022 de Fast Company y el premio People's Voice Webby 2022 en la categoría de aplicaciones de salud y acondicionamiento físico.

Tiene cobertura durante sus viajes



Si está pensando en viajar, podemos ayudarle a gestionar sus vacunas, resurtir sus medicamentos recetados, y más. Y cuando ya esté de viaje, tendrá cobertura para atención de urgencia y emergencia en cualquier parte del mundo, incluso en centros de atención que no sean de Kaiser Permanente.

Atención de primer nivel

Para usted que espera lo mejor

Sin importar cuáles sean sus necesidades (salud mental, maternidad, atención del cáncer, salud del corazón y más), usted obtendrá acceso a excelentes médicos, tecnología avanzada y atención basada en la evidencia más reciente.



Conozca cómo es que sus médicos y especialistas trabajan por usted.
kp.org/specialtycare
(haga clic en "Español")



Somos líderes nacionales en tasas de pruebas de detección e investigaciones, y estamos entre los planes de salud con mejor calificación en todos los estados donde brindamos servicios.^{2,3,4}

Los miembros de Kaiser Permanente tienen:



33%

más de probabilidades de sobrevivir a una enfermedad cardíaca⁵

52%

más de probabilidades de sobrevivir al cáncer colorrectal⁶

20%

menos de probabilidades de sufrir una muerte prematura por cáncer⁷



Nuestros 39 hospitales han sido reconocidos por U.S. News & World Report como de alto rendimiento en uno o más tipos de atención.

Atención integral

Para usted que quiere explorar todas sus opciones de salud

Los miembros de Kaiser Permanente pueden obtener ayuda con la depresión, la ansiedad, las adicciones y la salud emocional o mental, sin necesidad de una referencia. También tiene acceso a aplicaciones de cuidado personal que le ayudarán con su bienestar mental en general.^{8,9}



Calm

La aplicación número uno para dormir y meditar.



Ginger

Hable con un asesor de apoyo emocional a través de mensajes de texto a cualquier hora y en cualquier lugar.¹⁰



myStrength

Cree un plan personalizado para fortalecer su salud emocional.



Obtenga más información sobre la atención de salud mental. kp.org/saludmental

Recursos para el bienestar de todos los días

Aproveche las clases, los servicios y los programas que le ayudarán a alcanzar sus objetivos de salud y acondicionamiento físico.¹¹

- acupuntura, terapia de masajes y atención quiropráctica
- tarifas reducidas para membresías de gimnasios
- programas para un estilo de vida saludable
- asesoría de bienestar
- acondicionamiento físico en línea con la aplicación ClassPass

Atención confiable

Para usted que desea un médico de confianza

Su salud es un viaje que dura toda la vida y queremos que tenga el médico adecuado para llegar hasta el final. Contratamos médicos y personal que hablan más de un idioma y ofrecemos atención que toma en cuenta su cultura, etnia y estilo de vida. Además, puede elegir un médico o cambiarlo en cualquier momento.



Le ayudaremos en cada paso del camino, desde encontrar un médico adecuado hasta la transición de su atención. kp.org/nuevosmiembros



Pude relacionarme bien con el Dr. Weniger, fue amable y minucioso. Al final de mi consulta, supe que había tomado la decisión correcta con Kaiser Permanente.



– Aimee, nueva miembro

Atención médica cerca de donde vive y trabaja



Puede elegir diferentes médicos en diferentes centros de atención. Explore sus opciones de atención médica en kp.org/facilities (haga clic en “Español”).

Su CalPERS Basic Plan

Con su plan de salud de Kaiser Permanente, sus beneficios incluyen una amplia variedad de programas y apoyo para ayudarle a mantenerse saludable. Además, obtiene un enfoque de atención simplificado que le ayuda a tomar decisiones y hacer las cosas, para ayudarle a recuperarse y seguir con su vida.

Lo más destacado de su plan

- Copagos simples para la mayoría de los servicios cubiertos, incluidas las visitas al consultorio y la mayoría de los medicamentos recetados.
- Prácticamente no hay papeleo que llenar ni facturas por los servicios que recibe.
- No es necesario llevar la cuenta de los deducibles ni calcular porcentajes.
- No necesita referencia para ciertas especialidades, como optometría o ginecología y obstetricia.

Acceso conveniente

Cuando necesite atención médica, es fácil encontrar un centro de Kaiser Permanente cerca de su casa o trabajo.

Solo visite kp.org/facilities (haga clic en "Español") o descargue nuestra aplicación de Kaiser Permanente gratuita¹² en su teléfono inteligente o dispositivo móvil. Después, use nuestro localizador práctico para buscar por código postal o palabra clave.

Disfrute de tarifas más bajas

Con el programa ChooseHealthy®, pagará menos por una variedad de productos y servicios relacionados con la salud.¹³ Los descuentos incluyen lo siguiente:

- **Atención complementaria** Como miembro de CalPERS, su beneficio de acupuntura y quiropraxia incluye 20 consultas combinadas por año calendario con un copago de \$15 por consulta cuando elige un proveedor participante. Visite kp.org/choosehealthy (haga clic en "Español") para ver una lista de proveedores o llame al **1-800-678-9133**. Aparte de la cobertura de su plan, a través de ChooseHealthy, también puede recibir un 25 % de descuento en las tarifas regulares de los proveedores participantes para acupuntura, atención quiropráctica y masaje terapéutico. Para obtener más información, visite kp.org/choosehealthy (haga clic en "Español") o llame al **1-877-335-2746**.
- **Membresías para centros de acondicionamiento físico** El programa Active&Fit Direct™ ofrece una red de más de 12,200 gimnasios participantes por \$28 al mes (más una tarifa única de inscripción de \$28). Hay ubicaciones "premium" adicionales disponibles por una cuota adicional. Para obtener más información, visite kp.org/choosehealthy (haga clic en "Español") o llame al **1-877-335-2746** para obtener más información.

