washington healthplanfinder
click. compare. covered.

ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਨੂੰ ਘਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਲੇ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਭਾਰੂ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹਰ ਸ਼ਖ਼ਸ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਰਜੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾ Washington Healthplanfinder™ ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਆਓ ਕਵਰੇਜ ਲਈਏ, ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ!

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ

5	ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸ਼ਬਦ
7	ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕੀ ਹੈ?
8	ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ
10	ਕੀ ਮੈਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹਾਂ?
14	ਮੇਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?
16	ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
17	ਕਿੱਥੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ
18	ਐਕਸਚੇਂਜ ਬਾਰੇ

Reference number: LA-286-4539557_June2025_Punjabi

ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸ਼ਬਦ

ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ

ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਸਾਲ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਹੈਲਥ ਪਲਾਨ ਕੈਰੀਅਰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਸਾਰੀ ਲਾਗਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਯੋਗਤਾਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ:

ਉਹ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ, ਜੋ ਕਿਫ਼ਾਇਤੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹੇਠ ਕੁਆਲਿਟੀ, ਲਾਗਤ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਸਬੰਧੀ ਮਿਆਰ ਪੂਰੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਿਆਰ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਪਲਾਨ Washington Healthplanfinder 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

Cascade Care Savings ਪਲਾਨ

Washington Healthplanfinder ਤੋਂ ਲਾਗਤ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲੇ ਪਲਾਨ। Cascade Care Savings ਬਾਰੇ ਪਲਾਨ ਲਾਗਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਟੌਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਟੌਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

Apple Health

ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ Apple Health ਨੂੰ Medicaid ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮਦਨ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ-ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਉਹ ਰਕਮ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਲਈ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਲਈਆਂ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਟੌਤੀ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਕਟੌਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਉਹ ਰਕਮ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ 'ਤੇ ਖ਼ਰਚ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਟੌਤੀ ਵਾਲੀ ਰਕਮ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰੋਗ-ਨਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਟੌਤੀ ਦੀ ਰਕਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਿੱਤੋਂ-ਬਾਹਰੀ-ਲਾਗਤ

ਵਿੱਤੋਂ-ਬਾਹਰੀ-ਲਾਗਤਾਂ ਉਹ ਰਕਮਾਂ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਕਟੌਤੀ, ਸਹਿ-ਬੀਮਾ ਅਤੇ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਰਕਮ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਉਹ ਵਿੱਤੋਂ-ਬਾਹਰੀ-ਲਾਗਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Washington Healthplanfinder

Washington Healthplanfinder ਹੀ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਵਰੇਜ ਲਈ Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ

ਅਮਰੀਕਾ ਜਾਂ ਇਸ ਦੀਆਂ ਸਟੇਟਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੋਕ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਲੋਕ, ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ।

ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ

24 ਦਿਸੰਬਰ, 1952 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਮਰੀਕੀ ਸਮੋਆ ਜਾਂ ਸਵੇਨ ਆਈਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੋਕ ਅਤੇ ਉੱਤਰੀ ਮਾਰੀਆਨਾ ਟਾਪੂਹਾਰ ਦੇ ਵਸਨੀਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨ ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ।

ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ

ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਜਾਂ ਗ਼ੈਰ-ਨਾਗਰਿਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਠਹਿਰਣ ਦੇਣ ਦੀ ਮਿਆਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰੇ ਸੀ।

5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਪ੍ਰਵਾਸੀ Medicaid ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਣ, ਉਹਨਾਂ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਡੀਕ ਸਮਾਂ 5-ਸਾਲ ਤੱਕ ਦਾ ਹੈ। 5-ਸਾਲ ਦੀ ਉਡੀਕ ਦੀ ਇਹ ਮਿਆਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸਦਾ ਯੋਗ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ। ਕੁਝ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜਿਆਂ ਨੂੰ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਛੋਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਬਿਨਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਦਰਜੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਗ਼ੈਰ-ਨਾਗਰਿਕ ।

"ਮਿਲੇ-ਜੁਲੇ ਦਰਜਿਆਂ" ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ

ਅਜਿਹੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਨ।

ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕੀ ਹੈ?

ਲੋਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਹੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਸਾਰੀ ਲਾਗਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗਾ। ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਰਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ!

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਲਕੁਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ, ਪਰ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹਾਦਸੇ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਰੈਗੂਲਰ ਨਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਤੱਕ ਰਸਾਈ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਦੀ ਹੈ!

ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਿਹਤ ਲਾਭ

Washington Healthplanfinder 'ਤੇ ਹਰ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ 10 ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਡਾੱਕਟਰ ਦੀਆਂ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਦੇ ਦੌਰੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੈਦਾਇਸ਼ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਇਲਾਜ
- ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਲੀ ਪਰਚੀ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਅਸਮਰੱਥਾ (ਅਪੰਗਤਾ) ਜਾਂ ਚਿਰਕਾਲੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਿਵਾਈਸਾਂ
- ਲੈਬ ਟੈਸਟ
- ਨਿਵਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹਕਾਰੀ, ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ
- ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਜਾਂ ਦਮੇ ਵਰਗੀਆਂ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੰਭਾਲ

ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ

ਪੂਰੇ-ਕਵਰੇਜ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ

ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਡਾੱਕਟਰ ਦੀਆਂ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ, ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖਣੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ	ਕੌਣ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ?
Cascade Care ਪਲਾਨ	✔ ਹਰ ਕੋਈ
ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟ	✔ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ✖ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ
Cascade Care Savings	✔ ਹਰ ਕੋਈ
Apple Health	✔ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ* ✖ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨਹੀਂ* ✖ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ ✖ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਅਯੋਗ *ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨਾ 11 'ਤੇ “5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਛੋਟ ਹੈ”, ਵੇਖੋ
ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health	✔ ਹਰ ਕੋਈ
ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਕਵਰੇਜ	✔ ਹਰ ਕੋਈ
Apple Health ਐਕਸਪੈਨਸ਼ਨ** ** Apple Health Expansion (Apple Health ਐਕਸਪੈਨਸ਼ਨ) ਇੱਕ ਸੀਮਤ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। *** ਜੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਅਖ਼ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਕੁਝ ਅਯੋਗ ਦਰਜੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।	✔ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ ✖ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਅਯੋਗ*** ✖ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ* ✖ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨਹੀਂ* ✖ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਬਾਸ਼ਿੰਦੇ ✖ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਮੁਲਤਵੀ ਕਾਰਵਾਈ

ਸੀਮਤ ਕਵਰੇਜ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ

ਇਹਨਾਂ ਪਲਾਨਾਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ	ਕੌਣ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ?
ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ	✅ ਹਰ ਕੋਈ
ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ	✅ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨਹੀਂ* ✅ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ* ❌ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ* ❌ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਬਾਸ਼ਿੰਦੇ *ਜੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ WAC 388-424-0001(4) ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।
ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health	✅ ਹਰ ਕੋਈ
ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ	✅ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਯੋਗ ✅ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨਹੀਂ* ✅ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ ❌ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ* ❌ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਬਾਸ਼ਿੰਦੇ

ਕੀ ਮੈਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜੇ ਦਾ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ, ਤੁਸੀਂ Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪਲਾਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਤਰਜੀਹਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਯੋਗ ਅਤੇ ਅਯੋਗ ਦਰਜੇ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜੇ ਜਾਂ ਤਾਂ "ਯੋਗ" ਜਾਂ "ਅਯੋਗ" ਹਨ।

