

Guía de inscripción 2023-2024
Condado de Lane

Cuidado para todo lo que es usted



228748269_OE_01-24

kp.org/lane (en inglés)

 KAISER PERMANENTE®

Todos los planes son ofrecidos y están suscritos por Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest.
500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232.



Diseñado para facilitarle la vida

Gracias a la atención y la cobertura combinadas, los médicos, hospitales y beneficios de su plan de salud de Kaiser Permanente están conectados y comprometidos a brindarle una atención excepcional, justo a su medida.

Acceso más fácil a los mejores especialistas y a los tratamientos más avanzados.

Costos predecibles y menos papeleo

La atención adecuada, justo cuando la necesita.



Descubra cómo podemos ayudarle a mantenerse saludable y seguir haciendo lo que más le apasiona.

kp.org/todousted

Encuentre su versión más saludable

Le ayudamos a encontrar la atención que necesita, siempre.

La atención en Kaiser Permanente es más sencilla y ágil gracias a la conexión entre los cuidadores, a los canales de atención adicionales y al apoyo destinado a la salud integral. Le damos la bienvenida a la atención médica que se adapta a su vida.

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN SOBRE LOS SIGUIENTES TEMAS:

Atención centrada en usted	4
Atención conveniente	5
Una mejor experiencia desde el primer momento	6
Transición de la atención para nuevos miembros	7
Cómo aprovechar su membresía al máximo	8
Cómo ahorrar en servicios y productos para el bienestar	9
Cobertura para servicios de la vista de alta calidad	10
Cobertura de servicios de audiología en Kaiser Permanente	11
Dónde obtener atención.....	12

¿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 opciones están incluidas. Llame al **1-800-514-0985** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.



Atención centrada en usted

Para usted que busca recibir una atención conveniente e integral

Como miembro de Kaiser Permanente, usted elige adónde quiere atenderse. Obtenga acceso exclusivo a los consultorios médicos de Chase Gardens Medical Office de Kaiser Permanente en Eugene y a cientos de proveedores afiliados de la comunidad por todo el condado de Lane.

Chase Gardens Medical Office de Kaiser Permanente en Eugene

Chase Gardens es un consultorio médico de última generación donde se centralizan los servicios para que pueda satisfacer sus necesidades de atención primaria, salud mental, laboratorio, imágenes diagnósticas, farmacia y más.

Proveedores afiliados de la red

Gracias a nuestra gran cantidad de centros y proveedores afiliados en el condado de Lane, ofrecemos acceso a más opciones de atención y servicios cuando y donde los necesite. Nos enorgullece colaborar con un gran número de proveedores locales, entre ellos, los siguientes:

Servicios de atención primaria y de rutina

- PeaceHealth (proveedores participantes)*
- Orchid Health

Pediatría (niños menores de 5 años)

- PeaceHealth (proveedores participantes)*
- Eugene Pediatric Associates

Atención de urgencia

- PeaceHealth
- Atención de urgencia BestMed

Hospitales de atención de emergencia

Para emergencias médicas o de salud mental, llame al **911** o vaya al hospital más cercano.

Especialistas

- Slocum Center for Orthopedics & Sports Medicine
- Northwest Surgical Specialists
- Pacific Women's Center
- Women's Care
- The NeuroSpine Group
- Willamette Valley Cancer Institute
- Vista Counseling & Wellness Center
- Center for Family Development
- Options Counseling and Family Services
- Y mucho más

Visite kp.org/ubicaciones para ver una lista completa de nuestros centros de atención actuales y encontrar el más cercano. O llame a Servicio a los Miembros, al **1-800-813-2000** (TTY **711**).

* Nuestra asociación con PeaceHealth solo incluye los centros de Santa Clara, RiverBend Pavilion, Cottage Grove y Florence. No todos los proveedores de estos centros de atención primaria forman parte de nuestra red. Visite kp.org/medicos para verificar si pertenecen a la red. Para acceder a algunos servicios de atención especializada, debe contar con una referencia y una autorización previa.

