

Disfrute de una Cobertura para Su Estilo de Vida

DESCUBRA SUS OPCIONES DE PLANES DE SALUD PARA 2023

Para afiliados a CalPERS Basic





Este año, los afiliados a CalPERS Basic pueden elegir entre dos opciones de planes de Health Net eficientes en costo:

Salud HMO y Más – disponible en seis condados: Kern,¹ Los Angeles,¹ Orange, Riverside,¹ San Bernardino¹ y San Diego.¹

SmartCare HMO – disponible en 20 condados: Alameda, Contra Costa, Fresno,¹ Kern,¹ Kings, Los Angeles, Marin, Napa, Orange, Riverside,¹ San Bernardino,¹ San Diego,¹ San Francisco, San Joaquin, San Mateo, Santa Clara, Santa Cruz, Solano, Sonoma y Tulare.

¹Condado con cobertura parcial

¡El Plan Adecuado para Usted!

Usted desea tomar decisiones informadas durante la inscripción abierta. Para eso, necesita contar con toda la información posible. Independientemente de que sea nuevo en Health Net of California, Inc. (Health Net) o que esté regresando con nosotros para 2023, esta guía le resultará una herramienta útil para ayudar a orientar sus decisiones.

En el interior, encontrará respuestas a preguntas importantes sobre cómo:

- Elegir el plan de Health Net adecuado para usted y su familia.
- Averiguar si su médico de atención primaria (por sus siglas en inglés, PCP) se encuentra en una de nuestras redes.
- Asegurarse de que cualquier tratamiento que recibe actualmente se mantenga en el camino correcto.
- Usar el sitio Web personalizado y nuestras herramientas de medios de comunicación sociales para ayudar a controlar su salud.
- ¡Ganar recompensas por trabajar para mejorar su salud!



Puede comunicarse con el
Departamento de Servicios al
Afiliado llamando al **888-926-4921**.

¿Por Qué Elegir A Health Net?

Health Net es una cobertura de la salud con la que puede contar. Hemos ayudado a los californianos a través de las diversas etapas de la vida durante más de 40 años. Y eso es lo que continuaremos haciendo.

Creemos que todas las personas merecen una red de seguridad para su salud. No importa la edad, los ingresos, la situación laboral ni el estado de salud actual de una persona. Esta idea nos ayuda a hacer que le resulte más fácil obtener beneficios y servicios de atención de salud importantes. Y puede obtenerlos donde y cuando los necesite.





Los siguientes son los beneficios principales que debe esperar de sus planes Salud HMO y Más o SmartCare HMO:

1	\$0 de deducibles médicos.
2	Copagos fijos por la mayoría de los servicios.
3	Su médico dirige la mayoría de sus necesidades de atención de salud.
4	No necesita una remisión para ver a un Obstetra/Ginecólogo en el grupo médico. Simplemente programe su cita.
5	Puede cambiar de PCP con una frecuencia de una vez al mes.
6	Sin necesidad de presentar formularios de reclamo (excepto para la atención de emergencia fuera de la red).
7	Recompensas para ayudarlo a mejorar su salud y bienestar.
8	Puede acceder a la atención de salud del comportamiento para pacientes ambulatorios de un proveedor dentro de la red SIN una remisión de su PCP.
9	Cobertura de atención de acupuntura y cuidado quiropráctico a través de American Specialty Health Plans, Inc. (ASH).



¡Comencemos!

Elija el plan de HMO de Health Net que funcione mejor para usted

Salud HMO y Más

Salud HMO y Más aborda las necesidades del Sur de California. Le brinda acceso a un grupo de médicos y hospitales de calidad en el lugar donde vive o trabaja.

Otra excelente razón para elegir a Health Net – Scripps Health de San Diego ha sido agregado al actual grupo de proveedores dentro de Salud HMO y Más, incluyendo el acceso a 13 Clínicas Scripps HealthExpress que brindan atención en el mismo día para afecciones y lesiones menores.

Usted cuenta con un acceso flexible más allá de la frontera a proveedores de la red SIMNSA en el norte de México a través de todos los grupos médicos de Salud y Más.

