ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ: ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ? ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਓਪਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਹੋਵੋ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਂ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਾਂ?

- ਔਨਲਾਈਨ: *Washington Healthplanfinder* ਲਈ **wahealthplanfinder.org** 'ਤੇ ਜਾਓ
- ਫੋਨ: 1-855-923-4633 (TTY:1855-627-9604) 'ਤੇ ਗਾਹਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ
  - 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਸਬੰਧੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
- ਦਸਤਾਵੇਜ਼: **hca.wa.gov/health-care-application**
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ‘ਤੇ: ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਵਾਧੂ ਲਾਗਤ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਸ੍ਰੋਤ, ਜੋ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
  - ***Washington Healthplanfinder* ਨੈਵੀਗੇਟਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਈਬਲ ਸਹਾਇਕ**

ਮੈਂ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਕਦੋਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੇ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਮਿਆਦਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਓਪਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ।

ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਜੇ ਮੈਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨਾਲ ਹੀ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਵਰੇਜ ਵਾਸਤੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਆਪਣੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਸ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇੰਜ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ (Washington Apple Health) (Medicaid) ਕਵਰੇਜ:
ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ ਸਿਹਤ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨਾਲ **hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/area_representatives.pdf** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਢੁਕਵੇਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ:

- *Washington Healthplanfinder:* 1-855-923-4633

ਚੌਕਸ ਰਹੋ: ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਜਾਂ ਚਿੱਠੀ ਰਾਹੀਂ ਨੋਟੀਫ਼ਿਕੇਸ਼ਨ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿ ਸਾਂਝੀ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋਇਆ ਨੋਟੀਫ਼ਿਕੇਸ਼ਨ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ।

ਕੀ ਮੈਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹੋ, ਵੱਖ ਹੋ ਗਏ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਘਰੇਲੂ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੱਖਰੀ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ *Washington Healthplanfinder*, ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੈਕਸ ਫ਼ਾਈਲਿੰਗ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ "ਸਿੰਗਲ ਫ਼ਾਈਲਿੰਗ ਟੈਕਸ" ਵਾਲੇ ਹੋ। ਫ਼ੈਡਰਲ ਦੀਆਂ ਸੇਧਾਂ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ IRS ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੁਰਮਾਨੇ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਇੰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Washington State Health Care Authority

washington healthplanfinder

HCA 22-330 PJ (3/24) Punjabi

ਕੀ ਮੇਰੀ ਨਵੀਂ ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਮੇਰੇ ਵਲੋਂ ਭਰੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ?

ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਗੁਪਤ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਲਿਖਤੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ, ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤੀਜੀ ਧਿਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

ਜੇ ਮੈਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਏਗਾ?

- Apple Health ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਵਿੱਚ ਛੋਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਢੁਕਵੇਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਲਈ ਪੁਸ਼ਟੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ 95 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ਰਤੀਆ ਹੱਕ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਮੇਰੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਰਜੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਬੂਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਏਗਾ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਹੈ, ਤਾਂ *Washington Healthplanfinder* ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨੰਬਰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰੌਨਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਨੰਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਕਵਰੇਜ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਣਯੋਗ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ। **ਪਛਾਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪ੍ਰਵਾਣਯੋਗ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ।**

ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੋਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ?

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਰਜੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾ, ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਸ਼ਖ਼ਸ ਨੂੰ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਬੀਮੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

Apple Health

ਜੇ ਤੁਸੀਂ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Apple Health Expansion ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਜੁਲਾਈ 2024 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ)। **hca.wa.gov/apple-health-expansion** 'ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਪਤਾ ਲਾਓ।

ਆਪਣੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਰਜੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਸ਼ਖ਼ਸ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ **ਬੱਚਿਆਂ**, **ਗਰਭਵਤੀ ਸ਼ਖ਼ਸ** ਅਤੇ **ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਕਵਰੇਜ** ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵੇਖੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ** ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਅਤੇ ਕਾਸਕੇਡ ਕੇਅਰ (Cascade Care Savings) ਬਚਤਾਂ ਲਈ ਵਿਕਲਪ

ਤੁਸੀਂ ਢੁਕਵੇਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਡੈਂਟਲ ਪਲਾਨ ਲਈ ਖ਼ਰੀਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਲਾਗਤ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਕਲਪਾਂ** ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ। ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ **ਖ਼ਾਸ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਮਿਆਦ** ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਓਪਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਹਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਾਂ ਬਦਲ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਾਂ ਦੀ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਏਗਾ।

ਮੈਂ ਪਤੇ ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ACP) ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ/ਲੈਂਦੀ ਹਾਂ। ਕੀ ਮੈਂ *Washington Healthplanfinder* ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਆਪਣੇ "ਘਰ ਦੇ ਪਤੇ" ਵਜੋਂ ਆਪਣਾ ACP PO ਬਾੱਕਸ ਨੰਬਰ ਭਰੋ। ਆਪਣਾ ACP ਪਤਾ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ "ACP ਨੰਬਰ" ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਇੱਕ ਬਾੱਕਸ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏਗਾ – ਪਤੇ ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਲੋਂ ਮਿੱਥਿਆ ਗਿਆ ਆਪਣਾ PMB ਜਾਂ ID ਨੰਬਰ ਭਰੋ। ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਈ-ਸਾਈਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬਾੱਕਸ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਹ ਜ਼ਿਪ ਕੋਡ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਏਗਾ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਮਿਲੇਗੀ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਤੇ ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ACP) ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ Apple Health ਲਈ ਮੰਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਥਰਸਟਨ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਖਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਆਪਣੇ ਵਾਲੇ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਇਲਾਕੇ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਵਿਚਲਾ ਮੁਢਲਾ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (PCP) ਚੁਣ ਸਕੋਗੇ। 1-800-562-3022 (ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 16131) 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੁਆਲ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਅਥਾੱਰਿਟੀ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