

Sign up, renew, or change health plans at **HealthCare.gov**

Don't have health insurance? We are here to help.

- Learn about what plan might be **best and most affordable** for you.
- See if you can get **financial help** to pay for your plan.

Did you buy health insurance last year?

Nov. 1 through Jan. 15 is the time to **renew or change plans. Review your plan. Compare your options.**

- Your **health care needs can change.**
- **Each year, new plans are offered, benefits can change,** and some plans are discontinued.
- Changes in income and family size can affect your **financial assistance.**
- Check to see if you will be automatically **re-enrolled** in your plan. You may need to **resubmit** your information to continue your benefits.

Visit **OregonHealthCare.gov** to find **free local help from an expert.**



**OREGON
HEALTHCARE.gov**

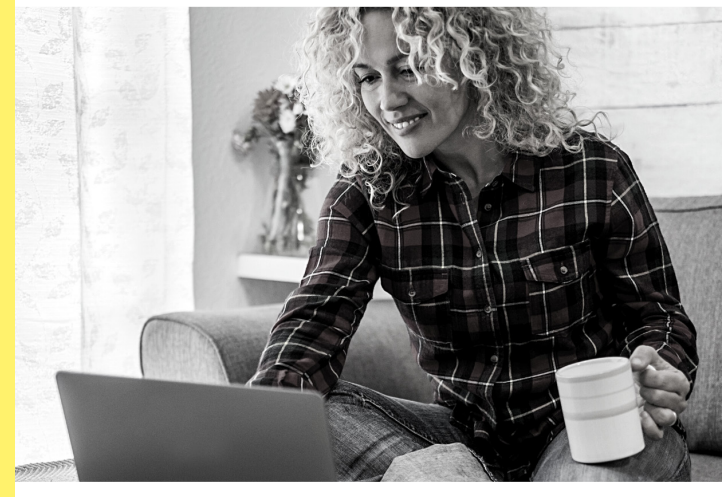
☎ 855-268-3767 (toll-free)

Other languages or formats

Call 855-268-3767 (toll-free) between 8 a.m. and 5 p.m. Monday through Friday to request this information in Español, Русский, Tiếng Việt, 汉语, 漢語. You can also request information in large print or other formats.



Guide to health insurance for **survivors of intimate partner violence** in Oregon



Visit **OregonHealthCare.gov** to find free, local help from an expert.

Keep your family healthy. Sign up from **Nov. 1 to Jan. 15**, or within **60 days** of a life event.

440-5173 (8/22)

Visit OregonHealthCare.gov

Keeping your location confidential

The Address Confidentiality Program (ACP) is a free mail forwarding service to help survivors of intimate partner violence, sexual assault, stalking, or human trafficking protect their physical address information. Participants in the program are provided with a substitute address to be used in place of the address where they live. The substitute address will meet the address requirements for most state and local government agencies.

A person may only apply to the Address Confidentiality Program through a victim advocate that has been designated by the attorney general as an application assistant. To apply to the Address Confidentiality Program, contact an application assistant near you. More information can be found at go.usa.gov/xm4ta.

Special application provisions

Typically, Marketplace and Oregon Health Plan applications require information for all members of your tax household, including your spouse. In situations of intimate partner violence, survivors may apply for health insurance without including their spouse. For help to correctly complete your application, find local application assistance by visiting OregonHealthCare.gov.

Q: Can someone help me?

A: Local community organizations and insurance agents across the state can help you find the health insurance plan that is best for you. Their help is free and confidential. Visit OregonHealthCare.gov or call 855-268-3767 (toll-free) to find someone near you.

Q: Can I get help to pay for health insurance?

A: Financial assistance is available on a sliding scale based on your household income. There are two types of financial assistance options available:

- Tax credits: Help to pay your monthly premium to have insurance
- Cost-sharing reduction: Reduces your out-of-pocket costs such as co-payments, co-insurance, and deductibles

The Oregon Health Plan is free health coverage offered by the state of Oregon. It is available to low income Oregonians who meet eligibility criteria.

Q: Can I apply now?

A: Typically, you can apply for insurance only during the open enrollment period; however, certain life-changing events can open a special enrollment period. Some examples of these are:

- Losing minimum essential coverage (such as employer coverage)
- Moving
- Change in household income
- Birth, adoption, or placement of a child in your home

You have 60 days from the date of a qualifying life change to shop for and enroll into a new plan. If you are eligible for the Oregon Health Plan, you may enroll at any time throughout the year.