SmartCare HMO

SmartCare HMO es una red de grupos de proveedores y hospitales confiables y de alta calidad. Con beneficios fáciles de usar, costos previsibles y una red de calidad, SmartCare es una opción atractiva de cuidado integral de la salud para usted y su familia.



Ambos planes le ofrecen:

- Un sistema de clínicas MinuteClinic fáciles de usar (generalmente ubicadas dentro de las farmacias CVS) para obtener servicios médicos sin cita previa en determinadas ubicaciones.
- Una recompensa de \$50 por completar su prueba RealAge®.*
- Una tarjeta de regalo de \$100 por completar los programas Craving to Quit® o de Asesoramiento sobre Salud.*
- Una recompensa de \$25 por completar el Programa de Apoyo para Cirugías Welvie.*

*Consulte las páginas 6 y 7 para conocer los detalles

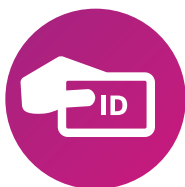
Resumen de beneficios para cada plan

Beneficios ³	Salud HMO y Más	SmartCare HMO
Visitas al consultorio de atención preventiva, incluyendo exámenes para mujeres saludables	\$0	\$0
Visitas al consultorio del médico	\$15 (al usar cualquiera de las dos redes: Health Net o SIMNSA)	\$15
Babylon (telesalud)	\$0	\$0
Visitas al consultorio de un especialista	\$15 (al usar cualquiera de las dos redes: Health Net o SIMNSA)	\$15
Examen de la vista para examen refractivo de la vista	\$0	\$0
Procedimientos de laboratorio/rayos X	\$0	\$0
Consultas en MinuteClinic	\$15	\$15
Visitas prenatales y postnatales al consultorio	\$0	\$0
Internación	\$0	\$0
Salud del Comportamiento (MHN)	\$15	\$15
Atención de urgencia	\$15	\$15
Atención de emergencia	\$50	\$50
Cuidado quiropráctico/Acupuntura ⁴	\$15/máx. de 20 consultas	\$15/máx. de 20 consultas

²Consulte su Evidencia de Cobertura para conocer los beneficios específicos asociados con su plan de beneficios.

³Este cuadro es solo un resumen de los beneficios. Todos los beneficios están sujetos a las definiciones, limitaciones y exclusiones establecidas en el documento Evidencia de Cobertura (por sus siglas en inglés, EOC). Se recomienda que los afiliados a Basic revisen este documento antes de tomar la decisión final.

⁴Máximo combinado de 20 consultas por año calendario. Servicios administrados por American Specialty Health Plans, Inc. (ASH)



No olvide presentar su nueva tarjeta de identificación de Health Net cuando reciba servicios.

Luego, busque su PCP actual o encuentre uno nuevo

Verifique que su grupo médico y PCP se encuentren en la red de su nuevo plan. Además, su PCP debe estar ubicado dentro de las 30 millas de su dirección particular o laboral.

Encontrar proveedores es fácil con nuestra herramienta en línea *Buscar un Proveedor/Búsqueda de Proveedores* en **www.healthnet.com/calpers**. Aquí también podrá ver una lista de los grupos médicos dentro de la red.

No olvide que cada uno de sus familiares puede elegir un PCP y un grupo médico diferentes para satisfacer sus propias necesidades.

Nota importante: Asegúrese de escribir el nombre de su médico, el nombre del grupo médico y el número de identificación de inscripción del proveedor (10 dígitos). Deberá ingresar esta información en la sección “Notas” del sitio Web de myCalPERS cuando se suscriba.

Esto ayudará a garantizar que los detalles en su nueva tarjeta de identificación estén correctos.

Por último, inscríbase en un plan de Health Net usando el sitio Web de myCalPERS

Hay dos maneras de ingresar al sitio Web de CalPERS para la inscripción:

- 1 Vaya a **www.healthnet.com/calpers** y haga clic en *Cómo Inscribirse*, o
- 2 Vaya directamente a **www.mycalpers.ca.gov**

Asegúrese de tener a mano el nombre del grupo médico y el número de identificación de proveedor del PCP.

