ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། Form Approved

OMB No. 0938-1191

Expires: 09/30/2027

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-[r-c#]-zdd-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-R#-NI]-l fX^c-fR(en-n HealthCare.gov z[#-p(e-[C-‰X-p[-‰X^[-NI]-zd$v-l^n!
སྙན་ཞུ་དེ་ཉིད་བེད་སྤྱོད་བཏང་ནས་ཁྱེད་

རང་འགན་བཅོལ་ཁྱབ་ཁོངས་ཅི་ཞིག་གི་

ཁོངས་སུ་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་མེད་འཚོལ་ཞིབ་བྱོས།

• ཁྲོམ་རའི་འཆར་གཞིའི་གོ་སྐབས་དེས་ཁྱབ་ཚད་ཆེ་བའི་ངང་ཁྱེད་རང་གི་བདེ་ཐང་ཐད་རམ་འདེགས་བྱ་ཐུབ།
• ཁྲལ་བུན་གྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་དུས་བཀག་དངུལ་འབབ་ཇེ་ཉུང་གཏོང་རྒྱུར་ཕན་གྱི་ཡོད།
• རིན་མེད་དམ་རིན་འབབ་དམའ་བའི་སྨན་བཅོས་རོགས་རམ། ཡང་ན། ཕྲུ་གུའི་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ལས་འཆར།!
ཡོང་འབབ་གྱི་གྲངས་ཚད་རིགས་ཤིག་གིས་སྐབས་རེ་རིན་མེད་དམ་རིན་འབབ་དམའ་བའི་ལས་འཆར་གྱི་མཐུན་འགྱུར་འཐོབ་སྲིད།

NI]-l^-z[#-n$n-d*[-Nå≈([-eo(r-y(e-
;*c-]

• མཉེན་ཆས་དེ་ཉིད་སྤྱད་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ནང་ཡོད་མི་ཚང་མ་ཐོ་འགོད་དེབ་སྐྱེལ་བྱ་དགོས།

• ev-o*-wX*[cr-rf-wX*[-cr-e#-sC^-e^c-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-x([-dl#]-a-x#]-]zr-NI]-zd$v-dl^n-]! wX*[-cr-v-c#]- f*[-[f! c#]-zdd-y$r-dz#-vn-el#-p(d-a-nC#[!
• ev-o*-wX*[cr-et#e-ŒXr-x#]-]! s(f-b(e-p$r-d-l#e-d*[-Nå≈([-eo(r-‰X^-x([-r*n-ven-]! [C-‰-HealthCare.gov z[#c-e;#en!
• ཁྱེད་ཀྱི་ནང་ཡོད་འོས་ཆོས་ཚང་བའི་གནས་སྤོས་བས་ཀྱང་ཐོ་འགོད་དེབ་སྐྱེལ་བྱ་ཆོག གལ་སྲིད་ཁྱེད་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་གྱི་
འོས་ཆོས་ཚང་གི་མེད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྲུ་གུ་ཐོ་འགོད་དེབ་སྐྱེལ་བྱ་ཆོག ལས་འཆར་འདིར་ཐོ་འགོད་བྱས་པ་དེས་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་སྤོས་གནས་བབ་དང་གཏན་སྡོད་ཆོག་མཆན། མི་སེར་ཆགས་རྒྱུ་བཅས་ལ་གནོད་སྐྱོན་གང་ཡང་འཕོག་གི་མེད།
• ev-o*-er-;e-el]-l#e-e#n-wX*[-cr-v-NI]-l^-z[#-‰X(r-c(en-dX*[-W#-x([-]! ;$c-N∂≈c-e-a-(Appendix C) xr-y-hr-
d‰Xr-[e(n-r*n-ven!

wX*[-cr-NI]-zd$v-er-dX*[-[e(n-
;*c-]!

• འགན་བཅོལ་ལས་འཆར་དགོས་པའི་འོས་ཆོས་ཚང་བའི་གནས་སྤོས་བའི་དཔལ་འབྱོར་བདེ་སྲུང་ཨང་།(SSNs) ཡང་ན།
ཡིག་ཆ་ཨང་།
• wX*[-cr-e#-]r-f#-u#-x([-c*-c*z#-vn-q-Nåç([-fw]-[r-! x(r-zdd-W#-Nœ(c-e]n-h$v-y-hr-! ([a*c-]! E√-y-Nåç[-p(- (paystub) [r-! „v-R#-s(f-b(e-W-2 Form xr-]! E√-y-[r-„v-R#-dË([-p(-vn-do^n-a-Vø-d$z(!!)

• [-x([-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-er-c$r-e#-e]-x#e-,r-(policy number) •ཁྱེད་ཀྱི་ནང་མིར་ལས་ཀ་དང་འབྲེལ་ཡོད་འགན་བཅོལ་ཡོད་རིགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ།
r-h(n-t#z#-sX#c-e]n-h$v-z[#z#-
Nœ(c-[C#n-dnf-]

r-h(n-wX*[-cr-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-u#-Vøc- [r-[*z#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-p(d-W#-x([-f*[-wX*[-cr-v-b([-‰X^z#- y*[-x(r-zdd-[r-e]n-h$v-el]-’fn-[C#n-a-x#]! r-h(n-wX*[-]n-s$v-dz#-e]n-h$v-z[#-’fn-„#fn-p(e-[e(n-

a-Vøc-R#-enr-d-[r-dg]-a(c-ic-hen-dX*[-W#-x#]! སྒྒེར་གྱྱི་གསང་བའི་ཁྲྲིམས་ཡིག་ཆེད།-(Privacy Act Statement) HealthCare.gov དྲ་ཚིགས་ལ་གཟིགས། ཡང་ན་ལམ་སྟྟོན་ལྟ་ཞིབ་བྱྱོས།
z[#-Ë*n-e-c*-dX*[-dnf-] འདྲ་བཤུས་ཤིག་བླངས་ནས་ཉར་ཚགས་བྱོས། དེ་ནས་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་རྗེས། ས་རྟགས་བཀོད་ནས་ཤོག་གྲངས་8ཐོག་ཡོད་པའི་ཁ་བྱང་ཐོག་བསྐུར།

གལ་སྲིད་ང་ཚོས་དགོས་འདུན་བཏོན་པའི་གནས་ཚུལ་ཆ་ཚང་ཁྱེད་ལ་མཁོ་སྤྲོད་བྱ་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་། ས་རྟགས་བ ཀོད་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྙན་ཞུ་འབུལ་ཤོགང་ཚོས་བདུན་ཕྲག་1-2བར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། ང་ཚོར་གནས་ཚུལ་འཕར་མ་དགོས་མཁོ་འབྱུང་ཚེ་ཁྲོམ་རའི་སྡེ་ཚན་ནས་ཁྱེད་ལ་ཁ་པར་འབྱོར་
སྲིད། ཁྱེད་ཀྱི་སྙན་ཞུའི་ལས་རིམ་བསྒྲུབས་རྗེས་ཁྱེད་ལ་འོས་ཆོས་ཚང་བའི་བརྡ་ཐོའི་འཕྲིན་ཡིག་འབྱོར་གྱི་རེད། གལ་སྲིད་ང་ཚོས་ཁྱེད་ལ་འབྲེལ་བ་
མ་བྱས་ཚེ། ང་ཚོའི་ཁྲོམ་རའི་སྡེ་ཚན་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ཁ་པར་ཐོག་འབྲེལ་བ་བྱོས། འགེངས་ཤོག་འདི་ཉིད་བཀང་བ་དེས་ཡིན་ཅིག་འགན་བཅོལ་ཉོ་
དགོས་པ་མཚོན་གྱི་མེད།

Get help with this
application

• [C-‰X-p[-‰X^[-dX*[-]! (Online): HealthCare.gov v-e;#en! • w-ac-eor-]! (Phone): „(fn-nz#-w-ac-zdC*v-vf-wr-e#-w-ac-,r-1-800-318-2596 [r-! TTY d*[-Nå≈([- eo(r-fw]-x#]-]-w-ac-,r-1-855-889-4325 dtn-n(-n(c-Nœ[-y-b([-[e(n! • c(en-dX*[-fw]-er-;e-r(-f! wX*[-cr-e#-n-e]n-v-c(en-dX*[-fw]-N√(d-Nø(]-a-x([-nC#[-an! [C-‰X- HealthCare.gov, ov-e;#en-‰X^-[r-! xr-]! „(fn-nz#-w-ac-zdC*v-vf-wr-e#-w-ac-

,r-1-800-318-2596 p(e-e]n-h$v-‰Xn-a-er-[e(n-Nœ(c-Nœ[-y-b([-[e(n! •Nœ[-el]-’fn! ev-o*-wX*[-cr-v-[dX#]-Nœ[-vn-el]-az#-Nœ[-el]-l#e-p(e-]n-c(en-a-[e(n-]! w-ac-,r-1-800-318-2596 p(e-h(r-be-ldn-l^-dz#-vn-dX*[-v-wX*[-cr-v-[e(n-az#-Nœ[-[*-db[-]! [*-Vøc-r-h(n- wX*[-cr-v-zeC(-n(r-er-xr-f*[-ac-c(en-a-pdn-b*n-dX*[-p$d-W#-c*[!

ཁྱེད་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་འདྲ་བཤུས་ཆེན་པོ་དང་། ལོང་བའི་ཡིག་གེ ། ཡང་སྒྲ་ཐོག་ནས་ལེན་ཆོག་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་ལ་དབྱེ་འབྱེད་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་བྱུང་ཡོད་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་གྱོད་གཏུགས་བྱ་རྒྱུའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། དྲ་ཚིགས་འདིར་ཕེབས། CMS.gov/accessibility-nondiscrimination ཡང་ན་འདིར་ཁ་པར་གཏོང་ 1-800-318-2596 ན་པའི་ཁ་པར་སྤྱོད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་འདིར་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག ། 1-855-889-4325

This product was produced at U.S. taxpayer expense.
Health Insurance Marketplace® is a registered service mark of
the U.S. Department of Health & Human Services.

