Health Net of California, Inc. (Health Net)

Health Net CanopyCare HMO

CANOPYCARE HMO – 2027 年會員指南



掃描此處

SAN FRANCISCO
HEALTH SERVICE SYSTEM

探索 2027 年包含的內容

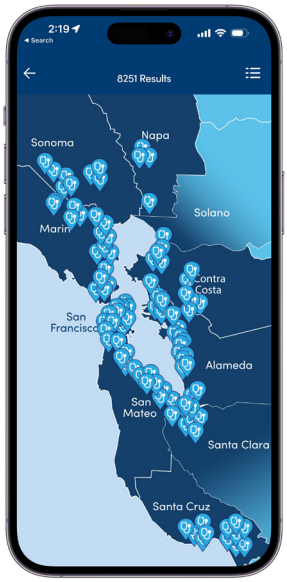
無論您是新加入 CanopyCare HMO 或在 2027 年回來使用，都能發現本指南是個實用的工具，可協助引導您的選擇。

適用於 San Francisco 健康服務系統 (SFHSS) 會員

- **San Francisco 城市與郡縣**
- **San Francisco 城市大學**
- **San Francisco 聯合學區**
- **San Francisco 高等法院**

瞭解 Health Net CanopyCare HMO

HMO 計畫適合像您一樣的 SFHSS 會員生活，在您生活和工作處提供高品質照護。



Health Net 提供 HMO 選項，在您生活或工作處提供高品質照護。我們與 Canopy Health 的聯盟提供您：

可使用 5,500+ 個醫療服務提供者

當地醫療團體[1]

- Dignity Health Medical Network – Santa Cruz
- John Muir Physician Network – Alameda、Contra Costa 和 Solano 部分地區
- Hill Physicians Medical Group – Alameda、Contra Costa、Marin、San Francisco、San Mateo、Sonoma 部分地區和 Solano 部分地區
- Santa Clara County IPA (SCCIPA) – Santa Clara

27 間醫院

85+ 緊急照護中心

更多醫師、專科醫師和醫院距離您更近

您的健保計畫包括 Canopy Health 網絡，這由四個知名的醫療團體和 30 間醫院組成[2]：

AHMC Seton Medical Center
AHMC Seton Medical Center Coastside
Alameda Hospital
Chinese Hospital
Dignity Health Dominican Hospital
Dignity Health Sequoia Hospital
Good Samaritan Hospital
Highland Hospital
John Muir Medical Center – Concord
John Muir Medical Center – Walnut Creek
MarinHealth Medical Center
Petaluma Valley Hospital
Regional Medical Center San Jose
San Leandro Hospital
San Ramon Regional Medical Center
St. Rose Hospital
Sonoma Valley Hospital
UCSF Benioff Children's Hospital at Oakland
UCSF Benioff Children's Hospital at Mission Bay
UCSF Medical Center at Mission Bay
UCSF Medical Center at Parnassus
UCSF Medical Center at Mount Zion
UCSF Health Saint Francis Memorial Hospital
UCSF Health St. Mary's Medical Center
Washington Hospital Healthcare System
Watsonville Community Hospital
Zuckerberg San Francisco General Hospital 以及 Trauma Center (有限服務)

Canopy Health 網絡包括 10 個 San Francisco 灣區郡縣：
Alameda、Contra Costa、Marin、San Mateo、Santa Clara、Santa Cruz、San Francisco、Sonoma 和 Solano 部分地區。

1「醫療團體」意指主治醫師所屬並負責協調您照護的醫師團體。
2 會員可在所選醫療團體內的醫院使用照護。



CanopyCare HMO 計畫要點

$0 自付額
大部分的服務具有固定共付額
您和您的主治醫師 (PCP) 決定如何滿足您的需求
無需轉介即可向醫療團體內的任何 Canopy Health 產科/婦科醫師看診[3]
輕鬆取得第二意見諮詢
聯盟轉介方案： • 減少障礙並簡化轉介 • 允許透過 PCP 轉介使用所有 Canopy Health 醫療服務提供者，而非僅使用您醫療團體中的醫療服務提供者
保健方案
行為健康無需 PCP 轉介