ਆਮ ਅਯੋਗ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਦਰਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਉਹ ਗ਼ੈਰ-ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਵਿਜ਼ਿਟਰ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਾਂ ਸੈਲਾਨੀ।
- ਪੈਰੋਲੀ – ਜੇ ਪੈਰੋਲ ਦਾ ਦਰਜਾ ਇੱਕ ਸਾਲ ਜਾਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੈ
- ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ
- ਦਰਜੇ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਬਿਠਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀਆਂ
- VAWA ਹੇਠ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਾਈ ਪਟੀਸ਼ਨ, ਪਰ ਅਜੇ ਤੱਕ "ਪ੍ਰਤੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦਾ ਨੋਟਿਸ" ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ
- ਮੰਜ਼ੂਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਦੇਸ਼-ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਖ਼ਾਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਾਰਵਾਈ, ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰਨਾ
- ਮੰਜ਼ੂਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦਾ ਆਦੇਸ਼
- ਮੰਜ਼ੂਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਦੇਸ਼-ਵਾਪਸੀ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣੀ
- K, S, U, ਜਾਂ V ਦਰਜੇ ਦੇ ਵੀਜ਼ੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਸ ਸਮੇਂ "ਅਯੋਗ" ਦਰਜਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਯੋਗ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Medicaid ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਕਸਰ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਪਾਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਕੀ ਹੈ?

ਫ਼ੈਡਰਲ ਕਾਨੂੰਨ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਪ੍ਰਵਾਸੀ Medicaid ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੰਜ ਸਾਲ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨ। ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ Medicaid ਨੂੰ Washington Apple Health ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਉਡੀਕ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 5-ਸਾਲ ਦੀ ਉਡੀਕ ਦੀ ਇਹ ਮਿਆਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਯੋਗ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜਿਆਂ ਨੂੰ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਛੋਟ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਛੋਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?

5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜਦ ਤੱਕ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟ ਨਹੀਂ ਹੈ

- ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੱਕੇ ਵਸਨੀਕ (LPR) – ਹੇਠਾਂ ਨੋਟ 2 ਵੇਖੋ।
- ਪੈਰੋਲੀ - ਜੇ ਪਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਕਾਨੂੰਨ (INA) §212(d)(5) ਹੇਠ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਪੈਰੋਲ ਮਿਲੀ ਹੈ।
- ਔਰਤਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਹਿੰਸਾ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ (VAWA) ਹੇਠ "ਪਰਤੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ" ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਦਾ I-130 ਨੋਟਿਸ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰ-ਅਧੀਨ ਜਾਂ ਮੰਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਸਵੈ-ਪਟੀਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ।
- INA ਦੇ 203(a)(7) ਹੇਠ 1 ਅਪਰੈਲ, 1980 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਰਤੀਆ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਜੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਆਉਣ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