Llámenos para obtener más información



Para obtener más información sobre su Basic Plan, visite kp.org/calpers o llame a la Central de Llamadas de Servicio a los Miembros al **1-800-464-4000** (TTY **711**) las 24 horas del día, los 7 días de la semana (cerrada los días festivos).

Kaiser Permanente Senior Advantage (HMO)

Si califica para Medicare, el plan de salud de Medicare ofrecido por Kaiser Permanente podría ser adecuado para usted.¹⁴ Nuestros miembros elegibles para Medicare disfrutaban de planes de salud que favorecen la independencia y el bienestar. Nuestro plan le brinda más beneficios y servicios que Original Medicare por sí solo, y a muy buen precio.

Opciones de Kaiser Permanente Medicare Advantage Plan para personas jubiladas de CalPERS:

Proteja su bolsillo

Estos son solo algunos de los beneficios y servicios que puede esperar con nuestro plan:

- sin copagos por atención preventiva de rutina
- una asignación de \$175 cada 24 meses en artículos para la visión
- copagos bajos para citas con su médico personal
- cobertura de medicamentos de la Parte D, incluidos los medicamentos a través del período de intervalo en la cobertura, con copagos bajos
- servicios hospitalarios, radiografías y pruebas de laboratorio sin cargo
- un límite de gastos médicos por año, para que sus finanzas estén siempre protegidas
- servicios de consultorio médico, laboratorio y farmacia, a menudo en un mismo lugar
- servicios en línea convenientes, que incluye volver a surtir la mayoría de las recetas médicas y revisar la mayoría de los resultados de las pruebas de laboratorio
- prácticamente no hay papeleo que llenar ni facturas por los servicios que recibe

Programa Silver&Fit®

A través del programa Silver&Fit, los miembros del plan de salud de Medicare ofrecido por Kaiser Permanente pueden seleccionar entre diversos programas para mantenerse en forma y activos. Esto incluye membresías en instalaciones de ejercicio, programas de acondicionamiento físico, materiales educativos, actividades sociales y más.¹⁵

Disfrute del servicio de entrega de comida después de una hospitalización

Obtenga comidas frescas, preparadas por un chef y a domicilio sin costo alguno durante 4 semanas después de la hospitalización en un hospital o centro de enfermería.¹⁶

Consiga transporte para ir al médico

Programe viajes de ida y vuelta de consultas y otros servicios médicos sin costo alguno: hasta 24 viajes de ida al año.

Beneficio de bienestar de artículos de venta libre (OTC)

Puede recibir productos de salud y bienestar de venta libre a domicilio sin costo alguno, con un límite trimestral de \$70.

Llámenos para obtener más información



Para obtener más información sobre el plan de Medicare ofrecido por Kaiser Permanente, llame a la Central de Llamadas de Servicio a los Miembros al **1-855-717-9598 (TTY 711)**, de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana.

Resumen de beneficios de CalPERS para 2024

Estos beneficios se reflejan en el contrato anual. Para obtener una explicación completa de los beneficios, las exclusiones y las limitaciones, consulte la *Evidencia de Cobertura y Formulario de Revelación Combinados* (Combined Evidence of Coverage and Disclosure Form [Evidence of Coverage]) 2024. Para conocer los detalles de los cambios en sus beneficios de medicamentos recetados, consulte su *Evidencia de Cobertura* y verifique con su agencia la información sobre sus primas mensuales.

	Basic Plan
Servicios médicos	\$15 por consulta
Servicios hospitalarios	Sin cargo
Atención de emergencia	\$50 por consulta en el Departamento de Emergencias (no se aplica si le mantienen en observación en una unidad hospitalaria fuera del Departamento de Emergencias o si le admiten directamente en el hospital como paciente interno)
Radiografías y pruebas de laboratorio	Sin cargo
Funciones del servicio en línea (Disponible en kp.org/calpers)	Enviar correos electrónicos al consultorio de su médico: sin cargo Realizarse una evaluación de salud integral: sin cargo Consultar la mayoría de los resultados de pruebas de laboratorio: sin cargo Programar citas de rutina: sin cargo Ver secciones de su historia clínica: sin cargo Pedir el resurtido de la mayoría de los medicamentos recetados: entrega sin cargo adicional
Medicamentos recetados	\$5 genérico/\$20 de marca, suministro de hasta 30 días de una farmacia del plan* \$10 genérico/\$40 de marca para un suministro de hasta 100 días mediante el servicio de pedido por correo* (entrega sin cargo adicional)* Los medicamentos recetados para el tratamiento de la disfunción sexual ahora se cubren al 50 % del coseguro para un suministro de hasta 100 días que se obtenga de una farmacia del plan o por servicio de pedido por correo (entrega sin cargo adicional)†
Atención preventiva de rutina	Visitas al consultorio: sin cargo Atención prenatal programada y primera consulta posparto: sin cargo Visitas de bienestar infantil (0 a 23 meses): sin cargo Vacunas (inmunizaciones): sin cargo Exámenes de refracciones oculares: sin cargo (sin cargo por anteojos o lentes de contacto después de la cirugía de cataratas)
Salud mental	Consultas ambulatorias: \$15 por consulta individual; \$7 por consulta grupal Hospitalización de paciente psiquiátrico: sin cargo
Servicios para la audición	Pruebas auditivas preventivas de rutina: sin cargo Audífonos: \$1,000 de asignación cada 36 meses
Servicios para las alergias	Consultas para inyecciones contra alergias: sin cargo Visitas para pruebas de alergia: \$15 por consulta
Quiropráctico/acupuntura	\$15 por consulta (hasta un total de 20 consultas combinadas de quiropraxia y acupuntura por año calendario con proveedores de la red de American Specialty Health [ASH])
Programa Silver&Fit®	N/A