Atención conveniente

Para usted que tiene una agenda ocupada

Visite kp.org/espanol o use la aplicación para hacer una cita de rutina en persona para el mismo día o el día siguiente. También puede consultar a un profesional clínico de salud por teléfono o videollamada las 24 horas del día, los 7 días de la semana.¹ Sin importar cómo decida comunicarse, siempre podrá hablar con un profesional de la salud que puede consultar sus antecedentes médicos y retomar su atención donde la dejó.

Haga mucho más en una sola visita

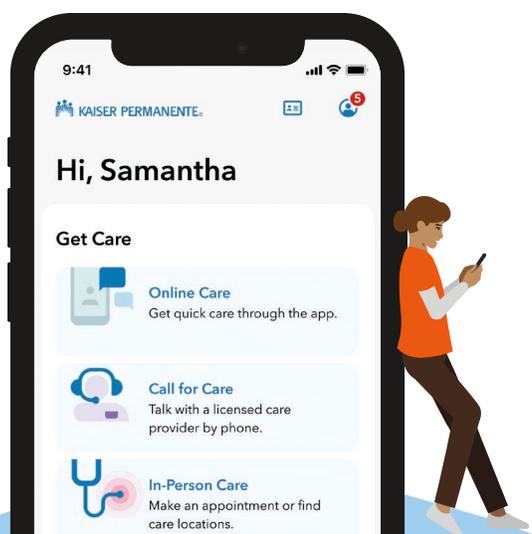
La mayoría de los centros de atención tienen farmacias y laboratorios en el mismo edificio, por lo que puede consultar a su médico, hacerse pruebas de laboratorio y recoger sus medicamentos, todo en un solo lugar.

Su bienestar en la palma de su mano

- Reciba atención virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Envíe correos electrónicos a su equipo de atención.
- Vea la mayoría de los resultados de laboratorio y las notas del médico.
- Vuelva a surtir la mayoría de los medicamentos.
- Regístrese para sus citas.
- Pague las facturas y consulte sus estados de cuenta.



Descubra cómo la aplicación de Kaiser Permanente² le permite administrar su atención. kp.org/movil



FAST COMPANY



Nuestra aplicación móvil ganó el premio "Design Company of the Year" (Compañía de diseño del año) de Fast Company en 2022 y el premio "People's Voice" (La voz de la gente) de Webby Awards en 2022 en la categoría de aplicaciones de salud y acondicionamiento físico.

Cuenta con cobertura mientras viaja



Si piensa viajar, podemos ayudarle a coordinar sus vacunas, volver a surtir sus medicamentos y mucho más. Además, mientras esté de viaje, contará con cobertura para atención de urgencia y de emergencia en cualquier lugar del mundo. Visite kp.org/viajero para obtener más detalles.

¹ Cuando corresponda y esté disponible. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado.

² Para usar la aplicación de Kaiser Permanente, debe ser un miembro de Kaiser Permanente registrado en kp.org/espanol. Estas opciones están disponibles cuando recibe atención en los centros de Kaiser Permanente.

Una mejor experiencia desde el primer momento

Para usted que recién está empezando

Cambiar de plan puede parecer muy complicado, pero en Kaiser Permanente guiamos a los miembros nuevos en cada paso. Por lo tanto, recibirá la atención que necesita sin interrupciones.



Para empezar, siga estos pasos sencillos.

kp.org/nuevosmiembros



Paso 1: Elija su médico

Conozca el equipo de Chase Gardens en Eugene y elija con mayor confianza a su médico antes de inscribirse. Visite kp.org/lane/care-team (en inglés) para explorar los perfiles de nuestros médicos en línea.