Su tarjeta de identificación de Health Net

Después de inscribirse en Health Net, busque sus nuevas tarjetas de identificación de Health Net en el correo. Todos los afiliados a Health Net a través de CalPERS obtendrán una tarjeta de identificación de Health Net.

Asegúrese de que en su nueva tarjeta figure su selección correcta de PCP. Si hay algo incorrecto en su nueva tarjeta, llame a su Departamento de Servicios al Afiliado de CalPERS al 888-926-4921.



Más Detalles sobre Su Cobertura

Salud del comportamiento

Si necesita apoyo y cuidado para un problema de salud del comportamiento, usted cuenta con cobertura.

Estos programas son fundamentales para la salud integral de la persona e incluyen apoyo para

enfermedades mentales y abuso de sustancias. Si desea obtener más información sobre sus beneficios de salud del comportamiento administrados a través de Managed Health Network, LLC (MHN):

- Visite www.healthnet.com/calpers.
- Llame al **888-935-5966**.

Conozca su cobertura de medicamentos

Cuando usted tiene claro su beneficio de farmacia, puede tomar un mayor control de su salud y su billetera. Puede reducir los costos a la vez que obtiene los medicamentos que resulten mejor para sus afecciones de salud.

Los beneficios de farmacia están cubiertos a través de un contrato directo de CalPERS con OptumRx. Después de inscribirse, recibirá una tarjeta de identificación de Health Net que incluirá sus beneficios médicos e información sobre OptumRx.

Para obtener las listas completas de farmacias y todos los detalles sobre lo que está cubierto, llame a OptumRx al 855-505-8110 o visite www.optumrx.com/calpers.

Medicamentos que requieren receta médica

Beneficios de farmacia	Genéricos	De marca del formulario	Fuera del formulario
Farmacia de venta minorista	\$5	\$20	\$50
Farmacia de compra por correo	\$10	\$40	\$100

Continuidad de la Atención (COC)

Cuando usted cambia de plan de salud, médico o grupo médico durante la Inscripción Abierta, no desea que su atención quede en suspenso.

El programa Continuidad de la Atención (por sus siglas en inglés, COC) está aquí para garantizar que ciertos tratamientos que usted puede estar recibiendo se mantengan en el camino correcto. La siguiente es una lista de los servicios para los que el programa COC está disponible:

- Afección aguda (p. ej., sangrado gastrointestinal [GI] repentino, fractura de un hueso)
- Afección crónica grave
- Embarazo y posparto inmediato (p. ej., salud mental materna)
- Atención de recién nacidos
- Enfermedad terminal
- Cirugía y atención de seguimiento de la cirugía



Comuníquese con el programa COC de Health Net al **888-926-4921** antes de inscribirse, para que sepamos cómo ayudarle.

¿Qué Hará con Su Plan de Salud?



Health Net se centra en brindarle las herramientas que necesita para ayudarle a llevar una vida más saludable y productiva. Nuestros programas le permiten tomar decisiones de estilo de vida saludable para usted y su familia.



Línea de Consultas con Enfermeras

Reciba acceso oportuno a enfermeras registradas que brindan ayuda con preguntas cotidianas sobre temas de salud – las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Usted puede obtener ayuda con numerosos problemas de salud, que incluyen:

- Cómo tratar lesiones y enfermedades leves;
- Recibir ayuda para detectar las emergencias de salud;
- Recibir ayuda con las preguntas sobre medicamentos.



Mensajes de recordatorio sobre la atención

Recibirá recordatorios útiles sobre las medidas que puede tomar para evitar interrupciones en su atención. Dichas medidas incluyen pruebas para mantenerse saludable, vacunas anuales ¡y mucho más!

Es posible que sus médicos también reciban estos recordatorios de manera que puedan observar mejor su estado de salud.