[3]允許對 PCP 醫療團體內的產科/婦科生育和生殖醫療保健服務使用自我轉介。若您想看診的產科/婦科醫師不屬於您 PCP 的醫師團體，但屬於 Canopy Health 網絡，則需要轉介。

福利摘要

醫療

福利說明	您的費用
預防性照護診所就診，包括婦女健檢	$0
醫師診所就診（醫療或行為健康）	$25
專科醫師診所就診	$25
由 Teladoc Health 提供的通話醫療服務[4]	$0
眼睛屈光檢查的視力檢查	$25
X 光化驗程序	$0
產前和產後診所就診	$0
住院（醫療或行為健康）	每次住院 $200
緊急照護	$25
急診室	$100
脊椎推拿治療服務（由 American Specialty Health 計畫 (ASH Plans) 提供）	$15/最多 30 次就診
針灸服務（由 American Specialty Health 計畫 (ASH Plans) 提供）	$15/最多 30 次就診

處方藥

福利層級	您的費用
零售（最多 30 天藥量）	
層級 1 – 普通牌	$10
層級 2 – 偏好品牌藥	$25
層級 3 – 非處方集	$50
層級 4 – 專科藥品	20%（每個處方箋有 $100 共付額上限）
郵購（最多 90 天藥量）	
層級 1 – 普通牌	$20
層級 2 – 偏好品牌藥	$50
層級 3 – 非處方集	$100

注意：此為摘要，不包括所有承保服務、限制或排除事項。請參閱您的承保範圍證明，瞭解承保範圍的所有條款與條件。

獲得您的會員 ID 卡

投保後，請在郵件中尋找新的會員 ID 卡。所有新會員和回歸投保的會員都將收到會員 ID 卡。立即檢查卡片，以確認主治醫師 (PCP) 資訊正確。若要請求更換醫療團體或 PCP，請在 **healthnet.com/sfhss** 登入您的帳戶，然後點選 ***Log In/Register***（登錄/註冊）按鈕。登入後，第一個面板的名稱為 **Doctor**（醫師）。在此面板的底部，請點擊「***Change my Primary Care Provider***」（變更我的主治醫師）連結。或者，您可以致電 Health Net 會員服務部電話 **833-448-2042**。您每個月可以進行此變更一次。

- **您的會員 ID 卡包括：**
  - 您的會員 ID 號碼（回歸會員 – 您的會員卡號碼不會變更）
  - 您的保險開始日期
  - 您的醫療團體、PCP 的姓名和聯絡資訊

若您在開始日期前沒有會員 ID 卡，請致電 Health Net 會員服務部電話 **833-448-2042**。

切記：您將需要在使用照護時出示 ID 卡



在您的網絡中尋找醫師和服務

透過 CanopyCare HMO，您可以存取整個 Canopy Health 網絡。若您想要第二意見或需要來自專科醫師的照護，您的醫師可以將您轉介到 Canopy Health 網絡內的醫師

您的主治醫師 (PCP) 和醫療團體[5]

每位會員都有一名醫生作為他們的主治醫師 (PCP)。您的 PCP 可幫助您保持健康並在您生病時協助照護。

聯盟轉介方案

此方案可簡化轉介，並讓會員能夠使用所有 Canopy Health 醫療服務提供者，而非僅使用其醫師之醫療團體中的醫療服務提供者 。

新的轉介方法

您可以在照護中扮演積極角色。您和您的醫師可做出適合您生活方式的選擇。這多麼簡單！

向專科醫師看診的三個步驟

1. 與您的 PCP 交談。若您需要專科醫師，您和您的 PCP 可以討論最佳選項。您的 PCP 將會為您進行轉介。[6]
2. 將會在核准轉介時通知會員和醫療服務提供者。
3. 與專科醫師預約看診。