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

1 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

སྣག་ཚྭ་ནག་པོའམ་སྔོ་ནག་གིས་དབྱངས་གསལ་ཡི་གེ་ཆེ་བྲིས་ཐོག་ནས་ཡིག་དཔར་བརྒྱབ་ཡོད།
N´(c-N´(c-R#-]r! ( ) z[#-Vøc-‰X(r .

e(f-a-[r-a(! n(-n(z#-v(-‰X^n!
(ང་ཚོར་ཁྱིམ་ཚང་རེ་རེ་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུའི་འབྲེལ་གཏུག་མི་སྣ་དར་མ་གཅིག་དགོས་པ་ཡིན།)
1. f#r-e#-[r-a(! dc-a fpz-f! N“([-e]n-w-dXr-!

2. N“([-e]n-w-dXr-! (ev-o*-f*[-]-Nø(r-a-zu(e-) 3. ཁྱྱིམ་གྱྱི་ཁ་བྱང་། 2

4. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) 5. frz-N“*(z#-f#r-) 6. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 7. རྒྱལ་ཁབ།

8. x#e-zeC^v-w-dXr-! (ev-o*-N“([-e]n-w-dXr-vn-el]-x#]-]-) 9. སྦྲག་སྲྲིད་ཁ་བྱང་། 2

10. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) 11. frz-N“*(z#-f#r-) 12.N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 13. རྒྱལ་ཁབ།

14. ཁ་པར་ཨང་གྲངས།

15. ཁ་པར་ཨང་གྲངས་གཉིས་པ།

16..wX*[-cr-NI]-l^-z[#z#-Nœ(c-e]n-h$v-l#d-sC-,#f*v-(Email) d‰X^[-b*n-z[([-x([-[f-... x([! f*[! ,#f*v-R#-w-dXr-! (Email Address)

17. འདོད་མོས་ཡོད་པའི་སྐད་ཡིག ཡིག་ཐོག སྐད།

e(f-a-ei#n-a! ང་ཚོར་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་སྡོད་ནང་མིའི་སྐོར་ཤོད་རོགས།

NI]-l^-z[#z#-w(rn-n$-n$-dt$e-[e(n-x([
སྔོན་ཚུན་ནས་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་སྡོད་ནང་མི་རེ་རེས་གོམ་པ་གཉིས་པའི་འགེངས་ཤོག་དེ་ཉིད་འཐུས་ཚང་འགེང་དགོས། འགེངས་ཤོག་དེའི་ནང་འཁོད་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཀྱིས་ང་ཚོས་ཁྱེད་ལ་འོས་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ལེགས་ཤོས་དེ་གདམས་རྒྱུར་མཐུན་འགྱུར་ཡོང་གི་ཡོད། རོགས་རམ་གྱི་ཁྱོན་འབོར་རམ་ལས་འཆར་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཅི་འཐོབ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་ལ་མི་ཅི་ཙམ་སྡོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་དང་། ཁྱིམ་གྱི་ཡོང་འབབ་ཇི་ཡོད་ལ་ལྟ་གི་རེད། འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ཡོད་པའི་ནང་མི་ཡིན་རུང་། ཁྱེད་ཀྱི་སྙན་ཞུའི་ནང་མ་བཀོད་ཚེ་ཁྱེད་ལ་འོས་ཆོས་ཐོབ་ཐང་ཅི་འཐོབ་གྱི་གྲུབ་འབྲས་ལ་ཁྱད་པར་བཟོ་སྲིད།

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-[e(n-r*n-f#-›]-eCn-’fn-W#-y*[!
f#-z[#-’fn-[-Vø-w(r-cr-h(z#-r(n-]n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-NI]-zd$v-l^-e#-f*[-]zr-! w(r-h(z#-f#r-z[#c-dt$e-[e(n!!
• d;z-:√-er-c$r-!

• ཕྲུག་ཚབ་ཚུད་པའི་རང་ལོ་21མ་ལོན་པའི་བུ་དང་བུ་མོ་ལྷན་དུ་སྡོད་བཞིན་པ།
• (s-fz#-wCv-zdd-Nø*r-p(d-pr-Ì([-v*]-dX-‰X^z#-y*[-v(- 21 d›v-dz#-sC^e-e^-p*-dz#-)[d$n-el^r-e#-sX#c-v(e-x(r-zdd-„v-p(z#-]r-fif-[^-f#r-dq([-az#-er-;e-el]-n$-c$r-! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-h$[-‰X^c-„v-r*n-zd$v-f#-[e(n!
zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-[e(n-r*n! cr-v(-21 vn-y$r-dz#-sC^e-e^z#-y*[!
f#-z[#-’fn-[-Vø-w(r-cr-h(z#-r(n-]n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-NI]-zd$v-l^-e#-f*[-]zr-! w(r-h(z#-f#r-z[#c-dt$e-[e(n!

• fif-N“[-dl#]-az#-s-fzf! (s-hd-f-hd-) er-c$r-! • fif-N“([-dl#]-az#-s-f-ei#n-qzf-er-c$r-et#e-az#-Nå^]-fy*[-er-c$r-!
• fif-N“([-dl#]-az#-d$zf-d$-f(-sC^e-hd-[r-dtn-a-er-c$r-! •ལྷན་དུ་སྡོད་བཞིན་པ་བཟའ་ཟླ།
• [d$n-el^r-e#-sX#c-v(e-x(r-zdd-„v-p(z#-]r-fif-[^-f#r-dq([-az#-f#-el]-n$-c$r-! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-h$[-‰X^c-„v-r*n-zd$v-f#-[e(n!

ཁྱྱིམ་སྡྡོད་ནང་མི་ཚང་མས་གོམ་པ་གཉིས་པའི་འགེངས་ཤོག་དེ་ཉིད་ཡིན་ཅིག་འགེང་དགོས།
ཁྱྱེད་ཉིད་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ། མི་རྒན་གཞོན་བང་རིམ་བཞིན་འགེང་དགོས། གལ་སྲྲིད་ཁྱྱེད་ཀྱྱི་ཁྱྱིམ་ལ་མི་གཉིས་ལས་མང་བ་ཡོད་ཚེ་འགེངས་ཤོག་དཔར་བཤུས་བྱས་ཏེ་ལྷན་དུ་སྦྱར་དགོས།
ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་སྡོད་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་མི་དགོས་པའི་རིགས་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་གནས་སྤོས་གནས་ཚུལ་དང་ SSNཨང་གྲངས་སྤྲོད་དགོས་ཀྱི་མེད། ང་ཚོས་ཁྱེད་ཀྱིས་མཁོ་སྤྲོད་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ཁྲིམས་ལུགས་འོག་གསང་ཉར་བྱ་གི་རེད། ང་ཚོས་མི་སྒེར་གྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་གྱི་འོས་ཆོས་ཚང་མིན་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱུ་ཁོ་ནར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

2 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

e(f-a-ei#n-a! er-;e-[r-a(! ([(-d[e-n(-n(-]n-ze(-h$en-) རང་ཉིད་ཀྱིས་གོམ་པ་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བཀང་ཟིན་རྗེས། རང་ཉིད་ཀྱི་བཟའ་ཟླ་དང་། ཁྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་སྡོད་བཞིན་པའི་མི། གཞན་རང་ཉིད་དང་གཞུང་ཁྲལ་ཕྱིར་ལོག་མཉམ་དུ་ཐོ་འགོད་བྱས་རིགས་བཅས་རིམ་པས་འགེང་དགོས། ཤོག་གྲངས་1ཐོག་ཕེབས་ནས་སྙན་ཞུའི་

ནང་སུ་འཁོད་དགོས་མིན་ཐད་ཞིབ་ཕྲ་ལྟོས། གལ་སྲིད་ཁྱེད་ཀྱིས་གཞུང་ཁྲལ་ཕྱིར་ལོག་ཐོ་འགོད་བྱས་མེད་ཀྱང་། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་སྡོད་པ་རྣམས་སྣོན་དགོས་པ་མ་བརྗེད།
1. f#r-e#-[r-a(! dc-a! fpz-f! (f#r-e#-) Ë*n-zu$e

2. er-;e-[r-a(-[r-zdC*v-d! 3. wX*[-cr-yr-n-d‰Xd-;#]-]f!
x([! f*[!

4. Nœ≈*n-h*n! (:√-d-[r-! h*n-a! v(-dtn-c#f-ac-dC#n-) 5. s(-f(!
s(! f(!

6. Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-! (SSN)

_ ev-o*-wX*[-cr-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-[e(n-a-[r-! Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-(SSN) x([-azf! xr-]! et#e-ce-pdn-x([-]! r-h(-v-Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-[*-[e(n-z[^e r-h(n-Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-d*[-Nå≈([-dor-Nø*! x(r-zdd-[r-e]n-h$v-el]-’fn-Ì[-et([-dXn-]n! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-Nåç([-z(n-a-n$-n$-x([-f*[-l#d-zu$e-dX*[-W#-x([! ཞིབ་བྱ་གི་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་བདེ་སྲུང་ཨང་འཐོབ་ཆེད་གནས་ཚུལ་ཇེ་རྒྱས། འདིར་
ཕེབས། SSA.gov ཡང་ན་དཔལ་འབྱོར་བདེ་སྲུང་ཞབས་ཞུ་ཨང་འདིར་འབྲེལ་བ་བྱོས། 1-800-772-1213. TTY སྤྱོད་པ་པོས་ཨང་གྲངས་འདིའི་ཐོག་འབྲེལ། 1-800-325-0778.
7. v(-Ë*n-f-wX*[-cr-[d$n-el^r-e#-sX#c-v(e-x(r-zdd-„v-zd$v-Ì#n-x([-[f-f*[- x(r-zdd-„v-zd$v-Ì#n-f*[-]zr-! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-h$[-‰X^z#-NI]-l^-s$v-y(e-e#-c*[!
གལ་ཏེ་དགོས་པ་ཡོན་ཚེ། རྣམ་གྲངས་ c བརྒྱུད་ནས་ a ལ་ལན་རྒྱག་རོགས། ven-f#]! ev-o*-f#]-]! c བར་བསྐྱུར།
a..q! „v-zdd-W#-e]n-p(-d;z-:√-[r-Vµ]-[^-zd$v-‰X^-x#]-]f-.. x([! f*[! ev-o*-x#]-]! d;z-:√z#-f#r-dC#n!
b..„v-zdd-e]n-p(z#-p(e-cr-v-Vø(n-dtn-’fn-W#-p(d-pr-Ì([-v*]-dX-‰X^-x#]-]f-.. x([! f*[! ev-o*-x#]-]! Vø(n-dtn-’fn-W#-f#r-p(-ze([-‰X^!
c..f#-el]-R#-„v-zdd-e]n-p(z#-p(e-wX*[-cr-Vø(n-dtn-W#-w(rn-n$-p(d-pr-Ì([-v*]-dX-e#-x([-[f-... x([! f*[! ev-o*-x([-]! ཁྲལ་སྤྲོད་པ་དག་གི་མི་གཞུང་ཕྲྲིས། wX*[-cr-[r-„v-zd$v-fw]-er-;e-ei#n-W#-zdC*v-d-e-c*-c*[-