Paso 2: Conéctese con la atención en línea

Cuando comience su cobertura, cree una cuenta en kp.org/espanol o descargue la aplicación de Kaiser Permanente.* Luego, administre su atención cuando y donde lo desee, y a la hora que le sea más conveniente.

Para coordinar su atención con un proveedor de PeaceHealth, inicie sesión en su cuenta My PeaceHealth en my.peacehealth.org para consultar los resultados de las pruebas y comunicarse por correo electrónico con su proveedor.



Paso 3: Obtenga medicamentos

Tenga a la mano la información de sus medicamentos, y nosotros nos encargaremos del resto. Siga los pasos para transferir sus recetas médicas en internet o comuníquese con la Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros, al **1-888-491-1124 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

La atención médica no tiene por qué ser un tema complicado

No se preocupe si no sabe distinguir una organización para el mantenimiento de la salud (*Health Maintenance Organization, HMO*) de una cuenta de ahorros para gastos médicos (*Health Savings Account, HSA*); les pasa a muchas personas. Pero tenga la tranquilidad de que le ayudaremos a entender cómo funciona la atención médica. Ingrese a kp.org/infobasica para obtener información básica.



* Para usar la aplicación de Kaiser Permanente, tiene que ser miembro de Kaiser Permanente y estar registrado en kp.org/espanol. Estas opciones están disponibles cuando recibe atención en los centros de Kaiser Permanente.

Transición de la atención para nuevos miembros

Para usted que necesita un poco de ayuda

Nuestro objetivo es poder determinar sus necesidades personales y ponerlo en contacto con aquellos médicos y especialistas que puedan ayudarle a coordinar eficazmente la transición de su atención y a conseguir los medicamentos recetados.

Tipos de cuestiones médicas con las que nuestra Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros puede ayudarle:

	Necesidades frecuentes	<ul style="list-style-type: none">• Elegir un médico.• Programar una cita de rutina.• Transferir recetas médicas. <p>También disponible para autoservicio en kp.org/espanol, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.</p>
	Necesidades de padres e hijos	<ul style="list-style-type: none">• Elegir un pediatra o un médico familiar.• Comunicarse con el servicio de obstetricia y ginecología.• Transferir registros y antecedentes de salud.• Transferir recetas médicas.• Programar citas para vacunación y consultas de bienestar infantil.
	Necesidades de atención especializada	<ul style="list-style-type: none">• Comunicarse con especialistas, como oncólogos, ortopedistas y médicos especialistas en garganta, nariz y oído.• Comunicarse con profesionales de la salud mental.• Determinar las necesidades de un equipo médico duradero.
	Atención médica de alta complejidad	<ul style="list-style-type: none">• Conectarse con recursos de atención especializada para condiciones médicas, como cáncer, enfermedad renal, cuidados antes y después de una cirugía, y trasplantes.• Comunicarse con una farmacia para obtener medicamentos de especialidad e infusiones.

Visite kp.org/nuevosmiembros para comenzar por su cuenta o comuníquese con la Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros al **1-888-491-1124 (TTY 711)**. El servicio está disponible de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.



Cómo aprovechar su membresía al máximo

Para usted que está conociendo sus opciones

Mantenerse saludable va más allá de la consulta al médico. Para encontrar la atención que necesita, explore algunas de las opciones convenientes disponibles para los miembros.¹ Muchos de estos recursos no tienen costo adicional.



Elija a su médico de atención primaria de Kaiser Permanente

Sabemos lo importante que es encontrar el médico adecuado para usted. Como parte de su equipo de atención local, queremos que su atención sea lo más flexible y conveniente posible. Visite kp.org/lane/care-team (en inglés) para consultar los perfiles de médicos en línea y elegir un médico o cambiarlo cuando lo desee.



Programas de ejercicios físicos al instante y en persona a través de ClassPass²

Elija entre miles de videos de programas de ejercicios físicos para ver en cualquier momento y obtenga precios reducidos para clases en persona y mediante transmisiones en vivo. Obtenga más información en kp.org/classpass (en inglés).