需要協助

CanopyCare 客戶照護專員可以回答關於以下事項的任何問題：

- 聯盟轉介方案
- 將您的照護過渡到新的醫療服務提供者，包括關於如何轉移病歷的資訊
- 瀏覽 Canopy Health 網絡

如需更多關於聯盟轉介方案或瀏覽 Canopy Health 網絡的資訊，請透過安全電子郵件或電話號碼聯絡 CanopyCare 客戶照護專員，服務時間為太平洋時間週一至週五上午 8:00 至下午 5 點

電子信箱：CHAllianceReferrals@canopyhealth.com
電話：833-448-2042



您的網絡涵蓋在緊急照護診所進行的照護。只要您需要，就能承保急診照護。

[5]「醫療團體」意指主治醫師所屬並負責協調您照護的醫師團體。

[6]允許對 PCP 醫療團體內的產科/婦科生育和生殖醫療保健服務使用自我轉介。若您想看診的產科/婦科醫師不屬於您 PCP 的醫師團體，但屬於 Canopy Health 網絡，則需要轉介。

照護過渡



我們在此協助您輕鬆處理過渡事宜

下列是您可以採取的步驟，以協助確保順利過渡到新的計畫。

1. 續配處方藥 – 包括藥物和醫療設備。
2. 轉移病歷
3. 申請持續照護 (COC)

如需詳細資訊，請造訪 **healthnet.com/sfhss** *>Enrollment (投保)> Continuity of Care (持續照護)*

持續照護



醫療

若您在開放投保期變更健保計畫，您可能可以透過目前的醫師或醫療團體繼續照護。此稱為持續照護。您在投保後有 60 天可申請 COC。以下是 COC 合格條件清單：

- **急性病況**
- **嚴重慢性病況 – 最多一年保險**
- **懷孕 (包括立即產後照護)**
- **分娩者的精神健康 - 自診斷或懷孕結束起，承保期最長為一年**
- **剛出生至 36 個月大 – 承保期最長為一年**
- **臨終疾病**
- **您之前的健保計畫授權了外科手術或其他診療，作為記錄在案的療程的一部分**

若您或家人對於上述醫療狀況之一向網絡外醫療服務提供者取得醫療，請盡快填寫 COC 表單。您可以造訪 **healthnet.com/sfhss > Enrollment (投保) >Continuity of Care** (持續照護)，或致電會員服務部電話 833-448-2042，以尋找 COC 表單。代表將會協助您判定是否符合 COC 資格。

藥房

新會員：維持需要事先授權的維持藥物和醫療設備（例如血糖監測器和 CPAP 機器）的保險

為了避免您的處方箋在前 90 天出現任何問題，請填寫處方箋照護過渡表，這可在 **healthnet.com/sfhss** 的 Continuity of Care（持續照護）頁面取得。如需需要事先授權的藥物和醫療設備的完整清單，請造訪 **healthnet.com**，或透過會員 ID 卡上的電話聯絡我們。

行為健康

若您或家人正在接受精神健康服務或物質濫用障礙治療（住院或門診），請致電 833-996-2567 瞭解是否可以取得 COC 協助。



瞭解在何處可以取得照護

您的計畫提供了許多方式，確保您在需要時得到您所需的醫療保健

在醫生診所

看您的主治醫師 (PCP)以進行例行性和預防性照護，包括年度健康檢查、疫苗接種等。如有需要，您的 PCP 可以將您轉介至網絡內的其他醫療服務提供者。

若要尋找 CanopyCare HMO 網絡內的醫師，請造訪 **healthnet.com/sfhss** 上的「Find a Provider」(尋找醫療服務提供者) 工具。

行為健康服務

您的精神健康和藥物濫用障礙福利包括：

- 接受治療師、心理師或精神科醫師的治療。
- 治療後隨訪與病後照護。
- 其他醫療必需住院和門診服務。

需要協助？ 請致電您的 Health Net 會員 ID 卡上的精神健康福利和約診電話號碼。客戶服務代表和持照照護經理隨時為您在以下方面提供協助：

- 關於您福利的疑問。
- 如果您遇到危機或緊急情況，可立即獲得協助。
- 尋找可提供服務的醫療服務提供者。[7]