Resumen de beneficios de CalPERS para 2024 (continuación)

	Kaiser Permanente Senior Advantage (HMO)
Servicios médicos	\$10 por consulta
Servicios hospitalarios	Sin cargo
Atención de emergencia	\$50 por consulta en el Departamento de Emergencias (no se aplica si le mantienen en observación en una unidad hospitalaria fuera del Departamento de Emergencias o si le admiten directamente en el hospital como paciente interno en un plazo de 24 horas por la misma afección)
Radiografías y pruebas de laboratorio	Sin cargo
Funciones del servicio en línea (Disponible en kp.org/calpers)	<p>Enviar correos electrónicos al consultorio de su médico: sin cargo</p> <p>Realizarse una evaluación de salud integral: sin cargo</p> <p>Consultar la mayoría de los resultados de pruebas de laboratorio: sin cargo</p> <p>Programar citas de rutina: sin cargo</p> <p>Ver secciones de su historia clínica: sin cargo</p> <p>Pedir el resurtido de la mayoría de los medicamentos recetados: entrega sin cargo adicional</p>
Medicamentos recetados	<p>\$5 genérico/\$20 de marca, suministro de hasta 30 días de una farmacia del plan*</p> <p>\$10 genérico/\$40 de marca para un suministro de hasta 100 días mediante el servicio de pedido por correo* (entrega sin cargo adicional)* Los medicamentos recetados para el tratamiento de la disfunción sexual ahora se cubren al 50 % del coseguro para un suministro de hasta 100 días que se obtenga de una farmacia del plan o por servicio de pedido por correo (entrega sin cargo adicional)†</p>
Atención preventiva de rutina	<p>Visitas al consultorio: sin cargo</p> <p>Examen de refracción ocular y detección de glaucoma: \$10 por consulta (\$175 de asignación para anteojos y lentes de contacto cada 24 meses; sin cargo para anteojos o lentes de contacto después de la cirugía de cataratas, de acuerdo con las pautas de Medicare)</p>
Salud mental	<p>Consultas ambulatorias: \$10 por consulta individual; \$5 por consulta grupal</p> <p>Hospitalización de paciente psiquiátrico: sin cargo</p>
Servicios para la audición	<p>Pruebas auditivas de rutina: \$10 por consulta</p> <p>Audífonos: \$1,000 de asignación cada 36 meses</p>
Servicios para las alergias	<p>Consultas para inyecciones contra alergias: \$3 por consulta</p> <p>Visitas para pruebas de alergia: \$10 por consulta</p>
Quiropráctico/acupuntura	\$15 por consulta (hasta un total de 20 consultas combinadas de quiropraxia y acupuntura por año calendario con proveedores de la red de American Specialty Health [ASH])
Programa Silver&Fit®	Membresías en instalaciones de ejercicio, programas de acondicionamiento físico, materiales educativos, actividades sociales y más. Sin cargo

Resumen de beneficios de CalPERS para 2024 (continuación)

Kaiser Permanente Senior Advantage Summit (HMO)	
Servicios médicos	Sin cargo
Servicios hospitalarios	Sin cargo
Atención de emergencia	\$50 por consulta en el Departamento de Emergencias (no se aplica si le mantienen en observación en una unidad hospitalaria fuera del Departamento de Emergencias o si le admiten directamente en el hospital como paciente interno en un plazo de 24 horas por la misma afección)
Radiografías y pruebas de laboratorio	Sin cargo
Funciones del servicio en línea (Disponible en kp.org/calpers)	<p>Enviar correos electrónicos al consultorio de su médico: sin cargo</p> <p>Realizarse una evaluación de salud integral: sin cargo</p> <p>Consultar la mayoría de los resultados de pruebas de laboratorio: sin cargo</p> <p>Programar citas de rutina: sin cargo</p> <p>Ver secciones de su historia clínica: sin cargo</p> <p>Pedir el resurtido de la mayoría de los medicamentos recetados: entrega sin cargo adicional</p>
Medicamentos recetados	\$5 genérico/\$20 de marca, suministro de hasta 30 días de una farmacia del plan* \$10 genérico/\$40 de marca para un suministro de hasta 100 días mediante el servicio de pedido por correo* (entrega sin cargo adicional)* Los medicamentos recetados para el tratamiento de la disfunción sexual ahora se cubren al 50 % del coseguro para un suministro de hasta 100 días que se obtenga de una farmacia del plan o por servicio de pedido por correo (entrega sin cargo adicional)†
Atención preventiva de rutina	<p>Visitas al consultorio: sin cargo</p> <p>Examen de refracción ocular y detección de glaucoma: sin cargo (\$175 de asignación para anteojos y lentes de contacto cada 24 meses; sin cargo para anteojos o lentes de contacto después de la cirugía de cataratas, de acuerdo con las pautas de Medicare)</p>
Salud mental	<p>Consultas ambulatorias: sin cargo</p> <p>Hospitalización de paciente psiquiátrico: sin cargo</p>
Servicios para la audición	<p>Pruebas auditivas de rutina: sin cargo</p> <p>Audífonos: \$1,000 de asignación cada 36 meses</p>
Servicios para las alergias	<p>Consultas para inyecciones contra alergias: sin cargo</p> <p>Visitas para pruebas de alergia: sin cargo</p>
Quiropráctico/acupuntura	\$15 por consulta (hasta un total de 20 consultas combinadas de quiropraxia y acupuntura por año calendario con proveedores de la red de American Specialty Health [ASH])
Programa Silver&Fit®	Membresías en instalaciones de ejercicio, programas de acondicionamiento físico, materiales educativos, actividades sociales y más. Sin cargo