Programas para un estilo de vida saludable

Mejore su salud con programas en línea que le ayudarán a perder peso, dejar de fumar, reducir el estrés y mucho más. Obtenga más información en kp.org/healthylifestyles (haga clic en "Español").



Asesoría de bienestar

Alcance sus objetivos de salud con la ayuda personalizada de un asesor de bienestar por teléfono. Obtenga más información en kp.org/wellnesscoach (en inglés).

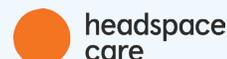
Más recursos para mejorar su salud integral^{3,4}



Use la meditación y la atención plena para desarrollar la resiliencia mental, reducir el estrés y mejorar la calidad del sueño.



Defina objetivos de salud mental, registre sus avances y reciba ayuda para manejar la depresión, la ansiedad y más.



Este enfoque hacia la salud mental preventivo y disponible al instante le brinda apoyo en cualquier momento y lugar.

Para obtener más información, visite kp.org/appsautocuidado.

¹ Los servicios mencionados anteriormente no son beneficios de su plan de salud ni cumplen con los términos establecidos en su *Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage)* u otros documentos del plan. Los servicios pueden suspenderse en cualquier momento y sin previo aviso. ² ClassPass no está disponible para miembros que solo tengan Kaiser Permanente Dental. ³ Solo los miembros mayores de 13 años pueden usar las aplicaciones Calm y myStrength. La aplicación Headspace Care y sus servicios no están disponibles para miembros menores de 18 años. ⁴ Calm, myStrength y Headspace Care no están disponibles para miembros que solo tengan Kaiser Permanente Dental.

Cómo ahorrar en servicios y productos para el bienestar

Para usted que está buscando ahorrar

Con Kaiser Permanente puede aprovechar los descuentos en herramientas en línea, clases, programas y actividades para mantenerse feliz y saludable. Visite kp.org/memberdiscounts (en inglés) para obtener más información.

CHP Active and Healthy

Con el programa Active and Healthy (Activo y Saludable) de CHP, usted y su familia pueden ahorrar dinero en sus actividades favoritas de salud, de entretenimiento y de alivio del estrés.

Explore las siguientes opciones y más en chpactiveandhealthy.com.

Aventuras y actividades al aire libre

Ahorre en gimnasios para practicar escalada, escuelas al aire libre, viajes de pesca guiados, alquiler de esquís y otras actividades que le permitirán estar en movimiento.

Arte y cultura

Obtenga descuentos para explorar museos, jardines, galerías de arte y centros de artes escénicas de su localidad. También puede ahorrar en clases de música y conseguir boletos de cine con descuento.

Ejercicio

Puede ahorrar en una gran variedad de membresías y servicios relacionados con el acondicionamiento físico: desde campamentos de entrenamiento, clases de artes marciales y gimnasios hasta centros acuáticos, estudios de danza y entrenadores personales.

Alimentación saludable

Encontrará ofertas para clases de cocina, suplementos nutricionales, servicios para el control del peso, suministros de jardinería y mucho más.

Atención alternativa y quiropraxia

Obtenga descuentos en medicina naturopática, atención quiropráctica, masajes y otras terapias alternativas de proveedores que pertenecen a la red de The CHP Group. Visite chpgroup.com para obtener más información y elegir un proveedor.

ChooseHealthy®

Con el programa ChooseHealthy puede seguir avanzando hacia una mejor salud. ChooseHealthy es un recurso en línea para obtener información sobre la salud, herramientas de salud y acondicionamiento físico, además de descuentos en productos para la salud. Este programa está disponible sin costo adicional para usted. Obtenga más información en kp.org/choosehealthy (en inglés).