您與網絡醫療服務提供者的門診預約不需要核准。

在家

虛擬醫療或行為健康看診

只要成為 Health Net 會員，您也可以享有 Teladoc Health[8] 虛擬看診！透過 Teladoc Health，您可以：

- 全天候預約電話或視訊醫療服務以治療非緊急醫療狀況。[9]
- 每週 7 天進行行為健康電話或視訊約診。[10]
- 如有需要，可取得藥物處方。[11]
- 當您的固定醫師無法提供服務時，Teladoc Health 可協助您解決感冒、鼻竇感染、胃潰瘍等常見的非緊急問題。

與醫療保健提供者交談 – **$0 共付額**！

請瀏覽 **www.teladoc.com** 或撥打 800-TELADOC (835-2362)

護士諮詢專線

隨時撥打 24/7 全天候護士諮詢專線，即可獲得註冊護士的快速協助。獲得有關感冒、流感、慢性疼痛和藥物的解答 - 只需撥打會員 ID 卡上的電話號碼即可。

在診所

緊急照護中心

在您的醫師沒有空時取得當日照護。有些緊急照護中心提供 X 光和化驗。

若要尋找 CanopyCare HMO 網絡內的緊急照護中心，請瀏覽 **healthnet.com/sfhss**。

脊椎推拿治療和針灸

- 每個 (每個) 日曆年可獲得 30 次脊骨神經治療和 30 次針灸治療
- 您不需透過您的 PCP 轉介
- 如需尋找醫療服務提供者，請瀏覽 American Specialty Health Plans (ASH Plans) 或致電 **800-678-9133**。



配取您的處方藥

請至網絡內藥房配取日常處方藥或胰島素。若您為自己施用注射型藥物，請與醫師討論續配事宜。

如何使用 CVS Caremark 郵寄服務藥房

若您訂購最多 90 天藥量的維持型藥物或胰島素，可以降低費用。透過口服、外用、吸入或注射方式自行施用的專科藥品不提供超過 30 天的藥量，且無法透過 CVS Caremark 郵寄服務藥房提供。

若要使用 CVS Caremark 郵寄服務藥房，請填寫並寄送訂購表或請醫師致電 800-875-0867。讓自己方便取得藥物名稱和醫師的聯絡資訊：

- 姓名
- 電話號碼
- 傳真號碼（如有）

注意：此方案僅適用於維持型藥物。有些藥品無法透過郵寄服務方案提供。



提示：要求普通牌藥品以降低費用。

透過輔導、支援和自訂目標掌控您的健康

Health Net 專注於提供您需要的工具，以過著更健康、更有生產力的生活。我們的方案可以協助您和您的家人做出健康的生活型態選擇。若要使用我們的保健方案，請登錄 ***healthnet.com/sfhss****，然後點選 Health & Wellness（健康和保健）。*



RealAge® 方案

RealAge 方案是我們的健康行為方案，以 4 項最高生活型態風險為目標：**壓力**、**睡眠**、**營養**和**活動**。

這是根據 RealAge 測試結果及使用者的興趣所量身打造的。它還與 Sharecare 的功能完全整合，例如追蹤器，可永續參與並促進行為改變，以協助使用者降低 RealAge。



RealAge® 測試

RealAge 測試提供行為和醫療健康風險的個人化報告。進行線上 RealAge 測試後，立刻就會收到個人化的行動計畫。

立即在 **healthnet.sharecare.com** 網站上進行 RealAge 測試。您將會因進行此項測試而獲得一張 **$50 禮品卡**。當您將檢測結果告知醫師或完成三次健康輔導通話，即可額外賺取一張 **$25 禮品卡**。當您完成兩個 Sharecare 線上課程時，即可再獲得一張 **$25 禮品卡**。[5]



渴望 Quit®

此戒煙方案涵蓋大部分尼古丁產品的類型，可讓您與戒斷教練交談，獲得鼓勵和支持，並提供個人化的戒斷計畫。創新的 21 天方案教導渴望和習慣意識，以協助參與者戒煙或戒掉電子煙。此外，若與教練完成該方案並完成另一項線上 Sharecare 項目，您可以賺取一張 **$25 禮品卡**。