Programa RealAge®

El Programa RealAge es nuestro programa de comportamiento saludable orientado a los 4 riesgos más importantes del estilo de vida — el Estrés, el Sueño, la Nutrición y la Actividad. El programa se personaliza para la persona según el nivel de riesgo de cada categoría de estilo de vida que se obtiene a través de las respuestas de la prueba RealAge y del interés personal. Está totalmente integrado con otras funciones de la plataforma Sharecare, como los rastreadores, para impulsar un compromiso sostenido y promover un cambio de comportamiento que pueda ayudar a obtener una puntuación más baja en la prueba RealAge.



Prueba RealAge®

La Prueba RealAge le brinda un informe personalizado de sus riesgos de salud en relación con las afecciones médicas y del comportamiento. Inmediatamente después de responder la encuesta en línea, recibirá un plan de acción personalizado. Obtendrá una **recompensa de \$50** por completar la Prueba RealAge y compartir los resultados con su médico de atención primaria. Consulte el cuadro en la página 9 para obtener más detalles.



Programa de Asesoramiento sobre Salud

Disfrute del apoyo del bienestar personalizado por teléfono con un instructor de salud. Usted puede elegir entre numerosos temas, incluyendo nutrición, control del estrés, ejercicio, abandono del consumo de tabaco, pérdida de peso y mucho más.

Gane una **tarjeta de regalo de \$100⁵** por completar el programa de asesoramiento sobre salud además de una llamada de evaluación. Consulte el cuadro en la página 9 para obtener más detalles. Una vez que usted se haya inscrito en el programa, le enviaremos un kit de herramientas de Asesoramiento sobre Salud por correo a su hogar.



Usted podrá ganar una recompensa de salud de \$100 cuando complete uno de los siguientes:

- Programa de Asesoramiento sobre Salud, o bien,
- Programa Craving to Quit.

Consulte el cuadro en la página 9 para obtener los detalles.



Programa Craving to Quit[®] (abandono del consumo de tabaco)

Una vez que se inscriba en el programa para dejar de consumir tabaco Craving to Quit (telefónico), se le asignará un instructor que le guiará a través del proceso de abandonar el hábito. Además, obtendrá acceso a herramientas útiles que le ayudarán a dejar de fumar, que incluyen:

- Un sitio Web con herramientas de aprendizaje electrónico.
- Un foro de chat en línea.
- Acceso a su instructor por correo electrónico.
- Apoyo a través de mensajes de texto.
- Una Guía de Asesoramiento.

Además, puede ganar una **tarjeta de regalo de \$100⁵** por completar el programa con un instructor. Consulte el cuadro en la página 9 para obtener más detalles.

⁵Usted obtiene una tarjeta de regalo de \$100 por completar el programa para dejar de consumir tabaco Craving to Quit, **O BIEN**, el programa de Asesoramiento sobre Salud. Puede inscribirse en ambos programas; sin embargo, se encuentra disponible solo una tarjeta de regalo de \$100 por año calendario.



Programas Ofrecidos Especialmente para los Afiliados a CalPERS



Puede acceder a los programas para afiliados a CalPERS en www.healthnet.com/calpers.

Como afiliado a CalPERS, usted y sus dependientes cubiertos tienen acceso a estos programas de parte de nuestros importantes socios de bienestar.

Babylon – Servicios de Telesalud

Disfrute de un acceso completo a Babylon, nuestro proveedor de telesalud – simplemente por estar afiliado a Health Net.⁶

A través de la aplicación Babylon, ahora usted puede:

- Reservar una cita en video las 24 horas del día, los 7 días de la semana.⁷
- Obtener información sobre su salud – en cualquier momento. Aprovechar una serie completa de herramientas digitales de atención de salud.
- Tomar el control de su camino hacia el bienestar.

Acceda a consultas por video 24/7⁷ con Babylon

Los afiliados a Health Net pueden hablar con un médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana⁷ y con un terapeuta los días de semana, de 7:00 a.m. a 7:00 p.m. (Hora del Pacífico) a través de la aplicación Babylon sin costo adicional. La aplicación Babylon (disponible en inglés y español) es una forma conveniente para que los afiliados a Health Net analicen problemas de salud que no son de emergencia, como tos y dolor de garganta, ansiedad y depresión, resfrío y gripe, ¡y mucho más! Durante la consulta por video, los afiliados pueden obtener respuestas sobre el resurgido urgente de recetas médicas,⁸ pruebas de laboratorio y rayos X.⁹ Los afiliados pueden consultar los síntomas a través de la aplicación Babylon.