- Organice las comidas del mes con planes de alimentación que se adapten a sus gustos, nivel de actividad física y objetivos de peso.
- Obtenga planes personalizados de ejercicios aeróbicos y de fuerza según sus objetivos de acondicionamiento físico.
- Ahorre con descuentos por membresía y en el costo de inscripción en más de 100 gimnasios, estudios de yoga y centros de ejercicio desde Longview, Washington, hasta Eugene, Oregón.

Estos productos y servicios los proporcionan entidades que no son Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW). Ciertos planes de beneficios de KFHPNW incluyen la cobertura de algunos de estos servicios con descuento. Consulte su *Evidencia de Cobertura* para obtener más información. KFHPNW no asume ninguna responsabilidad por estos productos y servicios con descuento. En caso de que surja algún problema, puede usar nuestro proceso de quejas formales llamando a Servicio a los Miembros, al 1-800-813-2000 (TTY 711).

Cobertura para servicios de la vista **de alta calidad**

Para usted que desea tener una vista saludable

Tener una vista saludable es mucho más que usar anteojos y lentes de contacto. Nuestros optometristas y oftalmólogos brindan cuidado integral de los ojos, incluidos exámenes rutinarios de la vista, lentes de contacto y anteojos recetados, para ayudarle a mantener la agudeza y la salud visuales.

Cómo obtener atención

Cuidado rutinario de los ojos y lentes de contacto recetados

Los miembros que se encuentran en el condado de Lane pueden acceder a exámenes rutinarios de la vista y solicitar lentes de contacto recetados en distintos proveedores afiliados de la comunidad, incluidos Eugene Eye Care Associates, Oregon Eye Consultants y Pacific ClearVision Institute, entre otros.

Envío de lentes de contacto por correo

También puede pedir lentes de contacto a Vision Essentials de Kaiser Permanente. Comuníquese al **1-800-813-2000** (opción 3) para pedir sus lentes de contacto recetados.

Anteojos recetados

Para obtener gafas de sol y anteojos recetados, los miembros del condado de Lane pueden visitar Focal Point y Pacific ClearVision Institute, entre otros.

Visite kp.org/lane (en inglés) para obtener más información acerca de nuestros socios de atención.