* Incluye los medicamentos cubiertos para pacientes ambulatorios, de acuerdo con nuestras pautas de las listas de medicamentos disponibles. Para algunos medicamentos, puede pedir que le envíen por correo los resurtidos de los medicamentos recetados por medio de nuestra farmacia con pedidos por correo de Kaiser Permanente. Los recibirá en un plazo de 3 a 5 días. Si no los recibe, llame al **1-888-218-6245** para el Norte de California (TTY **711**), de lunes a viernes, 8 a. m. a 6 p. m., o **1-866-206-2983** para el Sur de California (TTY **711**), de lunes a viernes, 7 a. m. a 7 p. m.

† Medicamentos recetados para el tratamiento de disfunción sexual hasta un máximo de 8 dosis en cualquier período de 30 días, o hasta 27 dosis en cualquier período de 100 días.

1. Cuando sea apropiado y esté disponible. Si viaja fuera del estado, puede que las consultas por teléfono o las videoconsultas no estén disponibles debido a algunas leyes estatales que impiden a los médicos brindar atención en otro estado. Las leyes cambian según el estado. 2. Cuando sea apropiado y esté disponible. Si viaja fuera del estado, puede que las consultas por teléfono o las videoconsultas no estén disponibles debido a algunas leyes estatales que impiden a los médicos brindar atención en otro estado. Las leyes cambian según el estado. 3. Los planes de salud con deducibles altos pueden requerir un copago o coseguro para citas telefónicas y por video. 4. Disponible para la mayoría de pedidos de medicamentos recetados; podrían aplicarse tarifas adicionales. Para obtener más información, comuníquese con la farmacia. 5. Robert Pearl y Brian Wayling, "The Telehealth Era Is Just Beginning" Harvard Business Review, mayo y junio de 2022. 6. Theodore R. Levin, MD, et al., "Effects of Organized Colorectal Cancer Screening on Cancer Incidence and Mortality in a Large, Community-Based Population", Gastroenterología, noviembre 2018. 7. Elizabeth A. McGlynn, PhD, et al., "Measuring Premature Mortality Among Kaiser Permanente Members Compared to the Community", 20 de julio de 2022. 8. Las aplicaciones y los servicios descritos anteriormente no están cubiertos por los beneficios de su plan de salud, no son un beneficio cubierto por Medicare y no están sujetos a los términos establecidos en su Evidencia de Cobertura u otros documentos del plan. Las aplicaciones y los servicios pueden suspenderse en cualquier momento. 9. Los miembros de 13 años o más pueden usar Calm y myStrength. La aplicación y los servicios de Ginger no están disponibles para miembros menores de 18 años. 10. Consulte la nota 6. 11. El programa ChooseHealthy no es un seguro. Debe revisar los beneficios de su plan antes de usar este programa de descuentos, ya que dichos beneficios podrían tener costos menores que los de este programa de descuentos. El programa ChooseHealthy le ofrece descuentos por parte de proveedores de atención médica especializados participantes. Usted tiene la responsabilidad de pagar todos los servicios que reciba de estos proveedores, pero obtendrá un descuento de los proveedores participantes para los servicios incluidos en el programa. El programa ChooseHealthy también le brinda acceso al programa Active&Fit Direct, que ofrece acceso con descuento a centros de acondicionamiento físico. El programa ChooseHealthy no hace ningún pago directo a los proveedores participantes ni al programa Active&Fit Direct. El programa ChooseHealthy no es responsable de proporcionar o garantizar servicios, y no asume ninguna responsabilidad por la calidad de los servicios brindados. Los descuentos en productos y servicios disponibles a través del programa ChooseHealthy están sujetos a cambios; consulte el sitio web para ver la disponibilidad vigente. Los programas descritos anteriormente son proporcionados por ChooseHealthy, Inc. y por American Specialty Health Fitness, Inc., subsidiarias de American Specialty Health Incorporated (ASH). ChooseHealthy y Active&Fit Direct son marcas registradas de ASH y se usan en este documento con el permiso correspondiente. Es posible que otros nombres y logotipos sean marcas comerciales de sus respectivos propietarios. Es posible que no todos los servicios estén disponibles en todas las áreas, y que el programa se modifique (lo que incluye las tarifas mensuales y de inscripción o el período de introducción) o se interrumpa en cualquier momento. 12. Consulte la nota 6. 13. El programa ChooseHealthy no es un seguro. Debe revisar los beneficios de su plan antes de usar este programa de descuentos, ya que dichos beneficios podrían tener costos menores que los de este programa de descuentos. El programa ChooseHealthy le ofrece descuentos por parte de proveedores de atención médica especializados participantes. Usted tiene la responsabilidad de pagar todos los servicios que reciba de estos proveedores, pero obtendrá un descuento de los proveedores participantes para los servicios incluidos en el programa. El programa ChooseHealthy también le brinda acceso al programa Active&Fit Direct, que ofrece acceso con descuento a centros de acondicionamiento físico. El programa ChooseHealthy no hace ningún pago directo a los proveedores participantes ni al programa Active&Fit Direct. El programa ChooseHealthy no es responsable de proporcionar o garantizar servicios, y no asume ninguna responsabilidad por la calidad de los servicios brindados. Los descuentos en productos y servicios disponibles a través del programa ChooseHealthy están sujetos a cambios; consulte el sitio web para ver la disponibilidad vigente. Los programas descritos anteriormente son proporcionados por ChooseHealthy, Inc. y por American Specialty Health Fitness, Inc., subsidiarias de American Specialty Health Incorporated (ASH). ChooseHealthy y Active&Fit Direct son marcas registradas de ASH y se usan en este documento con el permiso correspondiente. Es posible que otros nombres y logotipos sean marcas comerciales de sus respectivos propietarios. Es posible que no todos los servicios estén disponibles en todas las áreas, y que el programa se modifique (lo que incluye las tarifas mensuales y de inscripción o el período de introducción) o se interrumpa en cualquier momento. 14. Kaiser Permanente es un plan Organización para el mantenimiento de la salud (Health Maintenance Organization, HMO) con contrato de Medicare. La inscripción en Kaiser Permanente depende de la renovación del contrato. Debe vivir en el área de servicio del plan de salud Medicare ofrecido por Kaiser Permanente en donde se inscribió. 15. Silver&Fit® es una marca federal registrada de American Specialty Health, Inc. 16. El servicio de comidas solo está disponible una vez por año de beneficios. 17. Datos de Kaiser Permanente, 2019; "12 Trends Influencing the Future of Workplace Benefits", Aflac, 2018; U.S. Bureau of Labor Statistics, 2018.