Para suscribirse o si desea obtener más información, visite www.babylonhealth.com/us/hnc.

Programa Start Smart for Your Baby[®]

Start Smart for Your Baby (SSFB) es un programa para embarazadas y mamás recientes, que brinda atención y apoyo personalizados para un embarazo y un bebé saludables. Las afiliadas recibirán materiales de educación sobre la salud, como la Guía de la Madre para el Embarazo y la Guía para la Vida Después del Parto, y pueden solicitar la orientación de un administrador de la atención durante todo su embarazo. Esto ya forma parte de sus beneficios y no le costará ni un centavo. Para comenzar, inicie sesión en www.healthnet.com/calpers > Programas de Bienestar/Maternidad y Planificación Familiar.

⁶Puede recibir servicios en persona o mediante telesalud, si está disponible, de su proveedor de atención primaria, un especialista tratante o de otro profesional de la salud individual contratado, una clínica contratada o un centro de salud contratado, de acuerdo con el servicio y los estándares existentes de puntualidad y acceso geográfico requeridos conforme a la ley de California. Cualquier costo compartido por los servicios recibidos a través de Babylon se acumulará para su desembolso máximo y deducible (si su plan tiene un deducible). Al programar una cita a través de Babylon, usted da su consentimiento para recibir servicios de telesalud a través de Babylon. Consulte el documento de cobertura de su plan de salud para obtener información sobre la cobertura y conocer la definición de servicios de telesalud. Usted tiene derecho a acceder a sus expedientes médicos por los servicios recibidos a través de Babylon. A menos que usted decida lo contrario, cualquier servicio prestado a través de Babylon se compartirá con su proveedor de atención primaria.

⁷Los servicios de salud del comportamiento están disponibles de lunes a viernes, de 7:00 a.m. a 7:00 p.m. (hora del Pacífico).

⁸El acceso a los servicios de telesalud no garantiza que se extenderá una receta médica.

⁹Los proveedores de Babylon pueden solicitar pruebas de laboratorio y rayos X si es médicamente necesario.

Welvie – apoyo para las decisiones sobre cirugías

¿Tiene una cirugía pendiente o necesita saber sus opciones no quirúrgicas? Use el programa de seis pasos de Welvie, que le guiará a través de todo el proceso. Si usted y su médico deciden que es necesaria una cirugía, use Welvie para planificarla – desde las medidas prequirúrgicas hasta la recuperación.

Complete los tres primeros módulos del programa Welvie y responda una breve encuesta – obtendrá una **tarjeta de regalo de \$25 de Amazon.com**. (Se ofrece una vez cada 365 días).

Omada – prevención dinámica de la diabetes

A través de Omada, puede trabajar para comer mejor, moverse más, tener menos estrés y reducir sus riesgos – un pequeño paso por vez. Obtendrá acceso a lo que necesita para ayudarle a perder peso y reducir sus probabilidades de presentar diabetes de tipo 2 y enfermedades cardíacas. Realice una prueba de un minuto a fin de averiguar si es elegible para el programa Omada. Vaya a **omadahealth.com/calpers**.

Cuando tome medidas para mejorar su salud, le recompensaremos por sus esfuerzos

Incentivos de recompensa	Programas	Inscríbase en Salud HMO y Más o SmartCare HMO, luego:
Tarjeta de regalo de \$100	1. Craving to Quit® (abandono del consumo de tabaco), o bien , 2. Asesoramiento sobre Salud	Elija una opción de programa 1. Complete el programa Craving to Quit® (telefónico), o bien , 2. Complete el programa de Asesoramiento sobre Salud así como una llamada de evaluación. Puede inscribirse en ambos programas; se encuentra disponible solo una tarjeta de regalo de \$100 por año calendario.
Tarjeta de regalo de \$50	Prueba RealAge® y médico de atención primaria	Realice la Prueba RealAge® y revise el informe con su médico. Luego, complete el formulario del PCP en línea. Se otorga una sola tarjeta de regalo de \$50 en un año calendario.
Tarjeta de regalo de \$25	Welvie (decida si es necesaria una cirugía o prepárese para la cirugía)	Si está intentando tomar una decisión sobre una cirugía, puede suscribirse e iniciar sesión en www.healthnet.com/calpers , luego vaya al sitio Web de Welvie. Obtenga ayuda y apoyo mientras toma su decisión sobre la cirugía. Complete los 3 primeros módulos de Welvie, el programa de apoyo para las decisiones sobre cirugías, y responda una breve encuesta, y Welvie le enviará una tarjeta de regalo de \$25 .