8. wX*[-cr-N∂ç&f-f-x#]-an- (sC^e-e^-Nœ≈*-‰X^-x([-an-) .... x([! f*[! a. ev-o*-x#]-]! sC^e-e^-e-h([-Nœ≈*-dz#-c*-d-x([-
9. wX*[-cr-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-[e(n-W#-z[^e-ef- ev-o*-wX*[-cr-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-x([-]zr-! [*-vn-Vø-Ø(en-v*en-az#-wXd-w(rn-nf! zeC(-eC(]-y$r-dz#-vn-el#-x([-h([-ven! !
ven-z[^e ev-o*-[e(n-z[^e-]! ebf-env-[C#-d-hr-fc-v]-z[*dn-[e(n!

ven-f#]-z[^e ev-o*-f#-[e(n-]! ebf-env-b(e-eCrn- 3 az#-]r-e#-x(r-zdd-W#-[C#-d-v-s*dn! b(e-Vµ*-z[#z#-zsC(n-Nø(r-ac-zu(e
10. ཁྱེད་ལ་ལུས་པོ། སེམས་ཁམས་སམ་བསམ་བློའི་བདེ་ཐང་གི་གནད་དོན་ཡོད་དམ། དེ་དག་གིས་ནམ་རྒྱུན་འཚོ་བར་(དཔེར་ན་གཟུགས་པོ་འཁྲུད་པ་དང་གྱོན་ཆས་གྱོན་པ། ཁྱིམ་ལས་བྱེད་པ་སོགས།)ཤུགས་རྐྱེན་ངན་པ་ཐེབས་སྲིད།
ཡང་ན་ཁྱེད་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལུས་ཁམས་བདེ་སྲུང་གི་དགོས་མཁོ་ཡོད་དམ། ཡང་ན་སྨན་ཁང་ངམ་རྒན་གསོ་ཁང་དུ་སྡོད་པ་ཡིན་ནམ།.. x([! f*[!
11. wX*[-cr-,-c#z#-yd-zdrn-nf! x$v-f#-x#]-]f-... x([! f*[!
12. wX*[-cr-,-c#z#-yd-zdrn-c#f-ac-cr-dl#]-„#fn-fp$]-R#n-yen-a-x#]-]f- (z[#z#-e(-[(]-]#-wX*[-cr-,-c#z#-x$v-R#-sX#-v-Nœ≈*n-az#-[(]-x#]!)
ven-x#]! ev-o*-x#]-]! [C#-d-q-a-[r-w-a-ei#n-v-v]-z[*dn-[e(n! ven-f#]! ev-o*-f#]-]! [C#-d-13 a-v-s*dn!.
a. sX#-f#z#-,r-! b. ve-zwX*c-,r-!
q-a-[r-w-a-ei#n-hc-]!
[C#-d-14v-s*dn!
13. ev-o*-wX*[-cr-,-c#z#-yd-zdrn-nf! x$v-f#-f#]-]! Nœdn-z[#z#-w*-s]-p(d-z(n-az#-el#n-Nå(n-az#-e]n-Nørn-(immigration status) x([-[f- Ven-x([! Ex#e-yz#-c#en-er-x#]-[r-! r(n-zj#]- b(e-dXr-,r-(ID #) zdC#-‰X^! ལམ་སྟྟོན་ལ་གཟིགས།
el#n-Nå(n-W#-x#e-yz#-c#en! e]n-Nørn-c#en- (e[f-q-) cr-e#-f#r-el#n-Nå(n-W#-x#e-yz#-]r-env-Vøc-dC#n!

sX#-f#z#-,r-! xr-]! ,z#--94(I-94) ,r-! b(e-dXr-,r-(Card #) xr-]! sX#c-Nœ≈([-ve-wX*c-(Passport) ,r-!

N√(d-sC^e-ef! vn-el#-dË*-v*]-p(e-zdX(c-dz#-r(n-zj#]-b(e-dXr-! (SEVIS ID) xr-]! [^n-h([-Ô(en-h*n! (e[f-q-) el]! (N“*-h]-enr-Øen! xr-]! Nåç([-fw]-‰Xv-wd-W#-f#r-)

a. wX*[-cr- 1996]n-Ì#n-,-c#c-dN“[-a-x#]-]f- .... x([! f*[! b. wX*[-cr-rf! wX*[-cr-e#-d;z-:√-zf! s-f-n$-c$r-,-c#-el^r-e#-[fe-ldn-;$c-azf! [-Vø-[Ce-[fe-e#-vn-[(]-dX*[-dl#]-a-x#]- .... x([! f*[!
14. wX*[-cr-v-z[n-az#-:√-d-en$f-]r-e#-Nƒ]-dt(n-W#-zeC(-n(r-d$-v(]-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-[e(n-nf- .... x([! f*[!
15. wX*[-cr-[r-i^r-fpc-v(-dt$-[e^z#-z(e-e#-sC^e-e^-et#e-fif-[^-N“([-a-[r-sC^e-e^-[*z#-Vø-Nœ≈(r-dX*[-fw]-eg(-d(-[*-wX*[-cr-x#]-]f-
(ev-o*-wX*[-cr-rf-wX*[-cr-e#-d;z-:√n-sC^e-e^-[*z#-Vø-Nœ≈(r-dX*[-W#-x([-]! z[#c-“ven-x#]-”l*n-v]-z[*dn-[e(n!) .... x([! f*[! ཁྱྱེད་ཀྱྱི་ཁྱྱིམ་དུ་སྡྡོད་བཞིན་པའི་ཕྲུ་གུ་རང་ལོ་19མན་ཡིན་ཚང་མའི་མིང་དང་འབྲྲེལ་ལམ་ཇི་ཡིན་ཕྲྲིས།

16. wX*[-cr-[^n-h([-y-hr-N√(-eC˚-zeC#f-dl#]-az#-N√(d-sC^e-x#]-]f- . x([! f*[! 17. wX*[-cr-cr-v(-18zf-[*-Ë*n-sC^e-en(-wr-e#-Vø-Nœ≈(r-z(e-x([-[f- x([! f*[!
e[f-q!:

(གནས་ཚུལ་འདི་ཉིད་མཁོ་སྤྲོད་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཁྱེད་རང་འོས་ཆོས་ཚང་མིན་དང་། འགན་བཅོལ་ལས་འཆར། ཡང་ན་རིན་འབབ་བཅས་ལ་ཁྱད་པ་བཟོ་གི་མ་རེད།)
19. f#-c#en! [qc-a(!]e-a(zf! ,-s#-c#qz#-,-c#-d! ,-c#z#-e[([-fz#-f-(American Indian) xr-]! ,-vZ-n-qz#-x$v-f#-(Alaska Native) s#-v#-a#]-R#-f i#-m(r-e#-f q(-c#-xz#-f ‰X-ec-d ‰X-f Vietnamese --b-xz#-f#-c#en-el] mΩ-kz#Z-x$v-f e^z(-f-]#z#]-zf-t-f(c-c n-f(zz#-f Vµ(-aZ*-n#-s#q-e#-fh(-E√#r-er-c$r-e#-f#-c#en-el] el]!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

3 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

e(f-a-ei#n-a! (er-;e-[r-a(! ([(-d[e-n(-n(-]n-‰X^]-fp$[-)

[-x([-vn-q-[r-x(r-zdd-W#-e]n-h$v!

E√-x([-vn-q-x([-a! [-Vø-wX*[-cr-v-E√-x([-vn-q-x([-dl#]-a-x#]-]! wX*[-cr-e#-x(r- zdd-Nœ(c-dC#n! [C#-d 20 དང་ལྷན་འགོ་འཛུགས། .29

E√-x([-vn-q-f*[-a! [C#-d 30 བར་བསྐྱུར། cr-d;(n-vn-q-x([-a! [C#-d 29 བར་བསྐྱུར།
[-x([-vn-q-[r-a(!
20. vn-q-Nåç([-fw]-R#-f#r-!

a. ལས་བདག་གི་ཁ་བྱང་། (འདོད་མོས།)

b. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) c. frz-N“*(z#-f#r-) d. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 21. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-ac-,r-!

22. E√-y-/dÂ]-a! (wCv-f-zp*]-e(r-)
$

y$-h([-c*c! d[^]-sCe-c*c! d[^]-ei#n-c*-v!
:√-c*c-p*rn-ei#n-c*-dXn-]n! :√-c*c! v(-c*c!

23. y-NI(fn-W#n-d[^]-c*c-y$-h([-e-h([-vn-q-dXn-a!

[-x([-vn-q-ei#n-a! (ev-o*-wX*[-cr-v-vn-q-zsc-f-x([-an-v(-‰X^n-ze([-n-w-N‘(]-[e(n-]! b(e-Vµ*-el]-N∂≈c-]-zp$n!)
24. vn-q-Nåç([-fw]-R#-f#r-!

a. ལས་བདག་གི་ཁ་བྱང་། (འདོད་མོས།)

b. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) c. frz-N“*(z#-f#r-) d. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 25. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-ac-,r-!

26. E√-y-/dÂ]-a! (wCv-f-zp*]-e(r-)
$

y$-h([-c*c! d[^]-sCe-c*c! d[^]-ei#n-c*-v! :√-c*c-p*rn-ei#n-c*-dXn-]n! :√-c*c! v(-c*c!

27. y-NI(fn-W#n-d[^]-c*c-y$-h([-e-h([-vn-q-dXn-a!

