ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ (ਮੈਡੀਕੇਡ) (Washington Apple Health (Medicaid) ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ—ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ, ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਲਾਗ (STI) ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਨਾ, ਨੁਸਖ਼ੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਵਾਂ ਲੈਣਾ, ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣਾ।

ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ,ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੀ ਉਮਰ 19 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ! ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਕਿਫਾਇਤੀ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਕਵਰੇਜ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ! ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈ ਵਾਸਤੇ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਟੈਕਸ ਨਿਰਭਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਾਅਵਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਮ ਨਿਯੰਤਰਣ ਜਾਂ STI ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਹੈਲਥਪਲਾਨਫਾਈਂਡਰ (Washington Healthplanfinder) ਨੂੰ 1-855-923-4633 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਤੁਸੀਂ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਅਪਲਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ)। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾੱਲ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਕਹੋ: "ਮੈਨੂੰ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ"। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੁਣੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ!

- ਔਨਲਾਈਨ: **wahealthplanfinder.org** 'ਤੇ ਜਾਓ -"ਹੁਣੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ"("Apply Now") ਬਟਨ ਚੁਣੋ।
- ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ: WAPlanfinder ਐਪ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ। ਫੋਨ: ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਹੈਲਥਪਲਾਨਫਾਈਂਡਰ ਨੂੰ (Washington Healthplanfinder) 1-855-923-4633 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।
- ਦਸਤਾਵੇਜ਼: ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ **hca.wa.gov/health-care-application**.
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ: ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, ਸਥਾਨਕ ਸ੍ਰੋਤ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। **wahealthplanfinder.org** 'ਤੇ ਜਾਓ - ਗਾਹਕ ਸਹਾਇਤਾ ਲਿੰਕ ਰਾਹੀਂ ਨੈਵੀਗੇਟਰ ਲੱਭੋ।

Washington Apple Health

Washington State Health Care Authority

HCA 19-023 PJ (5/23) Punjabi

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ:

- ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਆਮਦਨ।
- ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ।
- ਜਨਮ-ਤਾਰੀਖ਼।
- ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਡਾਕ ਪਤਾ।
  - ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਡਾਕ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਦੇ ਪਤੇ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਯੂਥ ਸ਼ੈਲਟਰ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪਤੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ (Apple Health) ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਵਰੇਜ ਨੂੰ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਸਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 19 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ **wahealthplanfinder.org**'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਰੀਨਿਊ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 1-855-923-4633 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕਵਰੇਜ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਕਮਿਊਨਿਟੀ-ਆਧਾਰਿਤ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਨੈਵੀਗੇਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ, **wahealthplanfinder.org** 'ਤੇ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਹੈਲਥਪਲਾਨਫਾਈਂਡਰ (Washington Healthplanfinder)'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ?

ਮੁਫ਼ਤ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ!
ਜੇ ਇਸ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਜਾਂ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਜਾਂ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦੀ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਕੋਈ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੋਲਣੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲੇ ਹੋ, ਬੋਲੇ ਨੇਤਰਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ। ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **hca.wa.gov/interpreter-services** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਵਾਜਾਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਲਾਗਤ ਦੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ Apple Health (ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ) ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਆਵਾਜਾਈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਡਾੱਕਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **hca.wa.gov/transportation-help** 'ਤੇ ਜਾਓ।

HCA ਸਾਰੇ ਲਾਗੂ ਫ਼ੈਡਰਲ ਅਤੇ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਦੇ ਸਿਵਿਲ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਇਕੋ- ਜਿਹੀ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-562-3022 (TRS: 711) 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।