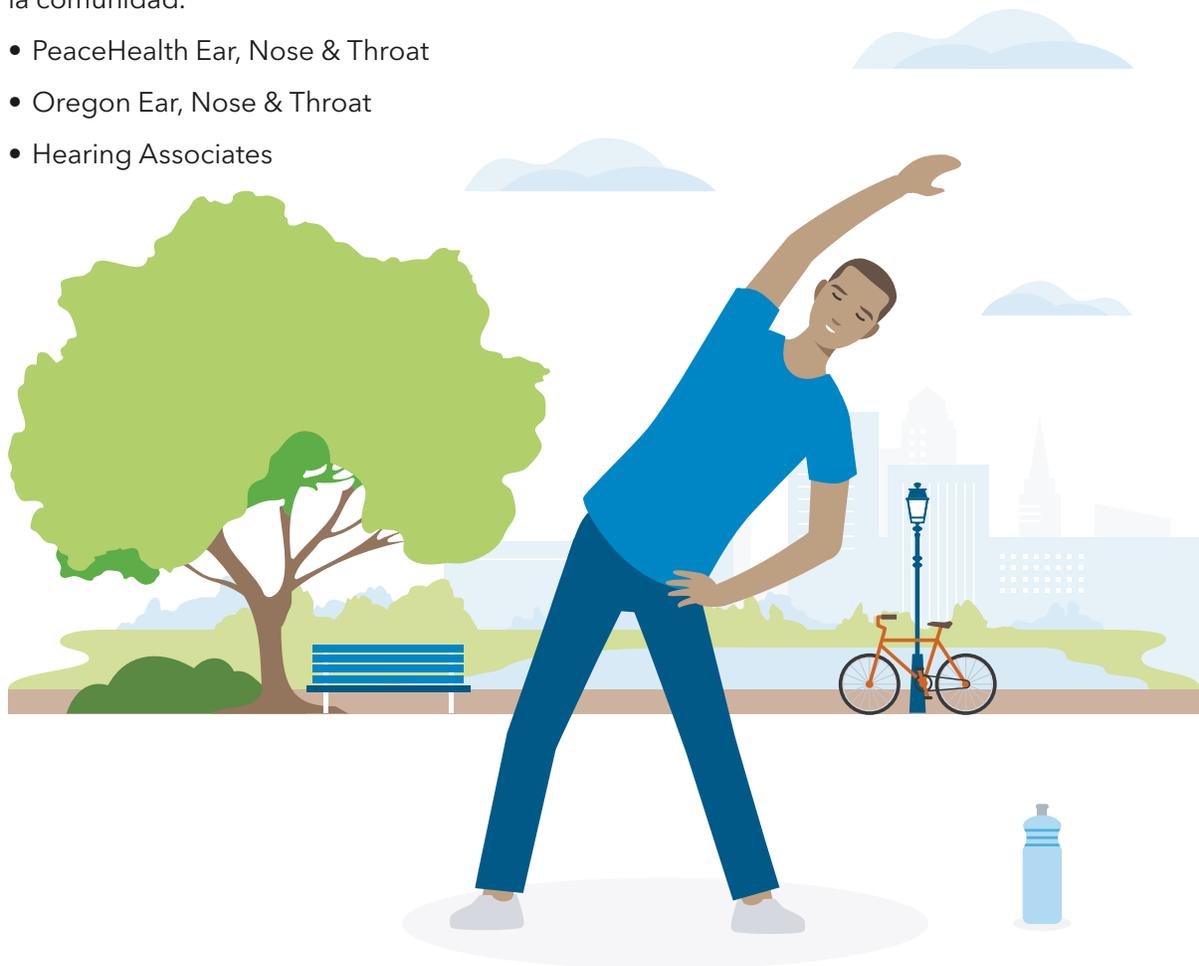
Cobertura de servicios de audiología en Kaiser Permanente

Escuchar bien le permite participar más activamente en la vida, con mayor confianza y seguridad, y más conectado con el mundo a su alrededor. Millones de estadounidenses tienen algún grado de pérdida de la audición. Pero ahora más que nunca, la pérdida de audición no implica que su calidad de vida tenga que cambiar. Nuestros audiólogos le ayudarán a elegir los audífonos que se adapten mejor a sus necesidades.

Cómo obtener atención

Los miembros que se encuentran en el condado de Lane pueden acceder a una evaluación de la audición sin una referencia en los siguientes proveedores afiliados de la comunidad:

- PeaceHealth Ear, Nose & Throat
- Oregon Ear, Nose & Throat
- Hearing Associates

