

**پلان صحت روانی شهرستان سن دیگو**  
**خلاصه تغییرات کتابچه راهنمای ذینفع – دسامبر 2023**

بخش	بازنگری	چه چیز تغییر یافته بود
پاورقی های کتابچه راهنمای کاربر	معلومات به روز شده.	• لینک وب سایت به روز شده.
معلومات عمومی بخش فرعی: پلان صحت روانی من مسئول چه چیزی است؟	معلومات اضافه شده.	• معلومات اضافه شده در مورد حصول اطمینان از دسترسی مستمر ذینفعان به ارائه دهنده سابق و فعلی خارج از شبکه در صورتی که دارای معیارهای خاص باشد.
معلومات مهم در مورد برنامه <b>Medi-Cal</b> بخش فرعی: آیا خدمت ترانسپورت قابل دسترسی است؟	معلومات اضافه شده و به روز شده.	• معلومات درباره تماس با پلان مراقبت مدیریت شده برای ترانسپورت مورد نیاز برای سفر به دواخانه اضافه شد. • معلومات به روز شد درباره این که اگر <b>Medi-Cal</b> دارید اما در یک پلان مراقبت مدیریت شده ثبت نام نکرده اید، چه رقم ادامه دهید.
معلومات مهم در مورد برنامه <b>Medi-Cal</b> بخش فرعی: خدمات عاجل کدام اند؟	معلومات به روز شده.	• زبان به روز شده در نقطه دوم برای بیان این که "به طریقه عملکرد جان شما آسیب جدی وارد می کند."
چه رقم بفهمید که شما یا کسی که می فهمید ضرورت به کمک دارد بخش فرعی: چه رقم بفهم ضرورت به کمک دارم؟	معلومات به روز شده.	• برخی از نقاط نقطه ذکر شده به حیث علایم به روز شده اند.
دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی بخش فرعی: خدمات تخصصی صحت روانی چیست؟	معلومات اضافه شده.	• "خدمات بحران سیار" به حیث یک خدمت تخصصی صحت روانی اضافه شد.
دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی بخش فرعی: چه رقم می توانم خدمات تخصصی صحت روانی دریافت کنم؟	معلومات اضافه شده.	• یک شرح درباره معنای "درب غلطی برای دسترسی به خدمات صحت روانی موجود نیست" اضافه گردید.
دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی بخش فرعی: خدمات تخصصی صحت روانی را از کجا می توانم دریافت کنم؟	معلومات به روز شده.	• معلومات به روز شد برای نشان دادن این موضوع که "برنامه صحت روانی شما به شما کمک می کند تا ارائه دهنده ای را پیدا کنید که بتواند مراقبت های مورد نیاز شما را ارائه کند. پلان صحت روانی باید شما را به نزدیک ترین ارائه دهنده به خانه تان یا در استانداردهای زمانی یا فاصله ای که نیازهای شما را برآورده کند، ارجاع دهد."
دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی بخش فرعی: چه وقت می توانم خدمات تخصصی صحت روانی دریافت کنم؟	معلومات اضافه شده.	• معلومات اضافه شده در مورد قرار گرفتن در لست انتظار، طریقه اقدام در صورتی که احساس می کنید این مدت زمان برای صحت شما مضر است، و حق شکایت در صورت عدم دریافت مراقبت به موقع.
دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی	معلومات اضافه شده.	• معلومات در مورد پروسه مجوز قبلی اضافه گردیده است.