Nondiscrimination Notice

Discrimination is against the law. Kaiser Permanente follows State and Federal civil rights laws.

Kaiser Permanente does not unlawfully discriminate, exclude people, or treat them differently because of age, race, ethnic group identification, color, national origin, cultural background, ancestry, religion, sex, gender, gender identity, gender expression, sexual orientation, marital status, physical or mental disability, medical condition, source of payment, genetic information, citizenship, primary language, or immigration status.

Kaiser Permanente provides the following services:

- No-cost aids and services to people with disabilities to help them communicate better with us, such as:
 - ◆ Qualified sign language interpreters
 - ◆ Written information in other formats (braille, large print, audio, accessible electronic formats, and other formats)
- 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 our Member Service Contact Center at **1-800-464-4000 (TTY 711)**, 24 hours a day, 7 days a week (except closed holidays). If you cannot hear or speak well, please call **711**.

Upon request, this document can be made available to you in braille, large print, audiocassette, or electronic form. To obtain a copy in one of these alternative formats, or another format, call our Member Service Contact Center and ask for the format you need.

How to file a grievance with Kaiser Permanente

You can file a discrimination grievance with Kaiser Permanente if you believe we have failed to provide these services or unlawfully discriminated in another way. Please refer to your *Evidence of Coverage or Certificate of Insurance* for details. You may also speak with a Member Services representative about the options that apply to you. Please call Member Services if you need help filing a grievance.

You may submit a discrimination grievance in the following ways:

- **By phone:** Call Member Services at **1 800-464-4000 (TTY 711)** 24 hours a day, 7 days a week (except closed holidays)
- **By mail:** Call us at **1 800-464-4000 (TTY 711)** and ask to have a form sent to you
- **In person:** Fill out a Complaint or Benefit Claim/Request form at a member services office located at a Plan Facility (go to your provider directory at kp.org/facilities for addresses)
- **Online:** Use the online form on our website at kp.org

You may also contact the Kaiser Permanente Civil Rights Coordinators directly at the addresses below:

Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator
Member Relations Grievance Operations
P.O. Box 939001
San Diego CA 92193

How to file a grievance with the California Department of Health Care Services Office of Civil Rights *(For Medi-Cal Beneficiaries Only)*

You can also file a civil rights complaint with the California Department of Health Care Services Office of Civil Rights in writing, by phone or by email:

- **By phone:** Call DHCS Office of Civil Rights at **916-440-7370** (TTY **711**)
- **By mail:** Fill out a complaint form or send a letter to:
Deputy Director, Office of Civil Rights
Department of Health Care Services
Office of Civil Rights
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413
Complaint forms are available at: http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx
- **Online:** Send an email to CivilRights@dhcs.ca.gov

How to file a grievance with the U.S. Department of Health and Human Services Office of Civil Rights

You can file a discrimination complaint with the U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights. You can file your complaint in writing, by phone, or online:

- **By phone:** Call **1-800-368-1019** (TTY **711** or **1-800-537-7697**)
- **By mail:** Fill out a complaint form or send a letter to:
U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
Complaint forms are available at:
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>
- **Online:** Visit the Office of Civil Rights Complaint Portal at:
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Aviso de no discriminación

La discriminación es ilegal. Kaiser Permanente cumple con las leyes de los derechos civiles federales y estatales.

Kaiser Permanente no discrimina ilícitamente, excluye ni trata a ninguna persona de forma distinta por motivos de edad, raza, identificación de grupo étnico, color, país de origen, antecedentes culturales, ascendencia, religión, sexo, género, identidad de género, expresión de género, orientación sexual, estado civil, discapacidad física o mental, condición médica, fuente de pago, información genética, ciudadanía, lengua materna o estado migratorio.