Health Coaching 方案

- **Health Coaching 方案（電話）：**透過一對一支援，您和您的健康教練可以找到您的動力並解決影響短期健康風險和長期目標的特定健康行為。完成 3 次健康輔導通話以及一次評估通話，可賺取 **$25 獎勵**。
- **Health Coaching 方案（數位）：**使用虛擬教練，提供您改善健康和降低疾病風險的知識和工具。您將獲得根據您的興趣和喜好量身定制的個性化作業和目標設定建議。主題包括壓力管理、戒菸、運動、減肥、健康飲食等！

注意：參與這些 Sharecare 方案可獲得的最高獎勵為 $100。

Eat Right Now® 方案

擺脫節食過山車，建立持久的健康習慣。該方案提供三種軌道：**留意飲食**、**減重**和**糖尿病預防**。經過簡短的評估後，您將配對到最適合您健康目標的軌道。

- **留意飲食** – 提供建立謹慎飲食習慣的基礎，並重塑您與食物的關係。完成此軌道以及另一項線上 Sharecare 項目，可賺取 **$25 禮品卡**。
- **減重** – 以持久減重的工具來擴展留意飲食。您將與個人教練合作，加入每週即時通話，並隨著時間透過免費體重計和活動追蹤器追蹤您的進度。[12]
- **糖尿病預防計畫** 該計畫獲得了 CDC 的認可，通過量身定制的指導幫助預防 2 型糖尿病。糖尿病前期的參加者可獲得個人化的輔導、加入每週即時通話，並可取用免費的體重計和活動追蹤器。[12]

Sharecare 幫您解壓

這個數位程式利用正念來幫助您建立適應力。無論您是白天感到壓力，還是晚上感到疲憊，您都可以快速得到平靜。透過呼吸練習、冥想、睡眠支援等，它能幫助您減輕生活壓力。

注意：參與這些 Sharecare 方案可獲得的最高獎勵為 $100。

Welvie – 做出更好的健康照護決策

手術並非總是可以預期，與醫生一起選擇治療方案可能會令人困惑。Welvie 協助您準備。這項線上計畫帶領您走過從診斷、治療選擇到準備和康復的整個過程。

不考慮手術？Welvie 依然能協助您提出更精準的問題，並在與醫師討論時做出更明智的決定。請瀏覽 welvie.com，註冊並開始使用。請瀏覽 **welvie.com**，註冊並開始使用。

瞭解如何做出更好的健康照護決策，並獲得一張 **$25 禮品卡** 。[13]

Active&Fit Direct™ 計畫

透過 Active&Fit Direct 計畫，您可以獲得：

- 超過 17,000 部數位健身影片，無論在家或外出都能隨時隨地使用。
- 超過 12,800 家標準健身中心（可隨時自由轉換），加上超過 10,200 家頂級健身工作室。
- 針對健身、營養、壓力管理及睡眠的生活方式輔導。
- 可與 250 多種穿戴式裝置及應用程式同步的活動追蹤功能。
- 沒有長期合約。使用標準健身中心，每月僅需 $28（另需支付 $28 一次性註冊費及相關稅費）[7]
- 如欲瞭解更多資訊，請登入 **healthnet.com/sfhss** 以瀏覽 Active&Fit Direct 網站

Start Smart for Your Baby®

每一次懷孕的情況都不盡相同。中度及高風險懷孕需要特別照護，以保護您和寶寶免於出現不良健康後果。

Start Smart for Your Baby 計畫由照護經理提供額外支援，他們將與您及您的醫師密切合作，確保您在懷孕期間、分娩後及產後都能獲得最佳照護。他們能協助您取得正確的資訊與資源，例如：