▶ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਛੋਟ

- ਐਮਰੇਸ਼ੀਅਨ, ਜੋ 31 ਦਿਸੰਬਰ, 1950 ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪਰ 22 ਅਕਤੂਬਰ, 1982 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਰੀਆ, ਵੀਅਤਨਾਮ, ਲਾਓਸ, ਕੰਪੂਚੀਆ ਜਾਂ ਥਾਈਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਸਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੇ §584, ਐਕਸਪੋਰਟ ਫ਼ਾਇਨਾਂਸਿੰਗ ਅਤੇ ਸਬੰਧਿਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਐਪ੍ਰੋਪ੍ਰਿਏਸ਼ਨਸ ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਵਜੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।
- INA ਦੇ §212(d)(5) ਹੇਠ ਸ਼ਰਣਾਰਥੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਜੋਂ ਪੈਰੋਲ ਕੀਤੇ ਗਏ।
- INA ਦੇ §207 ਹੇਠ ਆਉਣ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸ਼ਰਣਾਰਥੀ।
- ਹਮੋਂਗ ਅਤੇ ਹਾਈਲੈਂਡ ਲਾਓਸ਼ਿਅਨ ਕਬੀਲਿਆਂ ਦੇ ਉਹ ਮੈਂਬਰ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ 5 ਅਗਸਤ, 1965 ਤੋਂ 7 ਮਈ, 1975 ਵੀਅਤਨਾਮ ਯੁਗ ਦੌਰਾਨ ਅਮਰੀਕੀ ਫ਼ੌਜ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਸੀ।
- ਇਰਾਕ ਜਾਂ ਅਫ਼ਗ਼ਾਨਿਸਤਾਨ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੇਠ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ:
  - INA ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ §101(a)(27) ਹੇਠ ਖ਼ਾਸ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜਾ;
  - ਖ਼ਾਸ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਸ਼ਰਤੀਆ ਪੱਕਾ ਵਸਨੀਕ; ਜਾਂ
  - ਅਫ਼ਗ਼ਾਨ ਮਿੱਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 602(b)(1) ਜਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਅਖ਼ਤਿਆਰਨਾਮੇ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ, 2006 ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 1059(a) ਹੇਠ ਪੈਰੋਲ ਕੀਤੇ ਗਏ।
- ਅਫ਼ਗ਼ਾਨਿਸਤਾਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਐਪ੍ਰੋਪ੍ਰਿਏਸ਼ਨਸ ਕਾਨੂੰਨ, 2022 ਅਤੇ ਕੰਸੌਲਿਡੇਟਿਡ ਐਪ੍ਰੋਪ੍ਰਿਏਸ਼ਨਸ ਕਾਨੂੰਨ, 2022 ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 2502 ਹੇਠ, ਅਫ਼ਗ਼ਾਨੀਆਂ ਨੂੰ 31 ਜੁਲਾਈ, 2021 ਅਤੇ 30 ਸਿਤੰਬਰ, 2023 ਵਿਚਕਾਰ ਮਾਨਵਤਾਵਾਦੀ ਪੈਰੋਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਨਾਬਾਲਗ਼ਾਂ ਨੂੰ 30 ਸਿਤੰਬਰ, 2022 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, 31 ਮਾਰਚ, 2023 ਤੱਕ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੈਰੋਲ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ, ਜੋ ਵੀ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ, ਯੋਗ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਵਜੋਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਯੁਕ੍ਰੇਨੀਅਨ – ਅਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਯੁਕ੍ਰੇਨੀਅਨ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਯੁਕ੍ਰੇਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ - ਨੂੰ 24 ਫ਼ਰਵਰੀ, 2022 ਅਤੇ 30 ਸਿਤੰਬਰ, 2024 ਵਿਚਕਾਰ ਮਾਨਵਤਾਵਾਦੀ ਪੈਰੋਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ-ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਿਨਾ ਸਾਥ ਵਾਲੇ ਨਾਬਾਲਗ਼ਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ 30 ਸਿਤੰਬਰ, 2024 ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2022 ਦੇ ਵਾਧੂ ਯੂਕ੍ਰੇਨੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਐਪ੍ਰੋਪ੍ਰਿਏਸ਼ਨਸ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 401 ਹੇਠ ਪੈਰੋਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ 2024 ਦੇ ਯੂਕਰੇਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਐਪਰੋਪ੍ਰੀਏਸ਼ਨਜ਼ ਐਕਟ ਰਾਹੀਂ ਵਧਾਏ ਗਏ ਮੁਤਾਬਿਕ, ਦਾ ਯੋਗ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਵਜੋਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਟ੍ਰੈਫ਼ਿਕਿੰਗ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ, 2000 ਅਨੁਸਾਰ ਟ੍ਰੈਫ਼ਿਕਿੰਗ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕ।
- ਉਹ ਸ਼ਰਣਾਰਥੀ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ INA ਦੇ §208 ਹੇਠ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।
- 45 CFR §401.2[3] ਵਿਚਲੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਊਬਾ/ਹੈਤੀ ਦੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਨਾਗਰਿਕ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੈਤੀਅਨ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਰੀਯੂਨੀਫ਼ਿਕੇਸ਼ਨ ਪੈਰੋਲ (HFRP) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੇਠ ਮੰਜ਼ੂਰੀਪ੍ਰਾਪਤ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।
- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼-ਵਾਪਸੀ ਜਾਂ ਕੱਢਣ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣ ਦੀ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।
- ਫੈਡਰੇਟਿਡ ਸਟੇਟਸ ਆੱਫ ਮਾਈਕ੍ਰੋਨੇਸ਼ੀਆ, ਰਿਪਬਲਿਕ ਆੱਫ਼ ਪਾਲਾਓ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਕੰਪੈਕਟਸ ਆੱਫ਼ ਫ਼੍ਰੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਰਹੇ ਰਿਪਬਲਿਕ ਆੱਫ਼ ਮਾਰਸ਼ਲ ਆਈਲੈਂਡਸ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ।
- ਯੋਗ ਅਮਰੀਕੀ ਭਾਰਤੀ, ਜੋ ਉਪਰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਵਜੋਂ ਕੋਡਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਉਹ LPR ਦਰਜੇ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ MAGI ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਹੇਠ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੱਕੇ ਵਸਨੀਕਾਂ (LPR) ਵਜੋਂ ਕੋਡ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ LPR ਦਰਜੇ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: 5-ਸਾਲ ਦੀ ਇਹ ਰੋਕ, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ "ਯੋਗ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜਾ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜੇ ਉਹ 8 ਅਗਸਤ, 1996 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਏ ਸਨ ਅਤੇ 22 ਅਗਸਤ, 1996 ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ WAC 182-503-0535 ਵੇਖੋ।