Sign up, renew, or change plans

HealthCare.gov
800-318-2596 (toll-free)
(TTY: 855-889-4325) 24 hours a day

Get free, local help

OregonHealthCare.gov
855-268-3767 (toll-free)
8 a.m. to 5 p.m. Monday through Friday

- Find a local insurance agent or community organization that can help you for free in your preferred language

OTHER RESOURCES

**OREGON DEPT. OF HUMAN SERVICES
DOMESTIC VIOLENCE SERVICES**
go.usa.gov/xGFpZ

**THE NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE
HOTLINE**
www.thehotline.org

IMPORTANT DATES

NOV. 1 - JAN. 15

Annual open enrollment period

WITHIN 60 DAYS OF LIFE CHANGE

Special enrollment period to report changes and shop for or change plans

HealthCare.gov တွင် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်များကို စာရင်းသွင်းခြင်း၊ သက်တမ်းတိုးခြင်း သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲခြင်း

ကျန်းမာရေးအာမခံမရှိဘူးလား။ ကျွန်ုပ်တို့ ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

- သင့်အတွက် မည်သည့်အစီအစဉ်က အကောင်းဆုံးနှင့် အတတ်နိုင်ဆုံးဖြစ်မည်ကို လေ့လာနိုင်ပါသည်။
- သင့်အစီအစဉ်အတွက် ငွေပေးချေရန် ငွေကြေးအကူအညီ ရ နိုင်ခြေရှိမရှိ ကြည့်ပါ။

ပြီးခဲ့သောနှစ်က ကျန်းမာရေးအာမခံ ဝယ်ယူခဲ့ပါ သလား။

နိုဝင်ဘာ 1 ရက်မှ ဇန်နဝါရီ 15 ရက်အတွင်းသည် အစီအစဉ်များကို သက်တမ်းတိုးရန် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရမည့် အချိန်ဖြစ်သည်။ သင့်အစီအစဉ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ သင်၏ ရွေးချယ်စရာများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။

- သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်ချက်များ ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။
- နှစ်စဉ် အစီအစဉ်အသစ်များ ရှိနေပြီး အကျိုးခံစားခွင့်များ ပြောင်းလဲနိုင်သလို တချို့အစီအစဉ်များ ရပ်တန့်သွားနိုင်ပါသည်။
- ဝင်ငွေနှင့် မိသားစုအရွယ်အစား ပြောင်းလဲခြင်းသည် သင်၏ ငွေကြေးအကူအညီအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါသည်။
- သင်၏ အစီအစဉ်ကို အလိုအလျောက် ပြန်လည်စာရင်းသွင်းမည်လားဆိုတာကို စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ သင်၏ အကျိုးခံစားခွင့်များကို ဆက်လက်ရရှိနိုင်ရန် သင့်အချက်အလက်များကို ပြန်လည်တင်သွင်းရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ပညာရှင်ထံမှ အခမဲ့ ဒေသတွင်း အကူအညီများကို သိရှိရန် [OregonHealthCare.gov](https://www.OregonHealthCare.gov) တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

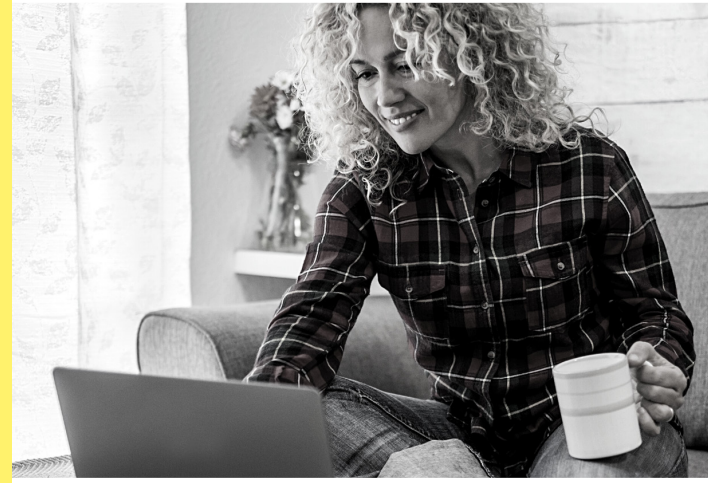


အခြား ဘာသာစကား သို့မဟုတ် ပုံစံများ ဤသတင်းအချက်အလက်များကို Español, Русский, Tiếng Việt, 汉语, 漢語တို့ဖြင့် တောင်းဆိုရန် 855-268-3767 (အဝေးပြောခ အခမဲ့) သို့ တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့အထိ မနက် ၈ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီအတွင်း ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ သတင်းအချက်အလက်များကို စာလုံးကြီး သို့မဟုတ် အခြားပုံစံဖြင့်လည်း တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။



440-5173 (8/22)

အိုရီဂွန်ပြည်နယ် အတွင်း ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲ ဖော်၏အကြမ်းဖက်မှုမှ လွတ်မြောက် လာသူများ အတွက် ကျန်းမာရေး အာမခံဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်