**پلان صحت روانی شهرستان سن دیگو**  
**خلاصه تغییرات کتابچه راهنمای ذینفع – دسمبر 2023**

		بخش فرعی: چه کسی تصمیم می گیرد که من کدام خدمات را دریافت کنم؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• "لابراتوار سرپایی، دوا یا (لطفاً توجه داشته باشید که بیشتر دوا یا تحت پوشش برنامه Fee-For-Service Medi-Cal هستند)، لوازم و مکمل‌ها" به‌حیث یک خدمت صحت روانی سرپایی قابل دسترسی از طریق برنامه مراقبت مدیریت شده شما حذف گردید.</li> </ul>	معلومات حذف شده.	دسترسی به خدمات تخصصی صحت روانی بخش فرعی: چه رقم می توانم دیگر خدمات صحت روانی را دریافت کنم که تحت پوشش پلان صحت روانی نیستند؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• یک بخش به لست اضافه شد در مورد این که درخواست دوام مراقبت های شما شاید قبول شود اگر "ارائه کننده اسناد مربوطه را در مورد نیاز شما به خدمات با پلان صحت روانی به اشتراک بگذارد."</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	انتخاب نمودن یک ارائه کننده بخش فرعی: آیا می توانم به دریافت خدمات از ارائه کننده فعلی خود ادامه دهم؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بخش جدید اضافه شد.</li> <li>• معلومات تماس برای سوالات مربوط به سیستم امن اضافه شد.</li> <li>• لینک وب سایت برای نسخه قابل جستجو فهرست ارائه دهنده BHS اضافه شد.</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	حق شما برای دسترسی به سوابق صحتی و معلومات فهرست ارائه کننده با استفاده از
<ul style="list-style-type: none"> <li>• بخش فرعی جدید اضافه شد.</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	دامنه خدمات بخش فرعی: خدمات حمایت از همسالان
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلومات اضافی در مورد نوع خدمات بحران سیار اضافه شد و یک لینک وب سایت برای معلومات بیشتر در مورد تیم پاسخگویی به بحران سیار (MCRT) اضافه شد.</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	دامنه خدمات بخش فرعی: خدمات بحران سیار (با توجه به کانتی متفاوت است)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• زبان به روز شد برای نشان دادن اینکه این خدمات برای افراد زیر 21 سال ارائه می شود که به اساس ضرورت صحتی ارجاع می شوند.</li> </ul>	معلومات به روز شده.	دامنه خدمات بخش فرعی: هماهنگی مراقبت های ویژه
<ul style="list-style-type: none"> <li>• زبان به روز شد برای نشان دادن اینکه این خدمات برای افراد زیر 21 سال ارائه می شود که به اساس ضرورت صحتی ارجاع می شوند.</li> </ul>	معلومات به روز شده.	دامنه خدمات بخش فرعی: خدمات ویژه در خانه
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلومات در مورد خدماتی که از طریق تلفون یا خدمات صحتی از راه دور ارائه می شود به روز شد، که نشان می دهد با توجه به خدمات شما و در صورت موافقت شما، شما انتخاب معاینه حضوری یا تلفونی یا از طریق خدمات صحتی از راه دور را دارید.</li> </ul>	معلومات به روز شده.	دامنه خدمات بخش فرعی: خدمات قابل دسترس از طریق تلفون یا خدمات صحتی از راه دور (Telehealth)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلومات به روز شده برای نشان دادن این که ذینفعان باید اطلاعیه تصمیم ردّ منافع را دریافت کنند.</li> <li>• معلومات درباره طریقه ادامه در صورت عدم دریافت اطلاعیه اضافه شده است.</li> </ul>	معلومات به روز شده و اضافه شده.	تصمیم ردّ منافع توسط پلان صحت روانی شما بخش فرعی: آیا وقتی خدماتی را که می‌خواهم دریافت نکنم، همیشه یک اطلاعیه‌تصمیم ردّ منافع دریافت می‌کنم؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• یک نقطه اضافه شد که نشان می دهد اطلاعیه شما را چه می گوید: "کاپی اسناد، سوابق و دیگر معلومات مربوط به تصمیم پلان صحت روانی را چه رقم دریافت کنیم."</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	تصمیم ردّ منافع توسط پلان صحت روانی شما