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: I-551 ਪੱਕੇ ਵਸਨੀਕ ਦੇ ਕਾਰਡ (ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ) 'ਤੇ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਕੋਡ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ LPR ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਤੋਂ ਛੋਟ ਵਾਲੇ ਦਰਜੇ ਹੇਠ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਕੋਲ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ LPR ਦਰਜਾ ਹੈ।

ਮੇਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?

**ਮੈਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ "ਯੋਗ" ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਹਾਂ।
ਮੇਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?**

- ਪਿਛਲੀ 5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ (ਜੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ):
  - ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ (ਜਿਵੇਂ Cascade Care)
  - Apple Health
  - ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health
  - ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਲਈ Apple Health
  - ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health
  - Apple Health After-Pregnancy Coverage (ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ Apple Health ਕਵਰੇਜ)
- ਪਿਛਲੇ 5-ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਰੋਕ ਨਹੀਂ:
  - ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ Cascade Care)
  - ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health
  - ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਲਈ Apple Health
  - ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health
  - Apple Health After-Pregnancy Coverage (ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ Apple Health ਕਵਰੇਜ)
  - ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
  - Alien Emergency Medical (ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ)

**ਮੈਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ "ਅਯੋਗ" ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਹਾਂ।
ਮੇਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?**

- ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ Cascade Care)
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health
- ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਲਈ Apple Health
- ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health
- Apple Health After-Pregnancy Coverage (ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ Apple Health ਕਵਰੇਜ)
- ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
- Alien Emergency Medical (ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ)

ਮੈਂ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਕੋਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਮੇਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?

- ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ (ਜਿਵੇਂ Cascade Care)
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health
- ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਲਈ Apple Health
- ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health
- Apple Health After-Pregnancy Coverage (ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ Apple Health ਕਵਰੇਜ)
- Medical Care Services (ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ) - ਜੇ WAC 388-424-0001(4) ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ
- Alien Emergency Medical (ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ)
- Apple Health ਐਕਸਪੈਨਸ਼ਨ*

ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮਿਲੇ-ਜੁਲੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜੇ ਹਨ। ਸਾਡੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?

ਕੁਝ ਪਰਿਵਾਰ "ਮਿਲੇ ਜੁਲੇ ਦਰਜੇ" ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਿਲੇ ਜੁਲੇ ਦਰਜੇ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਵWashington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਅਤੇ Apple Health ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ (AI/AN) ਦੇ ਲੋਕ

ਯੋਗ ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾਂ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹਨ।

ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਯੋਗ ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ:

- ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਕਬਾਇਲੀ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾ, ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਪੰਜਾਹ ਫ਼ੀਸਦ ਅਮਰੀਕਨ ਇੰਡੀਅਨ ਖ਼ਾਨਦਾਨ ਦੇ ਹਨ; ਜਾਂ
- ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੋਕ, ਜੋ ਹਨ:
    - ਫ਼ੈਡਰਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਣਤਾਪ੍ਰਾਪਤ ਕਬੀਲੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰ
    - ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਦੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹੇਠ ਗ੍ਰਹਿ ਸਕੱਤਰ ਵਲੋਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਲਾਸਕਾ ਮੂਲ ਦੇ ਵਸਨੀਕ।