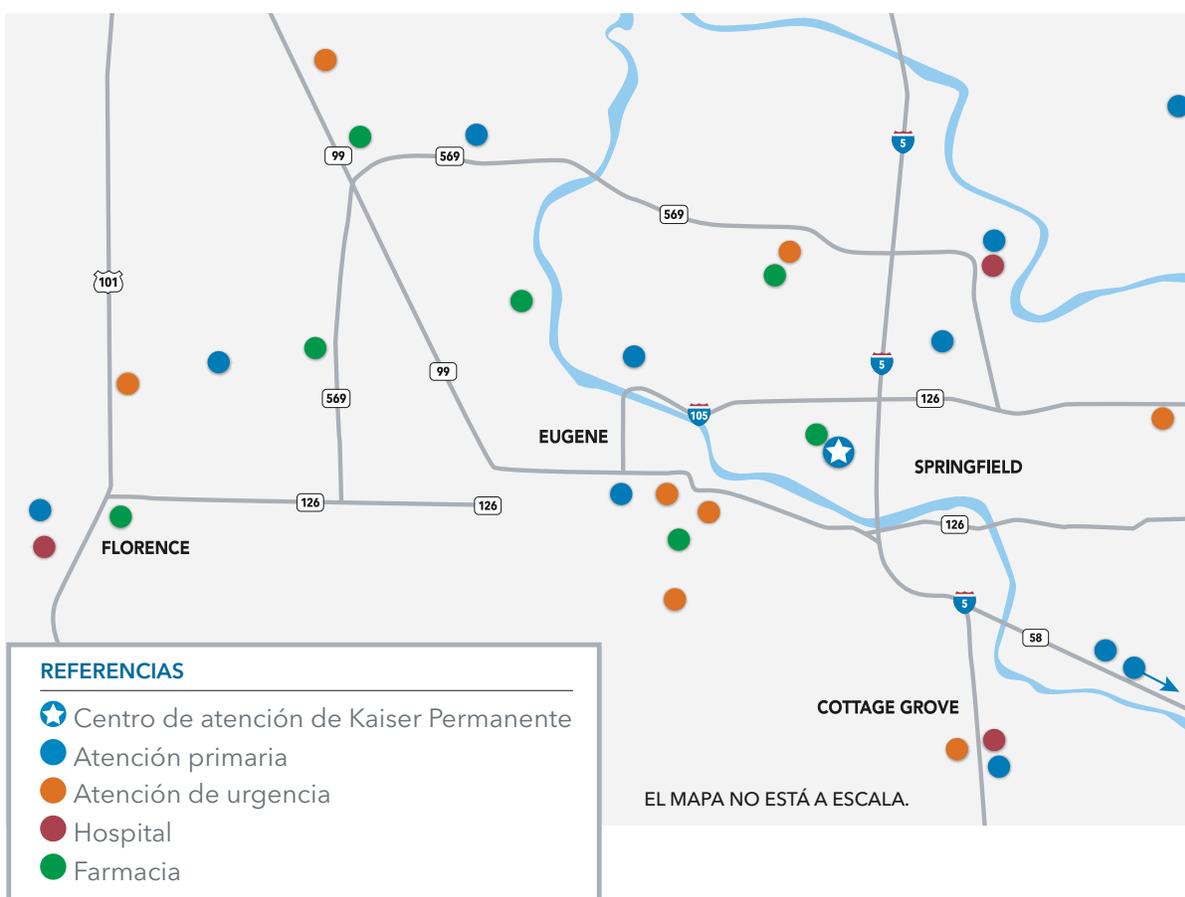


Dónde recibir atención en el condado de Lane

Como miembro que se encuentra en el condado de Lane, tiene acceso tanto a Chase Gardens Medical Office de Kaiser Permanente como también a una red de más de 700 proveedores afiliados que ofrecen atención de rutina, de urgencia o de emergencia en la zona de Eugene-Springfield. Nos enorgullece colaborar con un gran número de proveedores locales, como PeaceHealth Specialty Care,* Pacific Women's Center, Pacific ClearVision Institute, Eugene Foot & Ankle, Oregon Surgical Wellness, Willamette Valley Cancer Institute, Eugene Pediatric Associates, entre otros. Es posible que necesite una referencia o una autorización previa para algunas especialidades de acuerdo con su plan de beneficios.

Visite kp.org/ubicaciones para consultar todos los centros de atención actuales y encontrar el centro más cercano. O llame a Servicio a los Miembros, al **1-800-813-2000** (TTY 711).

Los datos de los centros de atención se actualizaron en diciembre de 2023.



El área de servicio comercial de Eugene-Springfield de Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest corresponde a miembros de Medicare, grupos de empleadores de empresas grandes y pequeñas, individuos y familias. A fin de ser elegibles para la cobertura, las personas deben vivir o trabajar en uno de los códigos postales aceptados específicos de miembros de Medicare, grupos de empleadores de empresas grandes y pequeñas, individuos y familias, o bien, estar inscritos en un plan fuera del área.