Cuando usted explora el bienestar, pueden suceder cosas buenas.



¿Qué Hará con un Sitio Web Personalizado?

Cuando se inscribe en Health Net, usted obtiene mucho más que simplemente acceso a la atención de salud. ¡Obtiene un sitio Web personalizado para su plan de salud de Health Net, solo para los empleados de CalPERS!

Encuentre lo que necesita, al alcance de sus manos:

- Información sobre la cobertura de la salud, incluyendo los copagos
- Cambio de PCP
- Tarjetas de identificación temporales (para imprimir o pedir)
- Centro de Bienestar (programas de promoción de la salud, descuentos para afiliados ¡y mucho más!)

Regístrese en nuestro sitio Web

1. Visite **www.healthnet.com/calpers** > *Suscribirse*.
2. Luego siga los pasos fáciles para la suscripción.



Buscar un Proveedor

Puede estar buscando un nuevo médico. O bien, puede necesitar un especialista o un hospital local. Con **Buscar un Proveedor/Búsqueda de Proveedores**, obtendrá las listas más actualizadas de nuestra red de proveedores, que incluyen médicos, hospitales, centros de atención de urgencia y otros tipos de proveedores de atención de salud.

Elija una de las siguientes opciones de plan en el menú desplegable de la herramienta **Buscar un Proveedor/Búsqueda de Proveedores**:

Para SmartCare HMO, elija **HMO > SmartCare Network** (afiliados a CalPERS únicamente).

Para Salud HMO y Más, elija **Salud HMO y Más** (afiliados a CalPERS únicamente).

Aviso de No Discriminación

Además de los requisitos de no discriminación del Estado de California (según lo descrito en los documentos de cobertura de beneficios), Health Net of California, Inc. (Health Net) cumple con las leyes federales aplicables sobre derechos civiles y no discrimina, no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por motivos de raza, color, nacionalidad, ascendencia, religión, estado civil, género, identidad sexual, orientación sexual, edad, discapacidad o sexo.

Health Net:

- Proporciona aparatos y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que se comuniquen eficazmente con nosotros, como intérpretes calificados de lenguaje de señas e información escrita en otros formatos (letra grande, formatos electrónicos accesibles, otros formatos).
- Proporciona servicios de idiomas gratuitos a las personas cuyo idioma principal no es el inglés, como intérpretes calificados e información escrita en otros idiomas.

Si necesita estos servicios, comuníquese con el Departamento de Servicios al Afiliado de Health Net al **888-926-4921 (TTY: 711)**.

Si considera que Health Net no proporcionó estos servicios o ejerció algún otro tipo de discriminación en función de una de las características antes mencionadas, puede presentar una queja formal llamando al Departamento de Servicios al Afiliado de Health Net al número que se indica más arriba y diciéndoles que necesita ayuda para presentar una queja formal. El Departamento de Servicios al Afiliado de Health Net está disponible para ayudarlo a presentar una queja formal. También puede presentar una queja formal por correo postal, fax o correo electrónico:

Health Net of California, Inc. Appeals & Grievances

PO Box 10348

Van Nuys, CA 91410-0348

Fax: 877-831-6019

Correo electrónico: Member.Discrimination.Complaints@healthnet.com (Afiliados) o

Non-Member.Discrimination.Complaints@healthnet.com (Solicitantes)

Si su problema de salud es urgente, si ya presentó una queja ante Health Net of California, Inc. y no está conforme con la decisión o si han transcurrido más de 30 días desde que presentó la queja ante Health Net of California, Inc., puede presentar un Formulario de Revisión Médica Independiente/Quejas ante el Departamento de Atención Médica Administrada (por sus siglas en inglés, DMHC). Para presentar un formulario de quejas, puede llamar a la Mesa de Ayuda del DMHC al 888-466-2219 (TDD: 877-688-9891) o visitar www.dmhc.ca.gov/FileaComplaint.