- 可享用的福利
- 協助尋找醫師
- 母乳餵養用品
- 哪裡可以找到健康食品、嬰兒床、安全的住所、衣物等。

作為會員登錄 **healthnet.com/sfhss** 以瞭解更多資訊並註冊。

護士諮詢專線

我們每週 7 天、每天 24 小時提供服務的護士諮詢專線讓您隨時（無論晝夜）都能透過電話及時向註冊護士尋求協助，回答健康問題。

請撥打會員 ID 卡背面所列的電話號碼，以獲得即時協助。

護士可以回答有關感冒和流感、輕微疾病與受傷、慢性疼痛以及用藥等問題。



掃描此處

如欲瞭解更多資訊，請掃描此處 **www.startsmartforyourbaby.com**。

充分利用我們的線上工具

加入 Health Net 後，您獲得的不僅僅是醫療保健。您將獲得專為 Health Net 健保計畫打造的客製化網站，僅限 San Francisco 健康系統會員使用！



所需資訊，盡在指尖：

- **獲**取您的數位會員 ID 卡
- **查看**您的健保計畫福利，並隨時掌握最新資訊
- **尋找照護** – 尋找緊急照護中心、醫院或醫師
- **尋找** LGBTQ+ 資源和支援
- **透過 Teladoc Health 獲取**虛擬照護
- **獲取有關**您的承保範圍和福利的重要更新資訊
- **更換**您的主治醫師 (PCP)

尋找醫療服務提供者

使用 Health Net 的 Find a Provider（尋找醫療服務提供者）工具，搜尋醫師、醫院、緊急照護中心及其他類型的醫療服務提供者，並可查閱最新的醫療服務提供者網絡清單。

掃描此處

立即註冊！

F醫療服務提供者 - 逐步進行

1 前往

前往 **healthnet.com/sfhss** 並點選 *Find a Provider（尋找醫療服務提供者）*

2 選擇地點

輸入您的城市、郵遞區號或地址。

3 選擇您的計畫

- **選擇 HMO – CanopyCare**

4 搜尋

按醫療服務提供者名稱、專科或醫療機構進行搜尋。





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 1-800-522-0088 (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) 1-800-522-0088

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 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (TTY: 711)。

Hindi
बिना लागत की भाषा सेवाएँ। आप एक दुभाषिया 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 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (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、1-800-522-0088 、(TTY: 711)。

Khmer
សេវាភាសាដោយឥតគិតថ្លៃ។ អ្នកអាចទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់។ អ្នកអាចស្តាប់គេអានឯកសារឱ្យអ្នក។ សម្រាប់ជំនួយ សូមទាក់ទងយើងខ្ញុំតាមរយៈលេខទូរសព្ទដែលមាននៅលើកាតសម្គាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ឬ ទាក់ទងទៅមជ្ឈមណ្ឌលទំនាក់ទំនងពាណិជ្ជកម្មនៃក្រុមហ៊ុន 1-800-522-0088 (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 전화하시거나 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Navajo
Saad Bee Áká E'eyeed T'áá Jíík'e. Ata' halne'ígíí hóló. T'áá hó hazaad k'ehjí naaltsoos hach'į' wóltah. Shíká a'doowoł nínízingo naaltsoos bee néího'dólzinígíí bikáa'gi béésh bee hane'í bikáá' áajį' hodíílnih éí doodaii' 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Panjabi (Punjabi)

ਬਨਿਾਂ ਕਸਿੇ ਲਾਗਤ ਤੋਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਚਿ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਤੇ ਦੱਤਿੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Russian

Бесплатная помощь переводчиков. Вы можете получить помощь устного переводчика. Вам могут прочитать документы. За помощью обращайтесь к нам по телефону, приведенному на вашей идентификационной карточке участника плана. Кроме того, вы можете позвонить в 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (TTY: 711).