28. z[n-az#-v(-[*z#-]r-wX*[-cr-e#n- vn-q-dË*-a(-‰Xd-df- vn-q-fhfn-zu(e-dXn-nf- vn-qz#-y$-h([-eCrn-i^r-[^-dor-rf- e(r-env-er-xr-f-dXn-ven!
29.

ev-o*-cr-d;(n-vn-q-x#]-]! [C#-d-q-a-[r-w-a-ei#n-v-v]-‰X(d!
a. vn-qz#-c#en!

b. :√-d-z[#c-wX*[-cr-e#-cr-d;(n-vn-q-]n-x(r-zdd-egr-f-(zdC*v-x([-vn-qz#-zeC(-eC(]-y-hr-zp*]-Ë*n-) u#-gf-x(r-e#-c*[! ལམ་སྟོན་ལ་གཟིགས། $
30 . :√-d-z[#c-p(d-‰X^z#-x(r-zdd-el]! wX*[-cr-[r-zdC*v-x([-hr-f-‰X(rn-[e(n! [r$v-zdd-W#-dN“(fn-[r-[*-i#[-p*rn-u#-gf-p(d-W#-x([-a-dtn-env-dc-dq([! ev-o*-er-xr-f*[-]zr-env-w-z[#c-dq([! [(-N‘r-[e(n-a! sC^e-e^-en(-Nœ≈(r-‰Xd-Nœ≈(c-[r-! [fe-ldn-;$c-az#-p(d-pr-[r$v-zdd! xr-]! nC^r-Nœ≈(d-W#-w-N‘(]-x(r-zdd-(SSI)er-xr-p(d-dl#]-a-x#]-]zr-z[#c-dq([-f#-[e(n!
E√-x([-vn-f*[!
$ p*rn-u#-gf!

en(-[r$v-(Alimony) dX^r-d! (ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས་རྒྱུར། འདི་ནི་2019ལོའི་ཟླ་བ་1ཚེས་1ཉིན་གོང་དུ་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་ཟིན་པ་ཁོ་ནར་གོ་ཆོད།)
$ p*rn-u#-gf!
›n-s(e!
$ p*rn-u#-gf!

l#r-vn-[r-n*fn-t]-en(-Nœ≈(r-e#-h(r-vn-(Farming) [r-! i-zj#]-h(r-vn-(Fishing) vn-dX^r-dz#-x(r-zdd-egr-f!
$ p*rn-u#-gf!
Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d
$ p*rn-u#-gf!

exc-E√-(Rental)[r-! h(r-N´≈&c-p(d-dX-(Royalty) vn-dX^r-dz#-x(r-zdd-egr-f!
$ p*rn-u#-gf!
›n-x(v-Ì#n-p(!
$ p*rn-u#-gf!

x(r-zdd-el]! c#en!
$ p*rn-u#-gf!
31 . zp*]-y! wX*[-cr-[r-zdC*v-x([-hr-f-‰X(rn-[e(n! Nåç([-[r$v-R#-dN“(fn-[r-[*-i#[-e-[^n-e-[^n-Nåç([-[e(n-dtn-env-dc-dq([! ev-o*-Nåç([-[r$v-w(rn-[d$n-el^r-e#-x(r-zdd-wCv-vn-zp*]-z(n-a-x([-]! [*-c#en-env-dc-dq([-]! zsC([-dNø*]-wd-w(rn-W#-c#]-e(r-sC]-d$z#- y$r-[^-zeC(-c*-x([! ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྲོད་བཞིན་པའི་ཕྲུ་གུའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དངུལ་འབབ་དང་། ཡང་ན་ ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་རང་སྐྱ་འཕེལ་བའི་ལས་ཀ་ཡོད་མཁན་གྱི་ཡོང་འབབ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ནང་དུ་ཚུད་ཀྱི་མེད། (དྲི་བ། 29b)

en(-[r$v-(Alimony) Nåç[-a (ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས་རྒྱུར། འདི་ནི་2019ལོའི་ཟླ་བ་1ཚེས་1ཉིན་གོང་དུ་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་ཟིན་པ་ཁོ་ནར་གོ་ཆོད།)
$ p*rn-u#-gf!

zp*]-y-el]! c#en!
$ p*rn-u#-gf!
N√(d-sC^e-e#-d$-v(]-Nœ≈*[-w!
$ p*rn-u#-gf!
32 .ལོ་འཁོར་མའི་རིང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོང་འབབ་ལ་འགྱུར་ལྡོག་བྱུང་ན་དྲི་བ་འདི་ཉིད་ལེགས་གྲུབ་བྱོས། དཔེར་ན་གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་ལས་ཀ་གཅིག་ལ་ལོ་འཁོར་གྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ལས་ཀ་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་ཟླ་བ་ངེས་ཅན་འགའི་རིང་ཁེ་ཕན་ཡོང་འབབ་རག་ཡོད་ན། ev-o*-wX*[-cr-e#-:√-c*z#- x(r-zdd-v-zR^c-V“(e-f*[-dnf-]! z[#-Ë*n-W#-er-;e-v-e;#en!

wX*[-cr-e#-v(-z[#z#-x(r-zdd-dN“(fn!
$

wX*[-cr-e#-v(-Ë*n-fz#-x(r-zdd-dN“(fn! (གལ་སྲིད་ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་བློར་ཡོང་འབབ་ལ་འཕར་ཆག་ཡོད་ན།)
$ གལ་སྲིད་ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་བློར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོང་འབབ་ཚོད་དཔག་བྱེད་ཁག་པོ་མཐོང་ཚེ་འདིར་འགེང་།

r-h(c-wX*[-cr-e#-Nœ(c-b*n-Ø(en-[e(n-a-z[#-gf-x#]! p$en-Ë*-y*!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

4 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། e(f-a-ei#n-a!

fif-[^-N“([-dl#]-az#-wX*[-cr-e#-d;z-:√zf-:√-eC(en-[r-! sC^e-e^! xr-]! [d$n-el^r-e#-[d$n-el^r-v-x(r-zdd-„v-s$v-x([-]-[*z#-]r-fif-[^-f#r-zw([-a-’fn-W#-y*[-b(e-eCrn-z[#-y-hr-‰X(rn-[e(n! ev-o*-x(r-zdd-„v-zd$v-vf-l^-e#-f*[-]zr-! cr-[r-fif-N“([-dl#]-az#-]r-f#-’fn-hr-fz#-f#r-p(-ze([-[e(n! z[#c-n$-[r-n$-p(-ze([-Nœ(c-‰Xn-a-b(e-eCrn- 1 v-e;#en!
1.f#r-e#-[r-a(! dc-a! fpz-f! (f#r-e#-) Ë*n-zu$e

2. er-;e-[r-a(-[r-zdC*v-d-t#-x([! ལམ་སྟོན་ལ་གཟིགས། 3. er-;e-ei#n-a-[*-yr-n-d‰Xd-;#]-]f-
x([! f*[!

4. Nœ≈*n-h*n! (:√-d-[r-! h*n-a! v(-dtn-c#f-ac-dC#n-) 5. s(-f(!
s(! f(!

6. Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-! (SSN)

ev-o*-er-;e-ei#n-a-[*-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-[e(n-a-[r-! w(r-cr-v-Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-x([-]! [*-r-h(-v-[e(n-z[^e

7. er-;e-ei#n-a-[*-er-;e-[r-a(-[r-w-dXr-et#e-az#-nc-N“([-W#-x([-[f-.. x([! f*[! ev-o*-f#]-]! w-dXr-dC#n!

8. er-;e-ei#n-a-[*-v(-Ë*n-f-[d$n-el^r-e#- x(r-zdd-wCv-zd$v-Ì#n-x([-[f- (ev-o*-er-;e-ei#n-a-[*-[d$n-el^r-e#-x(r-zdd-wCv-zd$v-Ì#n-f*[-]zr-! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-y*[-NI]-zd$v-y(e-) ven-x([-c*[! ev-o*-zd$v-Ì#n-x([-]! [C#-d-q-a-]n-e-a-dc-v]-z[*dn-[e(n! ven-f#]! ev-o*-f#]-]! c བར་བསྐྱུར། a..er-;e-ei#n-a-[*-wCv-zd$v-Nœdn-d;z-:√-fif-[^-p(-ze([-dX*[-‰X^-x#]-]f-... x([! f*[! ev-o*-x#]-]! d;z-:√z#-f#r-dC#n!
b..er-;e-ei#n-a-[*n-wCv-zd$v-Nœdn-Vø(n-dtn-W#-p(d-pr-l^-Ì#n-x([-[f- .... x([! f*[! ev-o*-x#]-]! Vø(n-dtn-’fn-W#-f#r-p(-ze([-‰X^!
c..er-;e-ei#n-a-[*-i#[-f#-el]-n$-c$r-e#n- wCv-zd$v-Nœdn-Vø(n-dtn-w(rn-n$-p(d-pr-l^-Ì#n-x([-[f- .... x([! f*[! ev-o*-x([-]! „v-zd$v-vf-l^-fw]-er-;e-e#-f#r-p(-ze([-‰X^! er-;e-ei#n-a-[*-[r-wCv-zd$v-fw]-ei#n-[dc-zdC*v-d-e-c*-x([-[f-