Si considera que se le ha discriminado por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, también puede presentar una queja sobre derechos civiles ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Oficina de Derechos Civiles (por sus siglas en inglés, OCR), de manera electrónica a través del Portal de Quejas de la OCR, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o bien, por correo postal o teléfono: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 800-368-1019 (TDD: 800-537-7697).

Hay formularios de quejas disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

English

No Cost Language Services. You can get an interpreter. You can get documents read to you and some sent to you in your language. For help, call us at the number listed on your ID card or call **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Arabic

خدمات اللغة مجانية. يمكنك الحصول على مترجم فوري. ويمكنك الحصول على وثائق مقروءة لك. للحصول على المساعدة، اتصل بنا على الرقم الموجود على بطاقة الهوية، أو اتصل على مركز الاتصال التجاري (TTY: 711) **1-888-926-4921**

Armenian

Անվճար լեզվական ծառայություններ: Դուք կարող եք բանավոր թարգմանիչ ստանալ: Փաստաթղթերը կարող են կարդալ ձեզ համար: Օգնության համար զանգահարեք մեզ ձեր ID քարտի վրա նշված հեռախոսահամարով կամ զանգահարեք **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Chinese

免費語言服務。您可使用口譯員。您可請人使用您的語言將文件內容唸給您聽，並請我們將有您語言版本的部分文件寄給您。如需協助，請致電您會員卡上所列的電話號碼與我們聯絡，或致電 **1-888-926-4921** (TTY: 711)。

Hindi

बनाी लागत की भाषा सेवाएँ। आप एक दुभाषयिी प्राप्त कर सकते हैं। आपको दस्तावेज पढ़ कर सुनाए जा सकते हैं। मदद के लिए, आपके आईडी कार्ड पर दिए गए सूचीबद्ध नंबर पर हमें कॉल करें, या **1-888-926-4921** (TTY: 711)।

Hmong

Kev Pab Txhais Lus Dawb. Koj xav tau neeg txhais lus los tau. Koj xav tau neeg nyeem cov ntaub ntawv kom yog koj hom lus los tau. Xav tau kev pab, hu peb tau rau tus xov tooj ntawm koj daim npav los yog hu **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Japanese

無料の言語サービス。通訳をご利用いただけます。文書をお読みします。援助が必要な場合は、IDカードに記載されている番号までお電話いただくか、**1-888-926-4921**、(TTY: 711)。

Khmer

សេវាកម្មភាសាដោយឥតគិតថ្លៃ។ អ្នកអាចទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់។ អ្នកអាចស្តាប់គេអានឯកសារឱ្យអ្នក។ សម្រាប់ជំនួយ សូមទាក់ទងយើងខ្ញុំតាមរយៈលេខទូរសព្ទដែលមាននៅលើកាតសម្គាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ឬ ទាក់ទងទៅមជ្ឈមណ្ឌលទំនាក់ទំនងពាណិជ្ជកម្មនៃក្រុមហ៊ុន **1-888-926-4921** (TTY: 711)។

Korean

무료 언어 서비스. 통역 서비스를 받을 수 있습니다. 귀하가 구사하는 언어로 문서의 낭독 서비스를 받으실 수 있습니다. 도움이 필요하시면 보험 ID 카드에 수록된 번호로 전화하십시오 **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Navajo

Saad Bee Áká E'eyeed T'áá Jíík'e. Ata' halne'ígíí hóló. T'áá hó hazaad k'ehjí naaltsoos hach'í' wóltah. Shíká a'doowoł nínízingo naaltsoos bee néího'dółzinígíí bikáa'gi béésh bee hane'í bikáá' áajj' hodíílnih éí doodaii' **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Persian (Farsi)

خدمات زبان به طور رایگان. می توانید یک مترجم شفاهی بگیرید. می توانید درخواست کنید که اسناد برای شما قرائت شوند. برای دریافت راهنمایی، با ما به شماره ای که روی کارت شناسایی شما درج شده تماس بگیرید یا با مرکز تماس بازرگانی **1-888-926-4921** (TTY: 711).