Kaiser Permanente ofrece los siguientes servicios:

- Ayuda y servicios sin costo a personas con discapacidades para que puedan comunicarse mejor con nosotros, como lo siguiente:
 - ◆ intérpretes calificados de lenguaje de señas,
 - ◆ información escrita en otros formatos (braille, impresión en letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles y otros formatos).
- Servicios de idiomas sin costo a las personas cuya lengua materna no es el inglés, como:
 - ◆ intérpretes calificados,
 - ◆ información escrita en otros idiomas.

Si necesita nuestros servicios, llame a nuestra Central de Llamadas de Servicio a los Miembros al **1-800-464-4000 (TTY 711)** las 24 horas del día, los 7 días de la semana (excepto los días festivos). Si tiene deficiencias auditivas o del habla, llame al **711**.

Este documento estará disponible en braille, letra grande, casete de audio o en formato electrónico a solicitud. Para obtener una copia en uno de estos formatos alternativos o en otro formato, llame a nuestra Central de Llamadas de Servicio a los Miembros y solicite el formato que necesita.

Cómo presentar una queja ante Kaiser Permanente

Usted puede presentar una queja por discriminación ante Kaiser Permanente si siente que no le hemos ofrecido estos servicios o lo hemos discriminado ilícitamente de otra forma. Consulte su *Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage)* o *Certificado de Seguro (Certificate of Insurance)* para obtener más información. También puede hablar con un representante de Servicio a los Miembros sobre las opciones que se apliquen a su caso. Llame a Servicio a los Miembros si necesita ayuda para presentar una queja.

Puede presentar una queja por discriminación de las siguientes maneras:

- **Por teléfono:** llame a Servicio a los Miembros al **1 800-464-4000 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana (excepto los días festivos).

- **Por correo postal:** llámenos al **1 800-464-4000** (TTY 711) y pida que se le envíe un formulario.
- **En persona:** llene un formulario de Queja o reclamación/solicitud de beneficios en una oficina de Servicio a los Miembros ubicada en un centro del plan (consulte su directorio de proveedores en kp.org/facilities [cambie el idioma a español] para obtener las direcciones).
- **En línea:** utilice el formulario en línea en nuestro sitio web en kp.org/espanol.

También puede comunicarse directamente con el coordinador de derechos civiles (Civil Rights Coordinator) de Kaiser Permanente a la siguiente dirección:

Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator
 Member Relations Grievance Operations
 P.O. Box 939001
 San Diego CA 92193

Cómo presentar una queja ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Servicios de Atención Médica de California *(Solo para beneficiarios de Medi-Cal)*

También puede presentar una queja sobre derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles (Office of Civil Rights) del Departamento de Servicios de Atención Médica de California (California Department of Health Care Services) por escrito, por teléfono o por correo electrónico:

- **Por teléfono:** llame a la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Servicios de Atención Médica (Department of Health Care Services, DHCS) al **916-440-7370** (TTY 711).

- **Por correo postal:** llene un formulario de queja o envíe una carta a:

Deputy Director, Office of Civil Rights
 Department of Health Care Services
 Office of Civil Rights
 P.O. Box 997413, MS 0009
 Sacramento, CA 95899-7413

Los formularios de queja están disponibles en:

http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx (en inglés).

- **En línea:** envíe un correo electrónico a CivilRights@dhcs.ca.gov.

Cómo presentar una queja ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.

Puede presentar una queja por discriminación ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (U.S. Department of Health and Human Services).

Puede presentar su queja por escrito, por teléfono o en línea:

- **Por teléfono:** llame al **1-800-368-1019** (TTY 711 o al **1-800-537-7697**).
- **Por correo postal:** llene un formulario de queja o envíe una carta a:

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

Los formularios de quejas están disponibles en
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html> (en inglés).

- **En línea:** visite el Portal de quejas de la Oficina de Derechos Civiles en:
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> (en inglés).

反歧視聲明

歧視是違反法律的行為。Kaiser Permanente遵守州政府與聯邦政府的民權法。

Kaiser Permanente不因年齡、人種、族群認同、膚色、原國籍、文化背景、祖籍、宗教、生理性別、社會性別、性認同、性表現、性取向、婚姻狀況、身體或精神殘障、病況、付款來源、遺傳資訊、公民身份、母語或移民身份而非法歧視、排斥或差別對待任何人。

Kaiser Permanente提供下列服務：

- 為殘障人士提供免費協助與服務以幫助其更好地與我們溝通，例如：
 - ◆ 合格手語翻譯員
 - ◆ 其他格式的書面資訊（盲文版、大字版、語音版、通用電子格式及其他格式）
- 為母語非英語的人士提供免費語言服務，例如：
 - ◆ 合格口譯員
 - ◆ 其他語言的書面資訊

如果您需要上述服務，請打電話**1-800-464-4000 (TTY 711)** 給會員服務聯絡中心，每週7天，每天24小時（節假日除外）。如果您有聽力或語言困難，請打電話**711**。

若您提出要求，我們可為您提供本文件的盲文版、大字版、錄音卡帶或電子格式。如要得到上述一種替代格式或其他格式的版本，請打電話給會員服務聯絡中心並索取您需要的格式。

如何向Kaiser Permanente投訴

如果您認為我們未能提供上述服務或有其他形式的非法歧視行為，您可向Kaiser Permanente提出歧視投訴。請參閱您的《承保範圍說明書》(*Evidence of Coverage*) 或《保險證明》(*Certificate of Insurance*) 瞭解詳情。您也可以向會員服務部代表諮詢適用於您的選項。如果您在投訴時需要協助，請打電話給會員服務部。