9. wX*[-cr-N∂ç&f-f-x#]-an- (sC^e-e^-Nœ≈*-‰X^-x([-an-) .... x([! f*[! a. ev-o*-x#]-]! sC^e-e^-e-h([-Nœ≈*-dz#-c*-d-x([-
10. er-;e-ei#n-a-[*-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-[e(n-W#-x([-[f- (ev-o*-w(r-cr-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-x([-]zr-! [*-vn-Vµe-azf-c#]-e(r-y$r-dz#-vn-yc-wXd-w(rn- x([-r*n-ven!)
ven-z[^e ev-o*-[e(n-z[^e-]! ebf-env-[C#-d-hr-fc-v]-z[*dn-[e(n! F#]! EV-O*-F#-[E(N-]! b(e-eCrn-V®-az#-]r-e#-x(r-zdd-Nœ(c-R#-[C#-d-v-s*dn! b(e-Vµ*-z[#z#-zsC(n-’fn-Nø(r-ac-zu(e !
11. གང་ཟག་གཉིས་པ་དེར་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་དམིགས་བསལ་དེ་འདྲ་དགོས་པའི་རིགས་ཡོད་དམ། གཟུགས་པོ། སེམས་ཁམས། སེམས་ཚོར་མ་བདེ་བའི་དབང་གིས་འགུལ་སྐྱོད་ལས་རིགས་ཚད་བཀག་བཟོ་བ།
(དཔེར་ན། གཟུགས་པོ་འཁྲུ་བ། གྱོན་པ་གྱོན་པ། ཉིན་རེའི་བྱ་རིམ་སོགས།) ཡང་ན་སྨན་ཁང་དུ་སྡོད་བཞིན་པའམ་སྨན་ཞབས་ཁང་དུ་སྡོད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ། .... x([! f*[!
12. er-;e-ei#n-a-[*! ,-c#z#-yd-zdrn-nf! x$v-f#-x#]-]f-... x([! f*[!
13. er-;e-ei#n-a-[*-,-c#z#-yd-zdrn-c#f-ac-cr-dl#]-„#fn-fp$]-R#n-yen-a-x#]-]f- (z[#z#-e(-[(]-]#-wX*[-cr-,-c#z#-x$v-R#-sX#-v-Nœ≈*n-az#-[(]-x#]!)
ven-x#]! ev-o*-x#]-]! [C#-d-q-a-[r-w-a-ei#n-v-v]-z[*dn-[e(n! ven-f#]! ev-o*-f#]-]! [C#-d-14 a-v-s*dn!.

a. sX#-f#z#-,r-! b. ve-zwX*c-,r- q-a-[r-w-a-ei#n-hc-]! [C#-d-
15v-s*dn!
14. ev-o*-er-;e-ei#n-a-[*-,-c#z#-yd-zdrn-nf! x$v-f#-f#]-]!]! w(r-v-Nœdn-z[#z#-w*-s]-p(d-z(n-az#-el#n-Nå(n-W#-e]n-Nørn-(immigration status)x([-[f- Ven-x([! x#e-yz#-c#en-er-x#]-[r-! r(n-zj#]-b(e-dXr-,r-(ID #) zdC#-‰X^! ལམ་སྟོན་ལ་གཟིགས།
el#n-Nå(n-W#-x#e-yz#-c#en! e]n-Nørn-c#en! (e[f-q-) er-;e-ei#n-az#-f#r-w(-cr-e#-el#n-Nå(n-W#-x#e-yz#-]r-env-Vøc-dC#n!

sX#-f#z#-,r-! xr-]! ,z#--94(I-94) ,r-! b(e-dXr-,r-(Card #) xr-]! sX#c-Nœ≈([-ve-wX*c-(Passport) ,r-!

N√(d-sC^e-ef! vn-el#-dË*-v*]-p(e-zdX(c-dz#-r(n-zj#]-b(e-dXr-! (SEVIS ID) xr-]! [^n-h([-Ô(en-h*n! (e[f-q-) el]! (N“*-h]-enr-Øen! xr-]! Nåç([-fw]-‰Xv-wd-W#-f#r-)

a. er-;e-ei#n-a-[*- 1996]n-Ì#n-,-c#c-dN“[-a-c*[-[f-... x([! f*[! b. er-;e-ei#n-a-[*zf! [*z#-d;z-:√zf! s-f! [fe-ldn-;$c-azf! [-Vø-[Ce-[fe-e#-ldn-z[*dn-l^-dl#]-a-c*[-an- .... x([! f*[!
15. er-;e-ei#n-a-[*-v-z[n-az#-:√-d-en$f-]r-Nƒ]-dt(n-dXn-az#-zeC(-n(r-d$-v(]-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-[e(n-nf- .... x([! f*[!
16. er-;e-ei#n-a-[*-[r-i^r-fpc-v(-dt$-[e^z#-z(e-e#-sC^e-e^-et#e-fif-[^-N“([-a-[r-sC^e-e^-[*z#-Vø-Nœ≈(r-dX*[-fw]-eg(-d(-[*-er-;e-ei#n-a-[*-x#]-]f- (གལ་སྲིད་གང་ཟག་གཉིས་པ་དེའམ་དེའི་བཟའ་ཟླས་ཕྲུ་གུ་དེ་ཉིད་ལྟ་སྐྱོང་བྱ་གི་ཡོད་ན་བར་སྟོང་དུ་“ཡིན་”ཞེས་འགེང་དགོས།) .... x([! f*[!
17. er-;e-ei#n-a-[*z#-wX#f-hr-]r-fif-[^-N“([-fw]-v(-dt$-[e^z#-z(e-e#-sC^e-e^-u#-x([-[*-[e-e#-f#r-[r-[*-’fn-[r-er-;e-ei#n-az#-[dc-v-zdC*v-d-u#-x([-dC#n! ([*-[e-e#-f#r-[r-b(e-Vµ*-ei#n-az#-]r-env-sC^-e^-’fn-W#-f#r-et#e-a-x#]-y(e)

er-;e-ei#n-a-[*-cr-v(-18zf-[*-Ë*n-sC^e-en(-wr-e#-Vø-Nœ≈(r-z(e-dN“[-x([-[f-.. x([! f*[! གལ་ཏེ་མི་སྣ་གཉིས་པ་དེ་ལོ་ 22 ཡང་ན་དེ་ལས་ཆུང་བ་ཡིན་ཚེ། འདྲི་བ་འདི་དག་ལ་ལན་རྒྱག་རོགས། 18..er-;e-ei#n-a-[*-v-vn-q-d‰X^[-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-p(d-Wr-[*-i#[-z[n-az#-:√-d-en$f-]r-b(c-d-x#]-]f-... x([! f*[! a. ev-o*-x#]-]! fpz-fz#-h*n-er-x#]f--

/

/

b. zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-b(c-dz#-‰X^-fh]!
19. er-;e-ei#n-a-[*-[^n-h([-y-hr-N√(d-eC˚-zeC#f-dl#]-az#-N√(d-sC^e-x#]-]f-.. x([! f*[!
e[f-q!:

(གནས་ཚུལ་འདི་ཉིད་མཁོ་སྤྲོད་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཁྱེད་རང་འོས་ཆོས་ཚང་མིན་དང་། འགན་བཅོལ་ལས་འཆར། ཡང་ན་རིན་འབབ་བཅས་ལ་ཁྱད་པ་བཟོ་གི་མ་རེད།)
21. f#-c#en! [qc-a(!]e-a(zf! ,-s#-c#qz#-,-c#-d! ,-c#z#-e[([-fz#-f-(American Indian) xr-]! ,-vZ-n-qz#-x$v-f#-(Alaska Native) s#-v#-a#]-R#-f i#-m(r-e#-f q(-c#-xz#-f ‰X-ec-d ‰X-f Vietnamese --b-xz#-f#-c#en-el] mΩ-kz#Z-x$v-f e^z(-f-]#z#]-zf-t-f(c-c n-f(zz#-f Vµ(-aZ*-n#-s#q-e#-fh(-E√#r-er-c$r-e#-f#-c#en-el] el]!

དོ་སྣང་།: གལ་སྲིད་ མི་དེར་འཕྲོད་བསྟེན་ཁེབས་རྒྱ་དགོས་ཀྱི་མེད་ན། དྲི་བ་1–10 བར་དུ་ཙམ་ལན་འ དེབས་བྱས་ན་འགྲིགས། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་ནང་དུ་མི་གྲངས་2ལས་མང་བ་ཡོད་ན་ཤོག་
གྲངས་ 4–5 བར་དུ་འདྲ་བཤུས་ག ཅིག་རེ་བྱོས།

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

5 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

e(f-a-ei#n-a! er-;e-ei#n-a! er-;e-ei#n-az#-x(r-zdd-er-x([-Nœ(c-dC#n! ev-o*-er-;e-ei#n-a-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-f#-[e(n-]zr-! b(e-Vµ*-z[#-y-hr-‰X(rn-[e(n!

[-x([-vn-q-[r-x(r-zdd-W#-e]n-h$v! E√-x([-vn-q-x([-a! [-Vø-er-;e-ei#n-a-v-E√-x([-vn-q-x([-dl#]-a-x#]-]! w(r- cr-e#-x(r-zdd-Nœ(c-dC#n! [C#-d- 22]n-ze(-h$en!. E√-x([-vn-q-f*[-a-x#]-]! [C#-d- 32 v-s*dn! cr-d;(n-vn-q-x([-a-x#]-]! [C#-d- 31 v-s*dn!
[-x([-vn-q-[r-a(!
22. vn-q-Nåç([-fw]-R#-f#r-!

a. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-dXr-! (འདོད་མོས།)

b. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) c. frz-N“*(z#-f#r-) d. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 23. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-ac-,r-!

24. E√-y-/dÂ]-a! (wCv-f-zp*]-e(r-)
$

y$-h([-c*c! d[^]-sCe-c*c! d[^]-ei#n-c*-v!
:√-c*c-p*rn-ei#n-c*-dXn-]n! :√-c*c! v(-c*c!

25. y-NI(fn-W#n-d[^]-c*c-y$-h([-e-h([-vn-q-dXn-a!

[-x([-vn-q-ei#n-a! (ev-o*-er-;e-ei#n-a-[*-v-vn-q-zsc-f-x([-an-v(-‰X^n-ze([-n-w-N‘(]-b(e-Vµ*-el]-N∂≈c-]-zp$n!)
26. vn-q-Nåç([-fw]-R#-f#r-!

a. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-dXr-! (འདོད་མོས།)

b. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) c. frz-N“*(z#-f#r-) d. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP Code) 27. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-ac-,r-!

28. E√-y-/dÂ]-a! (wCv-f-zp*]-e(r-)
$

y$-h([-c*c! d[^]-sCe-c*c! d[^]-ei#n-c*-v! :√-c*c-p*rn-ei#n-c*-dXn-]n! :√-c*c! v(-c*c!

29. y-NI(fn-W#n-d[^]-c*c-y$-h([-e-h([-vn-q-dXn-a!