**پلان صحت روانی شهرستان سن دیگو**  
**خلاصه تغییرات کتابچه راهنمای ذینفع – دسامبر 2023**

		بخش فرعی: اطلاعیه تصمیم رد منافع مرا چه خواهد گفت؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلوماتی اضافه شد در مورد آنچه که می توانید برای درخواست ادامه خدمتی انجام دهید که هنگام تسلیم درخواست تجدید نظر یا درخواست برای رسیدگی عادلانه ایالتی بند شده بود.</li> <li>• معلومات مربوط به جدول زمانی وقتی که باید ادامه خدمات را درخواست کنید به روز گردید.</li> </ul>	معلومات اضافه شده و به روز شده.	تصمیم رد منافع توسط پلان صحت روانی شما بخش فرعی: هنگام دریافت اطلاعیه تصمیم رد منافع چه باید بکنم؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلومات مربوط به پروسه شکایت در نقاط به روز شده و اضافه گردیده است.</li> </ul>	معلومات به روز شده و اضافه شده.	پروسه شکایت بخش فرعی: پروسه شکایت چیست؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• معلومات در مورد دوره زمانی مورد نیاز که پلان صحت روانی شما ملزم است تا به شما اطلاع دهد که شکایت شما را دریافت کرده است، اضافه گردید.</li> <li>• معلومات در مورد آنچه که شکایت مستثنی را تعریف می کند اضافه گردیده است.</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	پروسه شکایت بخش فرعی: چه رقم بفهمم که پلان صحت روانی شکایت من را دریافت کرده است؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• زبان اضافه شده که بیان می کند: "پلان صحت روانی شما باید مطمئن سازد که معالجه شما در نتیجه بیان حقوق شما به طرز مضر تغییر نمی کند."</li> </ul>	معلومات اضافه شده.	حقوق و مسئولیت های ذینفع بخش فرعی: حقوق من به حیث دریافت کننده خدمات تخصصی صحت روانی چیست؟

## LANGUAGE TAGLINES

### English Tagline

ATTENTION: If you need help in your language call (888) 724-7240 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call (888) 724-7240 (TTY: 711). These services are free of charge.

### الشعار بالعربية (Arabic)

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ (888) 724-7240 (TTY: 711). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة برايل والخط الكبير. اتصل بـ (888) 724-7240 (TTY: 711). هذه الخدمات مجانية.

### Հայերեն պիտակ (Armenian)

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք (888) 724-7240 (TTY: 711): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք (888) 724-7240 (TTY: 711): Այդ ծառայություններն անվճար են:

### ភ្នំសម្ព័ន្ធជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ (888) 724-7240 (TTY: 711)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពធំ ក៏អាចទាញបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ (888) 724-7240 (TTY: 711)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

### 简体中文标语 (Chinese)

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电(888) 724-7240 (TTY: 711)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电(888) 724-7240 (TTY: 711)。这些服务都是免费的。

### مطلب به زبان فارسی (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با (888) 724-7240 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با (888) 724-7240 (TTY: 711) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

### हिंदी टैगलाइन (Hindi)

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो (888) 724-7240 (TTY: 711) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। (888) 724-7240 (TTY: 711) पर कॉल करें। ये सेवाएं नि: शुल्क हैं।

### **Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong)**

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau (888) 724-7240 (TTY: 711). Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau (888) 724-7240 (TTY: 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

### **日本語表記 (Japanese)**

注意日本語での対応が必要な場合は (888) 724-7240 (TTY: 711)へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。(888) 724-7240 (TTY: 711)へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

### **한국어 태그라인 (Korean)**

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 (888) 724-7240 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. (888) 724-7240 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

### **ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)**

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໃຫ້ທາດປີ (888) 724-7240 (TTY: 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມິຕິພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໃຫ້ທາດປີ (888) 724-7240 (TTY: 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

### **Mien Tagline (Mien)**

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux (888) 724-7240 (TTY: 711). Liouh lorx jauv-louc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hlou mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx (888) 724-7240 (TTY: 711). Naav deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

### **ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)**

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ (888) 724-7240 (TTY: 711). ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਦੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ (888) 724-7240 (TTY: 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

### **Русский слоган (Russian)**

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру (888) 724-7240 (линия ТТУ: 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру (888) 724-7240 (линия ТТУ: 711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

### **Mensaje en español (Spanish)**

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al (888) 724-7240 (TTY: 711). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al (888) 724-7240 (TTY: 711). Estos servicios son gratuitos.