* Nuestra asociación con PeaceHealth solo incluye los centros de Santa Clara, RiverBend Pavilion, Cottage Grove y Florence. No todos los proveedores de estos centros de atención primaria forman parte de nuestra red. Visite kp.org/medicos para verificar si pertenecen a la red.

Nondiscrimination Notice

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (Kaiser Health Plan) complies with applicable federal and state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. Kaiser Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. 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 Member Services at **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, sex, gender identity, or sexual orientation, you can file a grievance with our Civil Rights Coordinator, by mail, phone, or fax. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you. You may contact our Civil Rights Coordinator at: Member Relations Department, Attention: Kaiser Civil Rights Coordinator, 500 NE Multnomah St. Ste 100, Portland, OR 97232-2099, Phone: **1-800-813-2000** (TTY: **711**), Fax: **1-855-347-7239**.

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, Phone: 1-800-368-1019, TDD: 1-800-537-7697. Complaint forms are available at www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

For Washington Members

You can also file a complaint with the Washington State Office of the Insurance Commissioner, electronically through the Office of the Insurance Commissioner Complaint portal, available at <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status>, or by phone at 1-800-562-6900, or 360-586-0241 (TDD). Complaint forms are available at <https://fortress.wa.gov/oic/onlineservices/cc/pub/complaintinformation.aspx>.

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 ដោយមិនគិតលុយ 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) ໂປດລາວ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ **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**).

Le ayudamos a encontrar la atención que necesita

Tener un buen plan de salud y acceso a una atención de calidad es importante para su tranquilidad. Con Kaiser Permanente, puede lograrlo.

¿Necesita más información?

Hable hoy mismo con un especialista en inscripciones sobre la atención especializada, las opciones adicionales y mucho más. Llame al **1-800-514-0985** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.

Servicio a los Miembros

1-800-813-2000 (inglés)

1-800-324-8010 (servicios de interpretación de idiomas)

711 (TTY)

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.

Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros

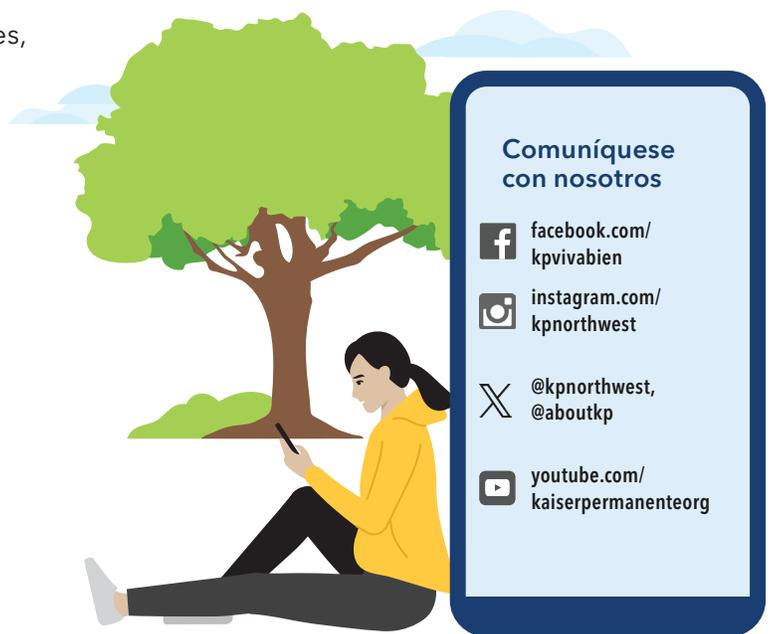
1-888-491-1124

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Servicios de Farmacia para Nuevos Miembros

1-888-572-7231

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.



Encuentre un centro de atención cercano en kp.org/ubicaciones.

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

Para obtener más información sobre los beneficios, la disponibilidad y las restricciones de Kaiser Permanente, visite kp.org/disclosures (haga clic en "Español").