

برنامه‌ها و خدمات مدیریت تندرستی، پیشگیری و سلامت

Molina Healthcare این برنامه‌ها را به رایگان به شما ارائه می‌دهد.
خطوط کسب‌وکاری که این برنامه برای آنها اعمال می‌شود:

Medicare

DSNP

Marketplace

Medi-Cal

برنامه‌های مدیریت سلامت

برای موارد زیر با شماره **(833) 269-7830** تماس بگیرید:

- دیابت
- اختلال سوءمصرف مواد
- نارسایی قلبی
- آسم
- فشار خون بالا
- برای تغذیه با یک متخصص تغذیه
- افسردگی
- COPD
- مشاورت شود

برای موارد زیر با شماره **(866) 472-9483** تماس بگیرید:

- مدیریت وزن

برنامه پیشگیری از دیابت

یک برنامه اپلیکیشن موبایل با مربیانی که توصیه‌های تغذیه، تناسب اندام و تندرستی را به صورت تک‌به‌تک به اعضای مبتلا به پیش‌دیابت می‌دهند.
برای کسب اطلاعات بیشتر به HealthEducation.MHC@MolinaHealthcare.com ایمیل بزنید.

برنامه بارداری «شروع سالم»

تیم ارزیابی را تکمیل می‌کند و در مورد منابع بارداری شما را راهنمایی می‌کند.
• تلفن: **(866) 891-2320**

خدمات همراه زانو

مراقبت و پشتیبانی مفید در دوران بارداری و تا یک سال پس از بارداری.
• با ما به آدرس MHC DoulaSupport@MolinaHealthcare.com ایمیل بزنید یا با برنامه بارداری «شروع سالم» ما به شماره **(866) 891-2320** تماس بگیرید.

سلامت رفتاری و مصرف مواد

برای دسترسی به‌موقع به خدمات با شماره **(888) 665-4621** (دوشنبه تا جمعه، 7 صبح تا 7 شب) تماس بگیرید یا برای دریافت پشتیبانی مورد نیاز با شماره **(888) 275-8750** پس از ساعات اداری تماس بگیرید.

برنامه مددکار اجتماعی سلامت

مددکاران اجتماعی سلامت به شما کمک می‌کنند تا به منابع موجود در جامعه و طرح سلامت خود وصل شوید. آنها می‌توانند در رفع نیازهای مراقبت‌های سلامتتان به شما کمک کنند.
• با شماره **(844) 926-6590** تماس بگیرید



ترک سیگار/ویپ

- درمان جایگزینی نیکوتین تحت پوشش Molina است.
- برای لیستی از مشاوره گروهی، گروه‌های پشتیبانی یا کلاس‌ها، لطفاً به وبسایت: bit.ly/3wJq2hL مراجعه کنید.
- مشاوره تلفنی ارائه شده توسط **Kick It California.**

ترک ویپ

- **انگلیسی:** **(800) 300-8086**
یا به "Quit Vaping" (ترک ویپ) به شماره **66819** پیامک بزنید
- **اسپانیایی:** **(800) 600-8191**
یا به "Quit Vaping" (ترک ویپ) به شماره **66819** پیامک بزنید

ترک سیگار

- **انگلیسی:** **(800) 300-8086** یا به "Quit Smoking" (ترک سیگار) به شماره **66819** پیامک بزنید
- **چینی:** **(800) 838-8917**
- **ویتنامی:** **(800) 778-8440**
- **اسپانیایی:** **(800) 600-8191** یا به "Dejar De Fumar" به شماره **66819** پیامک بزنید
- **کره‌ای:** **(800) 556-5564**
- **مصرف‌کنندگان تنباکو:** **(800) 987-2908**



هماهنگی دندانپزشکی

با «خدمات اعضا» تماس بگیرید و به هماهنگ‌کننده دندانپزشکی ما وصل شوید. آنها می‌توانند در معرفی شما به دندانپزشک کمک کنند. شماره در کارت عضویت شما موجود است.



ارجاع مسکن

با خدمات اعضا تماس بگیرید و با متخصص مسکن ما در ارتباط باشید تا در مورد منابع مسکن راهنمایی بگیرید. شماره تماس در کارت عضویت شما موجود است.



خدمات ایاب و ذهاب

برای ایاب و ذهاب پزشکی غیراورژانسی، حداقل سه روز کاری قبل از وقت ملاقات خود با **American Logistics** به شماره **(844) 2688-292** تماس بگیرید یا به آدرس وبسایت زیر مراجعه کنید: Molina.americanlogistics.com.



جستجوگر راهنمایی Molina

می‌توانید در آدرس زیر منابعی مانند کمک‌های غذا، کالا، مالی و حقوقی و بسیاری موارد دیگر در منطقه خود را بیابید: MolinaHelpFinderCA.com.



کلاس‌های آموزش‌های سلامت

تمامی مطالب آموزش سلامت در وبسایت Molina به آدرس زیر قرار داده شده است: bit.ly/3RYeGQr.



خبرنامه‌ها

خبرنامه‌های اطلاعات سلامت در وبسایت Molina به آدرس زیر قرار دارد: bit.ly/2liPHm9.



اینجا را اسکن کنید تا دانلود شود



اپلیکیشن موبایلی **My Molina** را به رایگان در Apple App Store یا Google Play دانلود کنید - فقط کافی است آن را جستجو کنید
"My Molina" یا QR را اسکن کنید. با این برنامه می‌توانید:

- کارت شناسایی Molina خود را چاپ کنید
- یک مرکز مراقبت فوری در نزدیکی خود پیدا کنید و بسیاری موارد دیگر.
- ارائه‌دهندگان را جستجو کنید
- ارائه‌دهنده خود را تغییر دهید

برای دریافت این اطلاعات به زبان دلخواه خود یا قالب قابل دسترس، با «خدمات اعضا» تماس بگیرید. شماره در کارت شناسایی Molina شما موجود است.