您可透過下列方式投訴歧視：

- **電話**：打電話**1 800-464-4000 (TTY 711)** 聯絡會員服務部，每週7天，每天24小時（節假日除外）
- **郵寄**：打電話**1 800-464-4000 (TTY 711)** 與我們聯絡，要求將投訴表寄給您
- **親自提出**：在保險計劃下屬設施的會員服務辦公室填寫投訴或索賠／申請表（請在 kp.org/facilities 網站的保健業者名錄上查詢地址）
- **線上**：使用 kp.org 網站上的線上表格

您也可直接與Kaiser Permanente民權事務協調員聯絡，地址如下：

Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator
Member Relations Grievance Operations
P.O. Box 939001
San Diego CA 92193

如何向加州保健服務部民權辦公室投訴（僅限Medi-Cal受益人）

您也可透過書面方式、電話或電子郵件向加州保健服務部民權辦公室提出民權投訴：

- **電話：**打電話**916-440-7370 (TTY 711)** 聯絡保健服務部 (DHCS) 民權辦公室
- **郵寄：**填寫投訴表或寄信至：

Deputy Director, Office of Civil Rights
Department of Health Care Services
Office of Civil Rights
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413

您可在網站上http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx取得投訴表

- **線上：**發送電子郵件至CivilRights@dhcs.ca.gov

如何向美國健康與民眾服務部民權辦公室投訴

您可向美國健康與民眾服務部民權辦公室提出歧視投訴。您可透過書面、電話或線上提出投訴：

- **電話：**打電話**1-800-368-1019 (TTY 711或1-800-537-7697)**
- **郵寄：**填寫投訴表或寄信至：

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

您可在網站上取得投訴表：

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>取得投訴表

- **線上：**訪問民權辦公室投訴入口網站：
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>。

Thông Báo Không Phân Biệt Đối Xử

Phân biệt đối xử là trái với pháp luật. Kaiser Permanente tuân thủ các luật dân quyền của Tiểu Bang và Liên Bang.

Kaiser Permanente không phân biệt đối xử trái pháp luật, loại trừ hay đối xử khác biệt với người nào đó vì lý do tuổi tác, chủng tộc, nhận dạng nhóm sắc tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, nền tảng văn hóa, tổ tiên, tôn giáo, giới tính, nhận dạng giới tính, cách thể hiện giới tính, khuynh hướng giới tính, tình trạng hôn nhân, tình trạng khuyết tật về thể chất hoặc tinh thần, bệnh trạng, nguồn thanh toán, thông tin di truyền, quyền công dân, ngôn ngữ mẹ đẻ hoặc tình trạng nhập cư.

Kaiser Permanente cung cấp các dịch vụ sau:

- Phương tiện hỗ trợ và dịch vụ miễn phí cho người khuyết tật để giúp họ giao tiếp hiệu quả hơn với chúng tôi, chẳng hạn như:
 - ◆ Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ trình độ
 - ◆ Thông tin bằng văn bản theo các định dạng khác (chữ nổi braille, bản in khổ chữ lớn, âm thanh, định dạng điện tử để truy cập và các định dạng khác)
- Dịch vụ ngôn ngữ miễn phí cho những người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, chẳng hạn như:
 - ◆ Thông dịch viên đủ trình độ
 - ◆ Thông tin được trình bày bằng các ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần những dịch vụ này, xin gọi đến Trung Tâm Liên Lạc ban Dịch Vụ Hội Viên của chúng tôi theo số **1-800-464-4000** (TTY **711**), 24 giờ trong ngày, 7 ngày trong tuần (đóng cửa ngày lễ). Nếu quý vị không thể nói hay nghe rõ, vui lòng gọi **711**.

Theo yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp cho quý vị dưới dạng chữ nổi braille, bản in khổ chữ lớn, băng thu âm hay dạng điện tử. Để lấy một bản sao theo một trong những định dạng thay thế này hay định dạng khác, xin gọi đến Trung Tâm Liên Lạc ban Dịch Vụ Hội Viên của chúng tôi và yêu cầu định dạng mà quý vị cần.

Cách đệ trình phàn nàn với Kaiser Permanente

Quý vị có thể đệ trình phàn nàn về phân biệt đối xử với Kaiser Permanente nếu quý vị tin rằng chúng tôi đã không cung cấp những dịch vụ này hay phân biệt đối xử trái pháp luật theo cách khác. Vui lòng tham khảo *Chứng Từ Bảo Hiểm (Evidence of Coverage)* hay *Chứng Nhận Bảo Hiểm (Certificate of Insurance)* của quý vị để biết thêm chi tiết. Quý vị cũng có thể nói chuyện với nhân viên ban Dịch Vụ Hội Viên về những lựa chọn áp dụng cho quý vị. Vui lòng gọi đến ban Dịch Vụ Hội Viên nếu quý vị cần được trợ giúp để đệ trình phàn nàn.