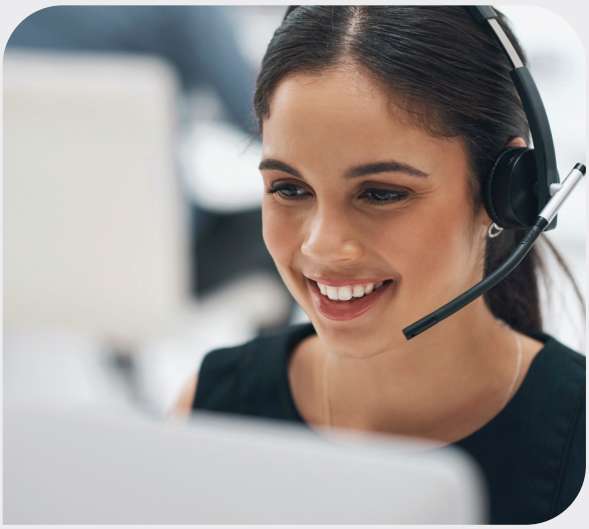
Thai

ไม่มีค่าบริการด้านภาษา คุณสามารถใช้ล่ามได้ คุณสามารถให้อ่านเอกสารให้ฟังได้ สำหรับความช่วยเหลือ โทรหาเราตามหมายเลขที่ให้ไว้บนบัตรประจำตัวของคุณ หรือ โทรหาศูนย์ติดต่อเชิงพาณิชย์ของ 1-800-522-0088 (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 1-800-522-0088 (TTY: 711).

FLY1775151XH01w (10/24)



適用於所有 Health Net CanopyCare HMO 會員

致電 Health Net 會員服務部電話 833-448-2042 以詢問問題或尋找資源。

我們提供協助的時間為週一至週五上午 7:30 至下午 5:30（太平洋時間）

開始您的健康之旅。

healthnet.com/sfhss

7如有要求，行為健康代表將代表您聯絡醫療服務提供者，並在找到可提供服務的醫療服務提供者後與您聯絡。請注意，醫師/精神科醫師的例行預約可能需要 15 個工作日，治療師則可能需要 10 個工作日。

8您可以親自或透過通話醫療（若可用）從您的主治醫師、提供治療的專科醫師或符合 California 法律要求的服務及現有及時性和地理可及性標準的其他簽約個人健康專家、簽約診所或簽約健康機構。透過 Teladoc Health (Teladoc) 獲得的服務的任何分攤費用將計入您的自費額上限和自付額（如果您的計畫有自付額）。透過 Teladoc 進行安排，即表明您同意使用 Teladoc 透過通話醫療接受服務。請參閱您的健保計畫承保範圍文件，瞭解承保範圍資訊和遠距醫療服務的定義。您有權查閱您透過 Teladoc 所接受服務的病歷。除非您另有選擇，否則透過 Teladoc 提供的任何服務都應與您的主治醫師分享。

9進行預約以便與 Teladoc 醫師進行虛擬看診，請致電 1-800-TELADOC (835-2362)，或瀏覽 www.teladoc.com，或下載 Teladoc 應用程式。可透過電話或視訊看診。

10行為健康專業人員的服務時間為週一至週日上午 7:00 至晚上 9:00（太平洋時間）

11獲得通話醫療服務並不保證一定能獲得處方。

12在投保時提供體重計。減去的重量達 2%、或留在方案超過 30 天、或與方案互動至少 10 天（天數不必連續）後，可獲得活動追蹤器。

13如要獲得禮品卡，您需要完成方案的前三個步驟，並回答簡短的問卷調查。每位會員每年可獲得一次禮品卡獎勵。

您可以透過目前於 Health Net of California, Inc. 的投保身分使用我們的保健方案。我們的保健方案不屬於 Health Net 的商業醫療福利計畫。這些方案並非附屬於 Health Net 醫療服務提供者網絡，其服務得修訂或撤銷，恕不另行通知。這些方案（包括向任何臨床醫師看診）是 Health Net 向投保者提供的附加資源。提供的資訊並非用於替代專業醫療照護。請務必遵循醫療保健醫療服務提供者的指示。CanopyCare HMO 由 Health Net of California, Inc. (Health Net) 提供。

Health Net of California, Inc. 是 Health Net, LLC 和 Centene Corporation 的子公司。Health Net 是 Health Net, LLC 的註冊服務標章。本文件所提及的其他所有商標／服務標章仍屬其各自公司所有。保留所有權利。

BKT064835CH04 (1/27)