Panjabi (Punjabi)

ਬਨਿੰ ਕਸਿ ਲਾਗਤ ਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ 1-888-926-4921 (TTY: 711)।

Russian

Бесплатная помощь переводчиков. Вы можете получить помощь устного переводчика. Вам могут прочесть документы. За помощью обращайтесь к нам по телефону, приведенному на вашей идентификационной карточке участника плана. Кроме того, вы можете позвонить в 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Spanish

Servicios de idiomas sin costo. Puede solicitar un intérprete. Puede obtener el servicio de lectura de documentos y recibir algunos en su idioma. Para obtener ayuda, llámenos al número que figura en su tarjeta de identificación o comuníquese con el 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Tagalog

Walang Bayad na Mga Serbisyo sa Wika. Makakakuha kayo ng isang interpreter. Makakakuha kayo ng mga dokumento na babasahin sa inyo. Para sa tulong, tawagan kami sa nakalistang numero sa inyong ID card o tawagan ang 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Thai

ไม่มีค่าบริการด้านภาษา คุณสามารถใช้ล่ามได้ คุณสามารถให้อ่านเอกสารให้ฟังได้ สำหรับความช่วยเหลือ โทรหาเราตาม หมายเลขที่ให้ไว้บนบัตรประจำตัวของคุณ หรือ โทรหาศูนย์ติดต่อเชิงพาณิชย์ของ 1-888-926-4921 (TTY: 711)

Vietnamese

Các Dịch Vụ Ngôn Ngữ Miễn Phí. Quý vị có thể có một phiên dịch viên. Quý vị có thể yêu cầu được đọc cho nghe tài liệu. Để nhận trợ giúp, hãy gọi cho chúng tôi theo số được liệt kê trên thẻ ID của quý vị hoặc gọi 1-888-926-4921 (TTY: 711).

Comuníquese con Nosotros

Nuestro equipo de representantes informados del departamento de servicios al cliente está aquí para ayudar con cualquier pregunta que pueda tener.

Departamento de Servicios al Afiliado Especializado para CalPERS

888-926-4921

Los 7 días de la semana, de 7:00 a.m. a 8:00 p.m., hora del Pacífico.

[**www.healthnet.com/calpers**](http://www.healthnet.com/calpers)

Asistencia para las personas con dificultades de audición y del habla

TTY: 711

MHN – Salud del Comportamiento

888-935-5966

American Specialty Health Plans, Inc. (ASH)

800-678-9133

Babylon (telesalud)

[**www.babylonhealth.com/us/hnc**](http://www.babylonhealth.com/us/hnc)

Usted tiene acceso a Omada y Welvie a través de su inscripción actual en Health Net of California, Inc. (Health Net). Omada y Welvie no forman parte de los planes de beneficios médicos comerciales de Health Net. No están afiliados a la red de proveedores de Health Net y sus servicios pueden modificarse o retirarse sin previo aviso. Estos servicios, incluyendo los médicos, son recursos adicionales que Health Net pone a disposición de las personas inscritas. La información provista no tiene como objetivo sustituir la atención médica profesional. Siga siempre las instrucciones de su proveedor de atención de salud.

Health Net of California, Inc. es una subsidiaria de Health Net, LLC y Centene Corporation. Managed Health Network, LLC (MHN) es una subsidiaria de Health Net, LLC. La familia de compañías de MHN incluye Managed Health Network (CA) y MHN Services, LLC. Managed Health Network es una marca de servicio registrada de Managed Health Network, LLC. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todas las demás marcas comerciales/marcas de servicio identificadas continúan siendo propiedad de sus respectivas compañías. Todos los derechos reservados.