ပညာရှင်ထံမှ အခမဲ့ ဒေသတွင်း အကူအညီများကို သိရှိရန် [OregonHealthCare.gov](https://www.OregonHealthCare.gov) တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

သင့်မိသားစုကျန်းမာရေးကို ကျန်းမာအောင် ထားပါ။ နိုဝင်ဘာ 1 ရက်မှ ဇန်နဝါရီ 15 ရက် အတွင်း သို့မဟုတ် ဘဝဖြစ်ရပ်တစ်ခု၏ရက် 60 အတွင်း စာရင်းသွင်းပါ။

Visit OregonHealthCare.gov

သင့်တည်နေရာကို လျှို့ဝှက်ထားရှိပေးခြင်း

လိပ်စာလျှို့ဝှက်ထားရှိခြင်း ပရိုဂရမ် (ACP) သည် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်၏ အကြမ်းဖက်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားမှု၊ နောက်ယောင်ခံလိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် လူကုန်ကူးမှုတို့မှ လွတ်မြောက်လာသူများကို ၎င်းတို့၏လက်ရှိလိပ်စာအချက်အလက်များကို ကာကွယ်ပေးရန် ကူညီသည့် အခမဲ့မေးလ်လွှဲပြောင်းပေးပို့ခြင်း ဝန်ဆောင်မှု ဖြစ်သည်။ ပရိုဂရမ်တွင် ပါဝင်သူများကို ၎င်းတို့နေထိုင်သည့် လိပ်စာအစား အသုံးပြုရန် အစားထိုးလိပ်စာတစ်ခု ပံ့ပိုးပေးထားသည်။ အစားထိုးလိပ်စာသည် ပြည်နယ်နှင့် ဒေသတွင်းအစိုးရဌာနအများစုအတွက် လိပ်စာဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို ပြည့်မီပါလိမ့်မည်။

လူတစ်ဦးသည် လျှောက်ထားမှုကူညီသူအဖြစ် ရှေ့နေချုပ်၏ တာဝန်ပေးအပ်ခံရသည့် နှစ်နာသူဆိုင်ရာ အကြံပေးကူညီသူမှတစ်ဆင့်သာ လိပ်စာလျှို့ဝှက်ထားရှိခြင်း ပရိုဂရမ်သို့ လျှောက်ထားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ လိပ်စာလျှို့ဝှက်ထားရှိခြင်း ပရိုဂရမ်ကို လျှောက်ထားရန် သင့်အနီးတဝိုက်ရှိ လျှောက်ထားမှုကူညီသူတစ်ဦးကို ဆက်သွယ်ပါ။ ပိုမိုသိရှိလိုသော အချက်အလက်များကို go.usa.gov/xm4ta တွင် တွေ့ရှိနိုင်သည်။

လျှောက်ထားမှုဆိုင်ရာ အထူးသတ်မှတ်ပြဌာန်းချက်များ

ပုံမှန်အားဖြင့် Marketplace နှင့် အိုရီဂွန်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် လျှောက်ထားမှုများသည် သင့်အိမ်ထောင်ဘက် အပါအဝင် သင်၏အခွန်ထမ်း အိမ်ထောင်စုဝင်များအားလုံးအတွက် အချက်အလက်များကို လိုအပ်ပါသည်။ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်၏အကြမ်းဖက်မှု အခြေအနေများတွင် လွတ်မြောက်လာသူများသည် ၎င်းတို့၏အိမ်ထောင်ဘက်ကို မထည့်သွင်းဘဲ ကျန်းမာရေးအာမခံ လျှောက်ထားနိုင်သည်။ သင်၏လျှောက်ထားမှုကို မှန်ကန်စွာ ပြီးစီးစေရန် OregonHealthCare.gov သို့ဝင်ရောက်၍ ဒေသတွင်း လျှောက်ထားမှုအကူအညီကို ရှာဖွေပါ။

မေး -- တစ်ယောက်ယောက် ကူညီပေးနိုင်မလား။

ဖြေ - ပြည်နယ်အနှံ့ရှိ ဒေသတွင်း ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်းများနှင့် အာမခံကိုယ်စားလှယ်များက သင့်အတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်မည့် ကျန်းမာရေးအာမခံ အစီအစဉ်ကို ကူညီရှာဖွေပေးနိုင်ပါသည်။ ဤအကူအညီသည် အခမဲ့ ဖြစ်၍ လျှို့ဝှက်ထားရှိပေးပါသည်။ သင်နှင့် အနီးတဝိုက်ရှိ တစ်ဦးဦးကို ရှာဖွေနိုင်ရန် OregonHealthCare.gov သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် 855-268-3767 (အဝေးပြောခ အခမဲ့) သို့ ခေါ်ဆိုပါ။

မေး -- ကျန်းမာရေးအာမခံအတွက် ပေးချေရန် အကူအညီရနိုင်ပါသလား။

ဖြေ - သင်၏အိမ်ထောင်စုဝင်ငွေကို အခြေခံသော ဝင်ငွေတွက်ချက်မှုနှုန်းထားအရ ငွေကြေးအကူအညီ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ရရှိနိုင်သော ငွေကြေးအကူအညီ ရွေးချယ်စရာနှစ်မျိုး ရှိသည် -

- အခွန်ခရက်ဒစ်များ - အာမခံ ရရှိရန် သင်၏လစဉ်ပရီမီယမ်ကြေးကို ကူညီပေးချေသည်
- စရိတ်မျှပေး လျှော့ချခြင်း - ပူးတွဲပေးချေခြင်းများ၊ ပူးတွဲအာမခံနှင့် ပြန်လည်နုတ်ယူနိုင်သော အိတ်စိုက်ငွေများကဲ့သို့ သင်၏အိတ်စိုက်ကုန်ကျစရိတ်များကို လျှော့ချပေးသည်။

အိုရီဂွန်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် သည် အိုရီဂွန်ပြည်နယ်မှ ပေးအပ်သော အခမဲ့ ကျန်းမာရေးအာမခံ ဖြစ်သည်။ ၎င်းကို စံသတ်မှတ်ချက်များအား ပြည့်မီသည့် ဝင်ငွေနည်းသော အိုရီဂွန်ပြည်နယ်သားများအတွက် ရရှိနိုင်ပါသည်။

မေး -- ယခု လျှောက်ထားလို့ရနိုင်ပါသလား။

ဖြေ - ပုံမှန်အားဖြင့် အဖွင့် စာရင်းသွင်းကာလအတွင်းသာ အာမခံ လျှောက်ထားနိုင်သည်ဖြစ်သော်လည်း အချို့သော ဘဝပြောင်းလဲစေနိုင်သော ဖြစ်ရပ်များအတွက် အထူးစာရင်းသွင်းကာလကို ဖွင့်လှစ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အတွက် ဥပမာအချို့မှာ -

- အနိမ့်ဆုံး အခြေခံအာမခံ (အလုပ်ရှင်မှပေးသော အာမခံ ကဲ့သို့) ကို ဆုံးရှုံးခြင်း
- အိမ်ပြောင်းခြင်း
- အိမ်ထောင်စုဝင်ငွေ အပြောင်းအလဲ
- သင့်အိမ်တွင် ကလေးတစ်ဦးကို မွေးဖွားခြင်း၊ မွေးစားခြင်း သို့မဟုတ် နေရာချထားခြင်း

အစီအစဉ်သစ်တစ်ခုကို ဝယ်ယူရန် နှင့် စာရင်းသွင်းရန် အရည်အချင်း ပြည့်မီသော ဘဝအပြောင်းအလဲဖြစ်ရပ်၏ ရက်စွဲမှ ရက် 60 အချိန်ရှိပါသည်။ သင်သည် အိုရီဂွန်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီပါက ထိုနှစ်အတွင်း အချိန်မရွေး စာရင်းသွင်းနိုင်ပါသည်။



အစီအစဉ်များကို သက်တမ်းတိုးရန် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရန်

HealthCare.gov
800-318-2596 (အဝေးပြောခ အခမဲ့)
(TTY: 855-889-4325) ၂၄နာရီပတ်လုံး

ဒေသတွင်း အကူအညီများ အခမဲ့ ရယူရန်

OregonHealthCare.gov
855-268-3767 (အဝေးပြောခ အခမဲ့)

မနက် ၈နာရီမှ ညနေ ၅နာရီအတွင်း တနင်္လာ-သောကြာ

- သင့်ကို သင်နှစ်သက်သည့် ဘာသာစကားဖြင့် အခမဲ့ ကူညီပေးနိုင်မည့် ဒေသတွင်း အာမခံကိုယ်စားလှယ် သို့မဟုတ် ရပ်ရွာ အဖွဲ့အစည်းကို ရှာဖွေပါ။

အခြား အရင်းအမြစ်များ

အိုရီဂွန်ပြည်နယ် လူသားရေးရာဝန်ဆောင်မှုများဌာန အိမ်တွင်း အကြမ်းဖက်မှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ

go.usa.gov/xGFpZ

နိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း www.thehotline.org

အရေးကြီးသည့်ရက်များ

နိုဝင်ဘာ 1 ရက်- ဇန်နဝါရီ 15 ရက်

နှစ်စဉ် အဖွင့် စာရင်းသွင်းကာလ

ဘဝအပြောင်းအလဲဖြစ်ရပ်၏ ရက် 60 အတွင်း

အပြောင်းအလဲများကို အစီရင်ခံရန်နှင့် အစီအစဉ်များကို ဝယ်ယူရန် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရန် အထူးစာရင်းသွင်းကာလ