Quý vị có thể đệ trình phàn nàn về phân biệt đối xử bằng các cách sau đây:

- **Qua điện thoại:** Gọi đến ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1-800-464-4000** (TTY **711**) 24 giờ trong ngày, 7 ngày trong tuần (đóng cửa ngày lễ)
- **Qua thư tín:** Gọi chúng tôi theo số **1-800-464-4000** (TTY **711**) và yêu cầu gửi mẫu đơn cho quý vị

- **Trực tiếp:** Hoàn tất mẫu đơn Than Phiền hay Yêu Cầu Thanh Toán/Yêu Cầu Quyền Lợi tại văn phòng dịch vụ hội viên ở một Cơ Sở Thuộc Chương Trình (truy cập danh mục nhà cung cấp của quý vị tại kp.org/facilities để biết địa chỉ)
- **Trực tuyến:** Sử dụng mẫu đơn trực tuyến trên trang mạng của chúng tôi tại kp.org

Quý vị cũng có thể liên hệ trực tiếp với Điều Phối Viên Dân Quyền của Kaiser Permanente theo địa chỉ dưới đây:

Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator
 Member Relations Grievance Operations
 P.O. Box 939001
 San Diego CA 92193

Cách đệ trình phàn nàn với Văn Phòng Dân Quyền Ban Dịch Vụ Y Tế California (*Dành Riêng Cho Người Thu Hưởng Medi-Cal*)

Quý vị cũng có thể đệ trình than phiền về dân quyền với Văn Phòng Dân Quyền Ban Dịch Vụ Y Tế California bằng văn bản, qua điện thoại hay qua email:

- **Qua điện thoại:** Gọi đến Văn Phòng Dân Quyền Ban Dịch Vụ Y Tế (Department of Health Care Services, DHCS) theo số **916-440-7370 (TTY 711)**
- **Qua thư tín:** Điền mẫu đơn than phiền và hay gửi thư đến:

Deputy Director, Office of Civil Rights
 Department of Health Care Services
 Office of Civil Rights
 P.O. Box 997413, MS 0009
 Sacramento, CA 95899-7413

Mẫu đơn than phiền hiện có tại: http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx

- **Trực tuyến:** Gửi email đến CivilRights@dhcs.ca.gov

Cách đệ trình phàn nàn với Văn Phòng Dân Quyền của Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ.

Quý vị cũng có quyền đệ trình than phiền về phân biệt đối xử với Văn Phòng Dân Quyền của Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ. Quý vị có thể đệ trình than phiền bằng văn bản, qua điện thoại hoặc trực tuyến:

- **Qua điện thoại:** Gọi **1-800-368-1019 (TTY 711 hay 1-800-537-7697)**
- **Qua thư tín:** Điền mẫu đơn than phiền và hay gửi thư đến:

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

Mẫu đơn than phiền hiện có tại

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

- **Trực tuyến:** Truy cập Cổng Thông Tin Than Phiền của Văn Phòng Dân Quyền tại: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Multi-Language Insert

Multi-language Interpreter Services

English: We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at **1-800-443-0815** (TTY **711**). Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

Spanish: Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al **1-800-443-0815** (TTY **711**). Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

Chinese Mandarin: 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑问。如果您需要此翻译服务，请致电 **1-800-443-0815** (TTY **711**)。我们的中文工作人员很乐意帮助您。这是一项免费服务。

Chinese Cantonese: 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯服務。如需翻譯服務，請致電 **1-800-443-0815** (TTY **711**)。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這是一項免費服務。

Tagalog: Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasaling-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggagamot. Upang makakuha ng tagasaling-wika, tawagan lamang kami sa **1-800-443-0815** (TTY **711**). Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

French: Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au **1-800-443-0815** (TTY **711**). Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

Vietnamese: Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quý vị cần thông dịch viên xin gọi **1-800-443-0815** (TTY **711**) sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quý vị. Đây là dịch vụ miễn phí.

German: Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter **1-800-443-0815** (TTY **711**). Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

Korean: 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 대해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 **1-800-443-0815 (TTY 711)** 번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

Russian: Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.

Arabic: إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، ليس عليك سوى الاتصال بنا على **1-800-443-0815 (TTY 711)**. سيقوم شخص ما يتحدث العربية بمساعدتك. هذه خدمة مجانية.

Hindi: हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी परश्च के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं। एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें **1-800-443-0815 (TTY 711)** पर फोन करें कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है। यह एक मुफ्त सेवा है।

Italian: È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Un nostro incaricato che parla Italianovi fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

Portuguese: Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

French Creole: Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

Polish: Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer **1-800-443-0815 (TTY 711)**. Ta usługa jest bezpłatna.

Japanese: 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがあります。通訳をご用命になるには、**1-800-443-0815 (TTY 711)** にお電話ください。日本語を話す人者が支援いたします。これは無料のサービスです。

Notas

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

Atención completa que le ayude a vivir una vida más plena y saludable

Con Kaiser Permanente, usted tiene un aliado de confianza que considera su salud una prioridad y le facilita obtener la atención que necesita. Es por eso que los miembros permanecen en Kaiser Permanente casi 3 veces más que con otros planes de salud.¹⁶

¿Quiere saber más?



Escanee el código QR o visite kp.org/calpers para obtener más información.

Hable hoy mismo con un especialista en inscripciones sobre la atención especializada, los beneficios adicionales y mucho más.

Llame al **1-800-324-9208 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.

Visite kp.org/allthatisyou (haga clic en "Español") para averiguar cómo podemos mejorar su experiencia de atención, sin importar la etapa de la vida en la que se encuentre.

Los miembros actuales que tengan alguna pregunta pueden llamar a la Central de Llamadas de Servicio a los Miembros, las 24 horas del día, los 7 días de la semana (cerrado los días festivos).

- **1-800-464-4000** (inglés y servicio de interpretación en más de 150 idiomas)
- **1-800-788-0616** (español)
- **1-800-757-7585** (dialectos chinos)
- **711** (TTY)

Kaiser Foundation Health Plan, Inc. 1950 Franklin St., Oakland, CA 94612