* Apple Health Expansion (Apple Health ਐਕਸਪੈਨਸ਼ਨ) ਇੱਕ ਸੀਮਤ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ।

ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

Cascade Care Savings

Cascade Care ਪਲਾਨ ਉੱਚ-ਕੁਆਲਿਟੀ ਵਾਲੇ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਹਨ, ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਪਲਾਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਉਹ ਸਿਰਫ਼ਵਾੱ Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪਲਾਨ ਲਾਗਤ ਅਤੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ACA ਮਿਆਰ ਪੂਰੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ Cascade Care ਪਲਾਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

Cascade Care ਪਲਾਨ ਸਿਰਫ਼ Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

Washington Apple Health

Apple Health ਨੂੰ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ Medicaid ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Apple Health ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੀ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।

5-ਸਾਲ ਦੀ ਰੋਕ ਗਰਭਵਤੀਆਂ ਲਈ Apple Health, ਸਿਰਫ਼ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਪਲਾਨਿੰਗ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ Apple Health 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Apple Health ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੀ ਸੀਮਾ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

Apple Health ਪੂਰਾ ਸਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ Apple Health ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਿੱਥੇ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ

Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਅਸਾਨ ਹੈ। **wahealthplanfinder.org** 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ ਸਹਾਇਕ ਨਾਲ ਸਾਈਨ ਅਪ ਕਰੋ। 200+ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਈਨ ਅਪ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਹਰ ਸਾਲ 1 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 15 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਿਹਤ ਪਲਾਨ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਖ਼ਾਸ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੀ ਮਿਆਦ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਜਾਣੀ, ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ, ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਲੈਣਾ, ਵਿਆਹ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ Apple Health ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਾਈਨ ਅਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

wahealthplanfinder.org

ਐਕਸਚੇਂਜ ਬਾਰੇ

ਸਾਡਾ ਮਿਸ਼ਨ

Washington Healthplanfinder ਇਹ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੇ ਲੋਕ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ। ਇੰਜ ਅਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨ ਟੂਲ ਅਤੇ ਬਚਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਕੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਜੋ ਕੁਝ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਸਾਨੂੰ ਬਰਾਬਰੀ, ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਾਡੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ

washington
healthbenefitexchange
powering washington healthplanfinder

ਬਰਾਬਰੀ ਬਾਰੇ ਸਾਡੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ

Washington Health Benefit Exchange ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ ਲਈ ਬਰਾਬਰੀ ਸਾਡੀ ਬੁਨਿਆਦ ਹੈ। ਬਰਾਬਰੀ ਵੱਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਅਤੇ ਰੰਗ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਮਲ ਤਬਾਹਕਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਹੱਕ ਅਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਦੇ ਡੂੰਘੇ ਸਿਸਟਮ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਚੌਕਸ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਸਥਾਗਤ ਨਸਲਪ੍ਰਸਤੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮਾਜਕ ਨਾਬਰਾਬਰੀਆਂ ਦਾ ਮੂਲ ਕਾਰਣ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੱਖਪਾਤ ਅਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਦੇ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਨਸਲੀ ਨਾਬਰਾਬਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਇਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਮਾਜਕ-ਆਰਥਿਕ ਪ੍ਰੇਰਕਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਐਕਸਚੇਂਜ ਦੇ ਅਸਰ ਦੇ ਖੇਤਰ ਅੰਦਰ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪਾੱਲਿਸੀਆਂ, ਸਿਸਟਮਾਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਵਾਬਦੇਹ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਵਾੱਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਕਿਆਂ, ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਤੱਕ ਪੂਰੀ ਅਤੇ ਇੱਕੋ-ਜਿਹੀ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇ।

ਭਾਸ਼ਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ

ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਮਦਦ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਲਈ, ਗਾਹਕ ਸਹਾਇਤਾ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ **1-855-923-4633** 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ। 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ Washington Healthplanfinder ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਮੁਫ਼ਤ ਸਮੱਗ੍ਰੀ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

washington
healthplanfinder
click. compare. covered.

wahealthplanfinder.org
1-855-WAFINDER | 1-855-923-4633