ਮੇਰੀ ਕਵਰੇਜ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਲਈ ਹੋਏਗੀ?

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਕਵਰੇਜ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਹੈ।

ਮੇਰੀ ਕਵਰੇਜ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ 'ਤੇ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਨੋਟੀਫ਼ਿਕੇਸ਼ਨ ਮਿਲਣ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਵਰੇਜ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਫਿਰ ਤੋਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਅਕਾਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ Apple Health (Medicaid) ਕਵਰੇਜ ਵਿੱਚ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਤਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਹਾਂ। Apple Health ਵਾਧੂ ਲਾਭਾਂ ਨਾਲ ਫੁੱਲ-ਸਕੋਪ ਕਵਰੇਜ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **hca.wa.gov/apple-health** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਮੈਂ Apple Health ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਦਕਿ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਕਵਰੇਜ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਫੁੱਲ-ਸਕੋਪ Apple Health ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਚੱਲੇਗਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਕਵਰੇਜ ਕਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਅਥਾੱਰਿਟੀ (HCA) ਤੋਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਮੰਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਖ਼ਾਰਜ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਸਬੰਧੀ ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਵਰੇਜ, ਜਿਸ ਮਹੀਨੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪਲਾਈ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਔੱਨਲਾਈਨ: **hca.wa.gov/family-planning**
- ਈਮੇਲ: **hcafamilyplanning@hca.wa.gov**
- ਫੋਨ: 1-800-562-3022

Washington State Health Care Authority

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।

Washington Apple Health

ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ (FPO) ਕਵਰੇਜ

ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰੋ।

HCA 13-0073 PJ (3/24) Punjabi

ਮੈਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ (FPO) ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਿਉਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਗਰਭ-ਰੋਧਕ ਸੰਭਾਲ/ਬਰਥ-ਕੰਟਰੋਲ ਦਾ ਤਰੀਕਾ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ **ਜਾਂ**
- ਤੁਸੀਂ ਬੀਮੇ ਹੇਠ ਹੋ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਇਸਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?

- ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜੋਖਮ ਘਟਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ
- FDA ਦੇ ਮੰਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਸਾਰੇ ਬਰਥ ਕੰਟਰੋਲ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: ਗੋਲੀਆਂ, ਪੈਚਿਜ਼, ਰਿੰਗਸ, ਸ਼ੌਟਸ, IUDs, ਇੰਪਲਾਂਟਸ, ਡਾਇਆਫ੍ਰੈਗਮਸ, ਸਰਵਿਕਲ ਕੈਪਸ, ਕੰਡੋਮ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕ (ਫ਼ੋਮ, ਕ੍ਰੀਮ ਅਤੇ ਜੈਲ) ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਰੋਧਕ
- ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਪਰਹੇਜ਼ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ
- ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਦੇ ਪੱਕੇ ਤਰੀਕੇ: ਟਿਊਬਲ ਲਿਗੇਸ਼ਨਸ ("ਟਿਊਬਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨੀਆਂ"), ਬਾਂਝਕਰਣ ਅਤੇ ਨਸਬੰਦੀ
- ਗੁਪਤ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ (STI)
- ਸਰਵਿਕਲ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਔਰਤ ਦੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਮੁਆਇਨੇ ਲਈ ਜਾਂਚ
- ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਮੱਸਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਿੱਧਿਆਂ ਦਫ਼ਤਰ ਦੀਆਂ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ
- ਮਨੁੱਖੀ ਪੈਪੀਲੋਮਾ ਵਾਇਰਸ (HPV) ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਟੀਕਾਕਰਣ।

ਮੈਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

ਕਿਸੇ ਯੋਗ Apple Health ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬਿਨਾ ਪਰਚੀ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆਂ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ 'ਤੇ ਕੰਡੋਮ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕ (ਗਰਭ-ਰੋਧਕ ਫ਼ੋਮ, ਕ੍ਰੀਮ, ਜੈਲ) ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਯੋਗ Apple Health ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ-ਰੋਧਕ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜਾਂ ਸਿੱਧਿਆਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਦਵਾਈ ਵਾਲੀ ਪਰਚੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਦਵਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।।

ਮੈਂ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਿੱਥੋਂ ਲਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਲਾਭਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ **https:/fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/** 'ਤੇ ਐੱਪਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਂ ਯੋਗ ਹਾਂ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮਦਨ ਦੀ ਸੀਮਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਬਿਨਾ ਬੀਮੇ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ Apple Health (Medicaid) ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ **ਜਾਂ**
- ਤੁਸੀਂ ਬੀਮੇ ਹੇਠ ਹੋ ਅਤੇ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਮੈਂ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਾਂ?

ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ **hca.wa.gov/family-planning** ਤੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।

ਇਹਨਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਜਮ੍ਹਾ ਕਰੋ:

- ਫ਼ੈਕਸ: 1-866-841-2267
- ਈਮੇਲ: **apple@hca.wa.gov**
- ਡਾਕ: HCA MEDS

  PO Box 45531

  Olympia, WA 98504-5531

ਤੁਸੀਂ 1-800-562-3022 ਐਕਸਟੇਂਸ਼ਨ 12533 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਵੀ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗਭਰੇਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਅੰਤਰੰਗ ਸਾਥੀ ਦੁਆਰਾ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਕੇ ਲਾਭਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ Apple Health ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

2024 ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਨ-ਸੰਜਮ ਸਬੰਧੀ ਆਮਦਨ ਦੀ ਸੀਮਾ

ਇਕੱਲਾ ਵਿਅਕਤੀ	2-ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ	3- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ	4- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ
$3,326 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$4,514 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$5,702 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$6,890 ਮਹੀਨੇਵਾਰ
5- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ	**6- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ**	**7- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ**	**8- ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ**
$8,078 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$9,266 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$10,454 ਮਹੀਨੇਵਾਰ	$11,642 ਮਹੀਨੇਵਾਰ

ਆਮਦਨ ਦੀ ਰਕਮ, ਜੋ ਕਿ 1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2024 ਤੋਂ 31 ਮਾਰਚ, 2025 ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੈ।