

As a result of the largest wildfires in California history, our community has experienced a significant trauma. Whether directly affected or involved otherwise, we have each been impacted at some level. Listed below are resources available to assist you as a Kaiser Permanente member:

## Mental Health & Wellness Services

- If you are experiencing anxiety, emotional ups and downs, irritability, poor sleep, and/or poor concentration, your primary care physician can provide you with assistance.
- If your symptoms are urgent or severe you may also contact the Department of Mental Health and Wellness to speak with one of our mental health providers: (707)-571-3778.
- Additionally, we are offering **free** drop-in classes to assist you:
  - Parenting through Crisis: offers tips and resources for parents and caregivers to support families and children affected by the wildfires.
    - Every Monday from 12:00–1:30 PM at 2235 Mercury Way Suite 240, Santa Rosa
  - Trauma Support Workshop: provides information on trauma and stress responses related to the wildfires and resources for how to address them
    - English: every Tuesday from 5:30–6:30 PM at 3554 Roundbarn Blvd, Santa Rosa
    - Spanish: every Monday from 5:30–6:30 PM at 2235 Mercury Way Suite 240, Santa Rosa

## Benefits, Coverage, and Plan Options

- If you have questions regarding your benefits or coverage, please call the Member Services Call Center at 1-800-464-4000 (open 24 hours/day, 7 days/week).
- If you have questions regarding health plan options or changes, please visit our local Member Services Department (open Monday–Friday 9:00 a.m.– 5:00 p.m., closed for lunch 12:30–1:30 p.m.)
  - Locations:
    - Santa Rosa Medical Center, MOB 2, 1<sup>st</sup> Floor, 401 Bicentennial Way, Santa Rosa, CA 95403
    - Rohnert Park Medical Offices, 5900 State Farm Drive, Rohnert Park, CA 94928

## Medical Financial Assistance

- If you have concerns about your ability to pay co-pays please call our Patient Financial Advisors at (707)-393-4458 or walk-in (open Monday–Friday, 9:00 a.m.–4:30 p.m.)
  - Location: Santa Rosa Medical Center, Business Office – located in Release of Medical Information (ROMI), Hospital, main level, 401 Bicentennial Way, Santa Rosa, CA 95403

## Personal Physician Selection

- New, returning, and existing members that need assistance selecting or changing a primary care physician can call the New Member Experience department at (707)-393-3186 (open Monday–Friday 9:00 a.m.–5:00 p.m.)
- New Member Experience can also assist with:
  - Activation of your kp.org account with a personalized tutorial on how to use it
  - Tours of our campus
  - Information to help you refill your prescription
  - Booking appointments

A consecuencia de los incendios más grandes en la historia de California, nuestra comunidad ha experimentado un trauma significativo. Ya sea al haber sido afectados directamente o por estar involucrados de otra manera, cada uno de nosotros hemos sido impactados en cierto grado. A continuación se enumeran los recursos disponibles para ayudarlo como miembro de Kaiser Permanente.

## Servicios de salud y bienestar mental

- Si está sufriendo de ansiedad, altibajos emocionales, irritabilidad, falta de sueño o dificultad para concentrarse, su médico de atención primaria puede ofrecerle asistencia.
- Si sus síntomas son urgentes o graves, también puede comunicarse con el Departamento de Salud y Bienestar Mental para hablar con uno de nuestros proveedores de salud mental: (707)-571-3778.
- Además ofrecemos clases gratuitas que no requieren registrarse:
  - Crianza durante una crisis: ofrece consejos y recursos para padres y personas a cargo del cuidado de otros para apoyar a las familias y niños afectados por los incendios.
    - Todos los lunes de 12:00 a 1:30 PM en el 2235 Mercury Way Suite 240, Santa Rosa
  - Taller de apoyo para el trauma: proporciona información sobre las respuestas de trauma y estrés relacionados con los incendios y recursos para cómo lidiar con ellos
    - Inglés: todos los martes de 5:30 a 6:30 PM en 3554 Roundbarn Blvd, Santa Rosa
    - Español: todos los lunes de 5:30 a 6:30 PM en el 2235 Mercury Way Suite 240, Santa Rosa

## Plan de Salud: Beneficios, Cobertura y Opciones

- Si tiene preguntas acerca de sus beneficios o cobertura, llame al Centro de Llamadas para Servicio a los Miembros de Kaiser al 1-800-464-4000 (abierto las 24 horas del día, 7 días de la semana).
- Si tiene preguntas sobre sus opciones de plan de salud o cambios en éste, visite nuestro departamento local de Servicio para Miembros de Kaiser (abierto lunes a viernes de 9:00 a.m a 5:00 p.m, cerrado para el almuerzo de 12:30 a 1:30 p.m.)
  - Ubicación:
    - Centro Médico de Santa Rosa, Edificio 2, 1<sup>er</sup> piso, 401 Bicentennial Way, Santa Rosa, CA 95403
    - Centro Médico de Rohnert Park, 5900 State Farm Drive, Rohnert Park, CA 94928

## Asistencia financiera para uso médico

- Si le preocupa no tener los medios para pagar los copagos, llame a nuestros asesores financieros para pacientes al (707)-393-4458 o visite la oficina (abierta de lunes a viernes de 9:00 a.m a 4:30 p.m.)
  - Ubicación: Centro Médico de Santa Rosa, Oficina de Finanzas – localizada en la oficina para solicitar información médica (ROMI), Hospital, 1<sup>o</sup> piso, 401 Bicentennial Way, Santa Rosa, CA 95403

## Elección de Médico de Cabecera

- Si usted es un miembro de Kaiser actualmente afiliado, nuevo o que ha regresado y necesita ayuda para escoger o cambiar el médico de atención primaria, puede llamar al departamento de Asistencia para Nuevos Miembros al (707)-393-3186 (abierto de lunes a viernes de 9:00 a.m. a 5:00 p.m.)
- El departamento de Asistencia para Nuevos Miembros también puede ayudarlo con:
  - La activación de su cuenta en kp.org con instrucciones personalizadas de cómo usarla
  - Hacer recorridos por nuestros centros médicos
  - Información para ayudarlo a resurtir sus medicamentos
  - Programación de citas.