30. z[n-az#-v(z#-]r-er-;e-ei#n-a-[*n vn-q-dË*-a(-‰Xd-df- vn-q-fhfn-zu(e-dXn-nf- vn-qz#-y$-h([-eCrn-i^r-[^-dor-rf- e(r-env-er-xr-f-dXn-ven!
31. གལ་སྲིད་གང་ཟག་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་རང་ཉིད་སྦྱིན་བདག་ཡིན་ན། a དང་b ག ཉིས་ལེགས་གྲུབ་བྱོས།
a. vn-qz#-c#en!

b. :√-d-z[#c-er-;e-ei#n-a-[*c-cr-d;(n-vn-q-]n-x(r-zdd-egr-f-(zdC*v-x([-vn-qz#-zeC(-eC(]-y-hr-zp*]-Ë*n-) u#-gf-p(d-W#-c*[! ལམ་སྟོན་ལ་གཟིགས། $

32 . er-;e-ei#n-a-[*c-:√-d-z[#c-p(d-‰X^z#-x(r-zdd-el]! z[#c-zdC*v-x([-hr-f-‰X(rn-[e(n! x(r-zdd-W#-dN“(fn-[r-er-;e-[*-i#[-v-p*rn-u#-gf-p(d-W#-x([-a-dtn-env-dc-dq([! ev-o*-er-xr-f*[-]zr-env-w-z[#c-dq([! [(-N‘r-[e(n-a! sC^e-e^-en(-Nœ≈(r-‰Xd-Nœ≈(c-(Child support)[r-! [fe-ldn-;$c-az#-p(d-pr-[r$v-zdd! xr-]! nC^r-Nœ≈(d-W#-w-N‘(]-x(r-zdd-(SSI)er-xr-p(d-dl#]-a-x#]-]zr-z[#c-dq([-f#-[e(n!
E√-x([-vn-f*[!
$ p*rn-u#-gf!

en(-[r$v-(Alimony) dX^r-d! (ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས་རྒྱུར། འདི་ནི་2019ལོའི་ཟླ་བ་1ཚེས་1ཉིན་གོང་དུ་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་ཟིན་པ་ཁོ་ནར་གོ་ཆོད།)
$ p*rn-u#-gf!
›n-s(e!
$ p*rn-u#-gf!

l#r-vn-[r-n*fn-t]-en(-Nœ≈(r-e#-h(r-vn-(Farming) [r-! i-zj#]-h(r-vn-(Fishing) vn-dX^r-dz#-x(r-zdd-egr-f!
$ p*rn-u#-gf!
Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d
$ p*rn-u#-gf!

exc-E√-(Rental)[r-! h(r-N´≈&c-p(d-dX-(Royalty) vn-dX^r-dz#-x(r-zdd-egr-f!
$ p*rn-u#-gf!
›n-x(v-Ì#n-p(!
$ p*rn-u#-gf!

x(r-zdd-el]! c#en!
$ p*rn-u#-gf!
33 . zp*]-y! z[#c-zdC*v-x([-hr-f-‰X(r-[e(n! Nåç([-[r$v-R#-dN“(fn-[r-[*-i#[-er-;e-ei#n-a-[*n-p*rn-u#-gf-Nåç([-[e(n-a-dtn-env-dc-dq([! ev-o*-Nåç([-[r$v-w(rn-[d$n-el^r-e#-x(r-zdd-wCv-vn-zp*]-z(n-a-x([-]! [*c#en-env-dc-dq([-]! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#]-e(r-sC]-d$z#-y$r-[^-zeC(-c*-x([! གང་ཟག་2པ་དེས་སྤྲོད་བཞིན་པའི་ཕྲུ་གུའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་དངུལ་འབབ་དང་། ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་རང་སྐྱ་འཕེལ་བའི་ལས་ཀ་ཡོད་མཁན་གྱི་ཡོང་འབབ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ནང་དུ་ཚུད་ཀྱི་མེད། (དྲི་བ། 31b) en(-[r$v-(Alimony) Nåç[-a (ཡིད་གཟབ་བྱ་དགོས་རྒྱུར། འདི་ནི་2019ལོའི་ཟླ་བ་1ཚེས་1ཉིན་གོང་དུ་བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་ཟིན་པ་ཁོ་ནར་གོ་ཆོད།)
$ p*rn-u#-gf!

zp*]-y-el]! c#en!
$ p*rn-u#-gf!

N√(d-sC^e-e#-d$-v(]-Nœ≈*[-w!
$ p*rn-u#-gf!

34 . ev-o*-er-;e-ei#n-a-[*z#-x(r-zdd-v(-z[#z#-]r-zR^c-d-zeC(-e#-x([-]! [C#-d-z[#-v-v]-z[*dn-[e(n! [a*c-]! er-;e-[*n-vn-q-v(-y-hr-f-dX*[-azf! w*-s]-:√-bn-gf-vn-p(d-‰X^-f*[-a-Vø-d$! གལ་སྲིད་གང་ཟག་2པ་དེའི་ཟླ་ རེའི་ཡོང་འབབ་འགྱུར་ལྡོག་འབྱུང་འཆར་མེད་ན། གང་ཟག་གཉིས་པ་དེ་བསྐྱུར་ན་འགྲིགས།

er-;e-ei#n-az#-v(-z[#z#-x(r-zdd-dN“(fn!
$

er-;e-ei#n-az#-v(-Ë*n-fz#-x(r-zdd-dN“(fn!
$

r-h(c-wX*[-cr-e#-Nœ(c-b*n-Ø(en-[e(n-a-z[#-gf-x#]! p$en-Ë*-y*!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

6 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

e(f-a-en$f-a! ,-c#z#-e[([-fz#-f#! (American Indian: AI) xr-]! ,-vZ-n-qz#-x$v-f#-(Alaska Native: AN)
’fn-W#-]r-f#!

1. wX*[-cr-rf-wX*[-cr-e#-]r-f#-n$-c$r-,-c#z#-e[([-fz#-f#zf-(AI) xr-]! ,-vZ-n-qz#-x$v-f#-(AN)c*[-[f- f-c*[! ev-o*-f#]-]! e(f-a-dl#-a-v-s*dn! ven-c*[! ev-o*-x#]-]! e(f-a-dl#-a-f$-fp$[-p(e-“;$c-N∂≈c-w-a-” (Appendix B)d‰Xrn-]n-NI]-l^-z[#-fif-[^-zd$v-[e(n!
e(f-a-dl#-a!

ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ལྟ་སྐྱོང་ཁྱབ་ཚད།
1. གདམ་ག འདས་པའི་ལོ་ཞིག་གི་ནང་ཁྱིམ་ཚང་ལ་ཁྲལ་ཡོང་འབབ་ཀྱི་དངུལ་འཛིན་ཐོབ་ཡོད་ཚེ། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་གིས་དེའི་ལོའི་དངུལ་འབབ་དེ་དག་སྡུར་མཉམ་བཟོ་ཆེད་འདི་ལོའི་འཐོབ་པའི་འགེངས་ཤོག་ཨང་། ༡༠༩༥ - ཀ་
(Form 1095-A) ཡི་ནང་གི་བེད་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཁྲལ་འབབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བེད་སྤྱོད་བཏང་ཡིན་ནམ།
ཡིན། ང་ཚོས་དབང་ཕྱོད་དཔྱ་ཁྲལ་འཇལ་འཛིན་ཞིག་འབུལ་ལམ་དབང་ཕྱོད་དཔྱ་ཁྲལ་སྐྱེད་ཡུལ་དང་མཐུན་འགྲིག་བྱས་ཡོད་པ་དང་ཡང་ན་IRS ཡིས་ང་ཚོར་དུས་འགྱངས་ཤིག་སྤྲད་ཡོད།

2..NI]-l^-z[#z#-]r-er-;e-n$-c$r! f*-ཌ#-q*z#ཌ- xr-]! t#d-W#-w(rn-n$-z[n-az#-i#]-eCrn- 90]r-f-h$[-a-dX^r-x([-[f- (Nœdn-z[#c! ev-o*-er-;e-n$-c$r-n(-n(z#-frz-N“*-el^r-e#n- e]r-dz#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-h$[-‰X^c-y-ŒX*]-f-hr-dz#-e]n-h$v-dX^r-x([-]! “ven-x([-” t*n-v]-z[*dn-[e(n-a-vn! „(fn-nz#-wXd-w(rn-v-e(-‰X^-f#]!)... x([! f*[!
n$-c*[! h*n-eCrn!
ཡང་ན། སྙན་ཞུ་འ དིའི་ནང་འདས་པའི་ལོ་5ནང་ཁོང་ཅག་གི་གནས་སྤོས་གནས་སྟངས་རྐྱེན་གྱིས་ Medicaidདམ་CHIPག ཉིས་ཀྱི་འོས་ཆོས་མ་ཚང་བར་གྱུར་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ།... x([! f*[!

n$-c*[! .སྙན་ཞུ་འདིའི་ནང་ཡོངས་གྲགས་ཁྲོམ་རའི་ཐོ་འགོད་དྲིལ་བསྒྲགས་སྐབས་སམ་དེ་རྗེས་དམིགས་བསལ་དུས་ཚོད་དེ་འདྲར་ཐོ་འགོད་བྱས་ཟིན་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ། .... x([! f*[!
n$-c*[!