### **Tagalog Tagline (Tagalog)**

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa (888) 724-7240 (TTY: 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa (888) 724-7240 (TTY: 711). Libre ang mga serbisyonang ito.

### **แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)**

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข (888) 724-7240 (TTY: 711) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข (888) 724-7240 (TTY: 711) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

### **Примітка українською (Ukrainian)**

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер (888) 724-7240 (TTY: 711). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер (888) 724-7240 (TTY: 711). Ці послуги безкоштовні.

### **Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese)**

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số (888) 724-7240 (TTY: 711). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số (888) 724-7240 (TTY: 711). Các dịch vụ này đều miễn phí.

## اطلاعیه عدم تبعیض

تبعیض قائل شدن خلاف قانون است. کانتی سن دیگو از قوانین حقوق مدنی ایالتی و فدرال پیروی می‌کند. کانتی سن دیگو بر خلاف قانون تبعیض قائل نمی‌شود، افراد را محروم نمی‌کند و به دلیل جنسیت، نژاد، رنگ، مذهب، تبار، ملیت، گروه قومی، سن، معلولیت ذهنی، معلولیت فیزیکی، مشکل طبی، معلومات ژنتیکی، وضعیت تاهل، جنسیت، هویت جنسیتی یا تمایلات جنسی بین افراد فرق نمی‌گذارد.

کانتی سن دیگو ارائه دهنده این موارد است:

- کمک‌ها و خدمات رایگان به افراد دچار معلولیت با هدف کمک به بهتر کردن برقراری ارتباط آن‌ها، از قبیل:
  - ترجمان‌های زبان اشاره شایسته
  - معلومات مکتوب در فارمت‌های دیگر (چاپ بزرگ، بریل، فارمت‌های صوتی یا الکترونیکی قابل دسترسی)
- خدمات زبانی رایگان به افرادی که زبان اصلی آن‌ها انگلیسی نیست، از قبیل:
  - ترجمان‌های شایسته
  - معلومات مکتوب به زبان‌های دیگر

در صورت ضرورت به این خدمات، با خط دسترسی و بحران که به طور 24 ساعته و 7 روز هفته در دسترس است از طریق تماس با این نمبر به تماس شوید 724-7240 (888). یا اگر نمی‌توانید به خوبی بشنوید یا گپ بزنید، لطفاً با نمبر 711 به تماس شوید. این سند را بنا به درخواست می‌توان در فارمت بریل، چاپ حروف بزرگ، صوتی و یا فارمت‌های الکترونیکی قابل دسترسی در اختیار شما قرار داد.

## طریقه ثبت شکایت

اگر معتقد هستید کانتی سن دیگو در ارائه این خدمات موفق عمل نکرده است و یا به طور غیرقانونی به روش دیگری به اساس جنسیت، نژاد، رنگ، دین، اصل و نسب، ملیت، گروه‌های قومی، سن، ناتوانی روانی، ناتوانی بدنی، مشکل طبی، معلومات ژنتیکی، وضعیت تاهل، جنس، هویت جنسیتی، یا گرایش جنسی تبعیض قائل شده است، می‌توانید به ایجنسی‌های حمایتی ذیل شکایت خود را اعلام کنید. امکان ثبت شکایت از طریق تلفون، مکتوب، حضوری یا الکترونیکی وجود دارد:

- از طریق تلفون:
  - جهت دریافت کمک در ثبت شکایت در رابطه با خدمات اقامتی، می‌توانید با برنامه حمایت از مریض خدمات خانوادگی یهودی (JFS) به نمبر 619-282-1134 یا 1-800-479-2233 به تماس شوید.
  - جهت دریافت کمک در ثبت شکایت در رابطه با خدمات سرپا، می‌توانید با مرکز مشتریان برای آموزش صحت و حمایت (CCHEA) به نمبر رایگان آن‌ها در 734-3258 (877) (TTY 1-800-735-2929) به تماس شوید.
  - یا اگر نمی‌توانید به خوبی بشنوید یا گپ بزنید، لطفاً با نمبر 711 به تماس شوید.
- از طریق مکتوب: فورم شکایت را پر کنید یا یک مکتوب نوشته کنید و آن را روان کنید به:

**برای خدمات اقامتی:**

Jewish Family Service of San Diego  
Joan & Irwin Jacobs Campus  
Turk Family Center  
Community Services Building  
8804 & 8788 Balboa Avenue  
San Diego, CA 92123

**برای خدمات سرایا:**

Consumer Center for Health Education and Advocacy (CCHEA)  
1764 San Diego Avenue, Suite 100  
San Diego, CA 92110

- **حضور:** به مطب داکتر یا هر سایت تحت قرارداد کانتی سن دیگو رجوع کنید و بگویید قصد ثبت شکایت دارید.
- **الکترونیکی:** به وب سایت های ذیل رجوع کنید:

**برای خدمات اقامتی:**

خدمات خانوادگی یهودی سن دیگو

<https://www.jfssd.org/>

**برای خدمات سرایا:**

مرکز مشتریان برای آموزش صحت و حمایت (CCHEA)

<https://www.laszd.org/mental-health-and-substance-abuse-patients-rights/>

---



---

## دفتر حقوق مدنی - ریاست خدمات مراقبت های صحت کالیفرنیا

همچنان می توانید از طریق تلفون، مکتوب یا به طور الکترونیکی یک شکایت حقوق مدنی به وزارت خدمات مراقبت صحت کالیفرنیا، دفتر حقوق مدنی اعلام کنید:

- از طریق تلفون: با این نمبر به تماس شوید **916-440-7370**. اگر نمی توانید به خوبی گپ بزنید یا بشنوید لطفاً با نمبر **711** (رله ایالت کالیفرنیا) به تماس شوید.
- از طریق مکتوب: یک فورم شکایت پر کنید یا یک مکتوب روان کنید به:

**Department of Health Care Services  
Office of Civil Rights  
P.O. Box 997413, MS 0009  
Sacramento, CA 95899-7413**

فورم های شکایت در این آدرس در دسترس هستند:

<https://www.dhcs.ca.gov/discrimination-grievance-procedures>

- الکترونیکی: ایمیل روان کنید به [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov).

---

## دفتر حقوق مدنی - وزارت صحت و خدمات بشری ایالات متحده آمریکا

اگر فکر می کنید به اساس نژاد، رنگ پوست، ملیت، سن، معلولیت یا جنس قربانی تبعیض شده اید، می توانید از طریق تلفون، مکتوب یا به طور الکترونیکی یک شکایت حقوق مدنی به وزارت صحت و خدمات بشری ایالات متحده، دفتر حقوق مدنی اعلام کنید:

- از طریق تلفون: با این نمبر به تماس شوید **1-800-368-1019**. اگر نمی توانید به خوبی گپ بزنید یا بشنوید، لطفاً با این نمبر به تماس شوید: **TTY/TDD 1-800-537-7697**.
-

- از طریق مکتوب: یک فورم شکایت پر کنید یا یک مکتوب روان کنید به:

**U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, D.C. 20201**

- فورم های شکایت در این آدرس در دسترس هستند  
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.
  - الکترونیکی: از پورتال شکایت اداره حقوق مدنی در این آدرس دیدن کنید  
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>
-