3. NI]-l^-z[#z#-]r-e#-er-;e-n$-c$r-v-cr-e#-vn-qz#-sX(en-]n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-e]r-d-x([-[f- ev-o*-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-e]r-fw]-cr-e#-vn-qz#-sX(en-]n-f#]-ac! s-f-[r-d;z-:√z#-sX(en-]n-x#]-a-[r-! fp$]-ŒX*]-e]r-d-[*-i#[-l^n-f*[-]zr-! z[#c-“e]r-d-x([-” t*n-v]-z[*dn-[e(n གལ་ཏེ་མཁོ་འདོན་བྱས་པའི་འགན་བཅོལ་ནི་ COBRA གཅིག་པུ་ཡིན་ཚེ། མིན་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་རོགས།
ven-x([! f$-fp$[-dX-‰X^-[r-! [*-]n-“;$c-N∂≈c-q-a-”(Appendix A) y-hr-‰X(rn-[e(n! ven-f-c*[!
གལ་ཏེ་ཡིན་ཚེ། དེ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ལས་མིའི་ཕན་བདེའི་འཆར་གཞི་རེད་དམ།... x([! f*[! རེ་ཞུའི་ནང་དུ་འཁོད་ཡོད་པའི་མི་ཚང་མར་མི་སྒེར་སྨན་བཅོས་ཀྱི་འགྲོ་སོང་རྩིས་ཞུའི་བཀོད་སྒྲིག་ (HRA) ཡང་ན་ HRA ཡི་ཚད་མཐུན་ལས་བདག་ཆུང་ཆུང་ (QSEHRA) མཁོ་འདོན་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ།............................ x([! f*[!
4.]r-f#-er-c$r-[-Vø-zsC([-dNø]-wXd-w(rn-n$-x([-dl#]-a-x([-[f-

ཡིན། གལ་སྲིད་ཡིན་ཚེ། དོན་ཚན་5པའི་ཐོག་མུ་མཐུད་རོགས། མིན། གལ་སྲིད་མིན་ཚེ། ོན་ཚན་ དོ 5པ་ེ་གཡུག་ནས་ཕྱི་མ དེ ར་མཆོངས།

5. [-Vø-x([-dl#]-az#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-e]n-h$v-Nœ(c! (ev-o*-f#-eCrn-ei#n-vn-d›v-dc-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-x([-]! b(e-Vµ*-z[#z#-r(-db^n-d;(-[e(n!) wXd-w(rn-W#-c#en-er-x#]-zdC#-‰X^! zsC([-dNø*]-i*]-nC^r- ze]-v*]-h(en-az#-c#en-fr-a(-x([-a-[a*c-]! vn-q-Nåç([-fw]-R#-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-(Employer Insurance), q(d-c-(COBRA), Medicaidl*n-a-,-c#z#-frz-N“*-el^r-n(-n(z#-zj#]-Nœ≈(rn-z(e-x(r-zdd-y$r- c#en-f#-fr-y*[-Nå≈#-h(en-zsC([-dNø*]-v-Vø-Ø(en-vn-el#! t#d-(CHIP), Medicare l*n-a-,-c#-[d$n-el^r-e#-zj#]-Nœ≈(rn-z(e-‰Xv-x(rn-Nå≈#-h(en-zsC([-dNø*]-v-Vø-Ø(en-vn-el#! \x#-q*xc-(TRICARE), kZ-zsC([-dNø*]-Vø-Ø(en-

vn-el#-(VA Health Care Program), aZ#n-q(Ån-(Peace Corps) [r-! [*-f#]-el]-’fn(!! (ev-o*-wX*[-v-Vø-Ø(en-p[-wc-cf-vn-ze]-R#-dr-c#f-x([-]! \x#-q*xc-(TRICARE) Nœ(c-zdC#-f#-[e(n!) er-;e-[r-a(!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-x([-az#-er-;e-[*z#-f#r-!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#en!

vn-q-Nåç([-fw]-R#-i*]-nC^r-ze]-v*]! q(d-c! (COBRA) Medicaid t#d! (CHIP) Medicare \x#-q*xc! (TRICARE) kZ-zsC([-dNø*]-Vø-Ø(en-vn-el#! (VA Health Care Program) aZ#n-q(Ån! (Peace Corps) el]!
ev-o*-vn-q-Nåç([-fw]-R#-i*]-nC^r-ze]-v*]-x#]-]! (;$c-N∂≈c-q-a-y-hr-‰X(rn-[e(n-)
zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-h(en-az#-f#r-! e]-x#e-/-r(n-zj#]-,r-! (Policy/ID #)

ev-o*-wXd-w(rn-el]-az#-c#en-x#]-]! ev-o*-z[#-i#[-„(f-nz#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-x#]-]! z[#c-‰X(rn-!
zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-h(en-az#-f#r-! e]-x#e-/-r(n-zj#]-,r-! (Policy/ID #)

z[#-i#[-i^r-h[-t]-R#-w*-s]-vn-zyc! [a*c-]! N√(d-eC˚z#-E√(-d$c-ŒX*]-r]-e]-x#e-Vø-d$-x#]-]f- .... x([! f*[!

er-;e-ei#n-a!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-x([-az#-er-;e-[*z#-f#r-!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#en!

vn-q-Nåç([-fw]-R#-i*]-nC^r-ze]-v*]! q(d-c! (COBRA) Medicaid t#d! (CHIP) Medicare \x#-q*xc! (TRICARE) kZ-zsC([-dNø*]-Vø-Ø(en-vn-el#! (VA Health Care Program) aZ#n-q(Ån! (Peace Corps) el]!
ev-o*-vn-q-Nåç([-fw]-R#-i*]-nC^r-ze]-v*]-x#]-]! (;$c-N∂≈c-q-a-y-hr-‰X(rn-[e(n-)
zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-h(en-az#-f#r-! e]-x#e-/-r(n-zj#]-,r-! (Policy/ID #)

ev-o*-wXd-w(rn-el]-az#-c#en-x#]-]! ev-o*-z[#-i#[-„(f-nz#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-x#]-]! z[#c-‰X(rn-!
zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-h(en-az#-f#r-! e]-x#e-/-r(n-zj#]-,r-! (Policy/ID #)

z[#-i#[-i^r-h[-t]-R#-w*-s]-vn-zyc! [a*c-]! N√(d-eC˚z#-E√(-d$c-ŒX*]-r]-e]-x#e-Vø-d$-x#]-]f- .... x([! f*[!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

7 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།
e(f-a-V®-a! wX*[-cr-e#-f(n-fp$]-x#e-y-[r-! f#r-Øen!

1. wX*[-W#n-n(-n(z#-x(r-zdd-e]n-p(-[r-! [*-xr-f-z(r-v(-V®z#-c#r-e#-wCv-R#-e]n-p(-wC(fn-nc-d*[-Nå≈([-eo(r-y(e-az#-r(n-v*]-x([-[f-... x([! f*[! wX*[-W#n-n(-n(z#-wCv-R#-e]n-p(-p*-dn-[^n-dt(n-dX*[-az#-x(r-zdd-e]n-p(-(Updated Income Data)’fn-wC(fn-nc-d*[-Nå≈([-eo(r-y(e-az#-r(n-v*]-dXn-]! [*n-f-z(r-ac-wX*[-cr-e#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([- ‰X^c-c(en-cf-p(d-pr-x([-f*[-pe-et([-dX*[-‰X^-N√-c$-zeC(-r*n-v! „(fn-n-]n-wX*[-cr-v-d”-v]-(Notice) dor-d-[r-zR^c-dt(n-er-z(n-eo(r-[^-zu$e-e#-c*[! „(fn-n-]n-l#d-zu$e-]]-o]-R#n-wX*[-cr-v-[-Vø-w*-s]- p(d-pr-x([-dl#]-ac-dX*[-a-[r-! དེ་བཞིན་ཁྱད་ལ་འྱེ བྲྲེལ་བ་བྱས་ཏེ་ཁྱད་ྱེཀྱྱི་ཡོང་འབབ་ད་དུང་ཡང་འོས་ཆོས་ཚང་བའི་ཁོངས་སུ་ཡོད་མེད་ལྟ་གི་རེད། ཁྱད་ྱེཀྱྱིས་དུས་ངེས་མེད་ལ་ཕྱྱིར་འཐེན་བྱས་ཆོག
ev-o*-f#]-]! rz#-v(-‰X^n-e]n-h$v-’fn-f-z(r-ebf-env-v(z#-c#r-[^n-dt(n-cr-b^en-W#n-x([-a-l^! v(- 5 c#r-! v(- 4 c#r-! v(- 3 c#r-! v(- 2 c#r-! v(- 1 c#r-!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^z#-c(en-cf-p(d-pr-e#-[^n-h([-enc-ŒX(r-(Renew) y*[-rz#-„v-R#-e]n-p(-d*[-Nå≈([-f-eor-c(en! (z[#-Vøc-d[fn-]! [*n-ŒX*]-an-[^n-h([-enc-ŒX(r-Ë*n- wX*[-cr-e#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-c#]-zdd-Nåç([-‰X^z#-c(en-cf- v-wX[-ac-x(r-r*n-y*!)
2. NI]-l^-z[#z#-]r-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-l^-fw]-eCn-v-zj#]-d;$r-[r-dg(]-dt$e-dX*[-az#-f#-x([-[f-... x([! f*[!

ev-o*-x([-]! er-;e-[*z#-f#r-zdC#-‰X^! zj#]-d;$r-rf-dg(]-dt$e-z(e-x([-az#-f#-[*z#-f#r-]# .er-;e-[*c-„#fn-p(e-]n-fpz-fz#-pe-et([-dXn-a-x([-
]-z[#c-ze([-‰X^!

ཁྱེད་ཀྱི་སྙན་ཞུའི་ནང་ཡོད་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་ཁྲོམ་རའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནང་ཐོ་འགོད་ཟིན་པ་དང་། རྗེས་སུ་དེ་མཚུངས་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་གཞན་པ་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཚེ། (དཔེར་ན། སྨན་བཅོས་ལྟ་སྐྱོང་། ཕྲུ་གུའི་འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ།) ཁྲོམ་རའི་མི་སྣས་ཁོང་གི་འགན་བཅོལ་འཆར་གཞི་ལམ་སེང་མཚམས་འཇོག་བྱ་གི་རེད། དེས་འགན་བཅོལ་ལས་འཆར་ནང་མཉམ་ཞུགས་ཟིན་པ་རྣམས་ཁྲོམ་རའི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་བསྡད་མི་དགོས་པ་དང་། དངུལ་ཡོངས་སུ་སྤྲོད་མི་དགོས་པར་ཕན་ཐོགས།
ངས་གནས་སྟངས་འདིའི་འོག་ཁྲོམ་རའི་མི་སྣར་ངའི་སྙན་ཞུའི་ནང་འཁོད་མི་དེ་དག་ཁྲོམ་རའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་ཆོག་མཆན་སྤྲོད་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཡོད།
ངས་གནས་སྟངས་འདིའི་འོག་ཁྲོམ་རའི་མི་སྣར་ངའི་སྙན་ཞུའི་ནང་འཁོད་མི་དེ་དག་ཁྲོམ་རའི་ཁྱབ་ཁོངས་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱ་རྒྱུའི་ཆོག་མཆན་སྤྲོད་ཀྱི་མིན། ངའི་སྙན་ཞུའི་ནང་ཡོད་སྐྱོན་ཅན་གྱི་མི་དེ་དག་ལ་དཔལ་འབྱོར་རོགས་སྐྱོར་མེད་ལ་ཁྲོམ་རའི་འགན་བཅོལ་རིན་འབབ་ཡོངས་སུ་སྤྲོད་དགོས་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།

ev-o*-NI]-l^-z[#z#-]r-Medicaid w(rn-n$-h$[-‰X^z#-y-ŒX*]-hr-d-x([-]!
• rn-f*-Medicaid-vn-[(]-dX*[-fw]- (medicaid agency)v! zsC([-dNø*]-i*[-nC^r-h(en-a-el]-]n-[r$v-zdd-er-c$r-v*]-‰X^z#-zd[-Ì(v-[r-! „#fn-p(e-pe-et([! xr-]! er-;e-en$f-a-
[r-e]n-h$v-el#n-zuen-y*[-r-h(z#-p(d-[dr-(Rights) NåCç([-dl#]-a-x#]! [*-dl#]-rn-d;z-:√-[r-s-f-’fn-]n-Nƒ]-dt(n-fp$]-ŒX*]-‰Xd-Nœ≈(c-x(r-‰X^z#-zd[-Ì(v-y*[! f*-Medicaid-vn-[(]-dX*[- fw]-v-r-h(z#-p(d-[dr-NåCç([-dl#]-a-x#]-ven!

• NI]-l^-z[#z-w(rn-eo(en-sC^-e^-n$-c$r-e#-s-f-]r-e#-sX#c-N“([-fw]-x([-[f- .... x([! f*[! • ev-o*-x([-]! r-v-vn-[(]-dX*[-fw]-R#n- sX#c-N“([-s-f-]n-Nƒ]-dt(n-fp$]-ŒX*]-‰Xd-Nœ≈(c-v*]-‰X^z#-p(e-fif-c(en-dX*[-‰X^z#-zd([-dNœ^v-dX*[-W#-x([-a-b*n-W#-x([! t#n-Wr-! ev-o*-fif-c(en-W#n- Nƒ]-dt(n-fp$]-ŒX*]-‰Xd-Nœ≈(c-v*]-]n-rzf-rz#-sC^-e^-v-e]([-]! rn-e]n-h$v-[*-dl#]-f*-Medicaid-v-env-db[-W#n-fif-c(en-dX*[-f#-[e(n-dnf-ven! • rn-[f-dtz-[r-zev-dz#-dX-Nå≈([-W#-i*n-y[-z(e-NI]-l^-z[#c-f#r-Øen-dq([-W#]-x([! [*z#-[(]-]#! r(n-]n-cr-e#-b*n-h[-er-x([-W#-e(-]n-ze*rn-b(e-z[#z#-]r-e#-[C#-d-’fn-v-[Cr-d[*]-R#-v]-

z[*dn-dXn-x([! ev-o*-rn-b*n-dl#]-[^-Ô$]-azf-d[*]-a-f#]-az#-v]-dod-]! r-v-[d$n-el^r-e#-„#fn-z(e-i*n-y[-s(e-r*n-x#]-a-b*n-Ø(en-x([! • ev-o*-rn-NI]-l^-z[#z#-]r-er-dC#n-a-’fn-v-zR^c-d-[r-([(]-f#-z[C-d-)er-dX^r-xr-! i#]-ele-n$f-t$z#-]r-h$]-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-az#-„(fn-nc-env-db[-dX*[-[e(n-a-b*n-

Ø(en-x([! rn-zsC([-dNø*]-Vø-Ø(en-az#-[C˚-‰X-HealthCare.gov [r-! xr-]! w-ac-,r-1-800-318-2596 p(e-zR^c-V“(e-er-dX^r-NI]-n*r-dX*[-y(e-e#-c*[! [*-Vøc-rz#-e]n-h$v-v-zR^c-V“(e-er- dX^r-dz#-ŒX*]-R#n-rzf! rz#-wX#f-hr-]r-f#-h(-w*-s]-p(d-dX*[-v-h$[-‰X^c-e]([-Nœ≈(]-x(r-i*]-b*n-Ø(en-x([! •སྤྱི་མཐུན་ཁྲིམས་ོག་ཏུ། ང་འོཚོས་མི་རིགས་དང་། ཤ་མདོག རྒྱལ་ཁབ། ཕོ་མོ། ལོ་ཚོད་ཡང་ན་དབང་པོ་སྐྱོན་ཅན་ལ་གཞིས་ཏེ་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་མི་ཆོག་པ་གུས་པས་ཤེས་ཀྱི་ོཡོད། གུས་པས་ HHS.gov/civil-rights/filing-a-complaint དྲྭ་ཚིགས་

ནང་འཛུལ་ཞུགས་བྱས་ཏེ་དབྱེ་འབྱེད་སྐྱོན་བརྗོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་འབུལ་ཐུབ།

• ze*rn-b(e-z[#z#-]r-e#-e]n-h$v-’fn-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-l^en-z(n-f#]-b*n-Ø(en-[r-! c*-dNœ^v-dX^r-]-[*-dl#]-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^c-c(en-cf-dX*[-‰X^-[r-! „#fn-fp$]-R#-„(fn-nz#-[e(n- [(]-[r-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^c-s]-p(e-x([-az#-vn-el#-dtn-W#-y*[-d*[-Nå≈([-eo(r-‰X^-x#]-a-r-cr-e#n-b*n-W#-x([!
r-h(c-e]n-h$v-z[#-ev-o*-wX*[-cr-e#n-zd([-dNœ^v-l^n-x([-]-[*-Vøc-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-W#-c#]-zdd-Nåç([-‰X^z#-c(en-cf-p(d-pr-]r-[^-l^en-y(e-f#]-l#d-zu$e-dX*[-‰X^z#-y*[-[e(n-z[^e r-h(n-E√(e- ”^v-zsC^v-yz#-]r-x([-e]n-p(-(electronic databases) [r-! wCv-dN“^-Vµ]-wr-e#-e]n-p(-(IRS databases) [r-! Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-[r-! xr-]! [r(n-;(e-d*[-Nå≈([-az#-NI]-p(z#-vn-[(]-dX*[-a(-
dtn-W#-e]n-p(-we-d*[-Nå≈([-[r-! ev-o*-e]n-h$v-’fn-f#-fp$]-a-dX^r-]! ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོར་གནས་ཚུལ་དངོས་གང་ཡིན་གཏན་ཁེལ་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་སྲིད། ev-o*-r-cr-e#-dnf-h$v-v-w*-s]-p(d-pr-v-l^en-y(e-f#]-R#-pe-y([-](c-a-c*[-z[^e-dnf-]! e-c*-dX*[-[e(n-c*[-

ཁྱེད་ཀྱིས་སྙན་ཞུ་དེ་ཉིད་ལེགས་གྲུབ་ཟིན་རྗེས་ཁྱེད་ལ་སྦྲག་ཐོག་ནས་ཁྱེད་རང་འོས་ཆོས་ཚང་མིན་གྱི་བརྡ་ཐོ་འབྱོར་གྱི་རེད། ev-o*-wX*[-cr-e#n-cr-i#[-W#-wX[-y(n-v-Vø(n-az#-w*-s]-p(d-pr-er-[^-h$[-ac-r(n-v*]-f*[-]! e]

n-Nørn-fr-a(c-l^-eo^e-dX*[-‰X^c-c*-dNœ^v-l^n-y(e-e#-c*[! wX*[-cr-e#-p(d-yz#-d”-v]-x#e-y-v-dNœ≈c-l#d-dXn-]-l^-eo^e-dX*[-sX(en-Nœ(c-vf-Nø(]-zeC*v-db[-x([-a-[r-! [*-xr-wXd-w(rn-n$-NI]-zd$v-l^n- az#-]r-f#-c*-c*-[r-! [*-xr-i#]-eCrn-u#-gf-l^-eo^e-c*-dNœ^v-l^-[e(n-dtn-W#-env-w-[r-! ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ཚོར་གནས་ཚུལ་དངོས་གང་ཡིན་གཏན་ཁེལ་བྱ་རྒྱུར་སྐུལ་སྲིད།
• wX*[-v-z[([-f(n-x([-]! l^-eo^e-Nœdn-er-;e-el]-n$-c$r-c*-dNœ^v-RX#n-fif-l^en-dX*[-y(e-v! er-;e-[*-i#[-cr-e#-eC(en-[r-! ei*]-h]! „#fn-Ì([-azf! er-;e-N´*c-a-el]-n$zr-x#]-y(e

xr-]! wX*[-cr-cr-i#[-et#e-a$-l^-eo^e-v-l^en-y(e-ven! • ev-o*-wX*[-W#n-l^-eo^e-c*-dNœ^v-l^n-x([-]! wX*[-cr-e#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-pr-l^-eo^e-f-hc-dc-[^-e]n-p$d! • l^-eo^e-e#-eC^d-zdCn-vn-wX*[-cr-e#-wX#f-hr-]r-f#-el]-’fn-W#-w*-s]-p(d-pr-v-zR^c-V“(e-zeC(-nC#[!

„(fn-nz#-p(e-o^-p(d-yz#-l^-eo^e-eC^d-zdCn-y*[! [C˚-‰X- HealthCare.gov/marketplace-appeals/ v-e;#en-‰X^-[r-! xr-]! „(fn-nz#-w-ac-zdC*v-eo^e-wr-v-(Marketplace Call Center)

w-ac-,r- 1-800-318-2596 [r-! TY d*[-Nå≈([-dor-]! w-ac-,r- 1-855-889-4325 p(e-Nœ[-y-b([-[e(n! xr-]! l^-eo^e-c*-dNœ^v-ze*rn-b(e-ef! cr-e#-x#-e*z#-r(c-dC#n-]n-l^-eo^e-c*-dNœ^v-ebf- env-w-dXr-p(e-N∂çe-d‰X^[-eo(r-[e(n! Health Insurance Marketplace, Dept. of Health and Human Services, Attn: Appeals, 465 Industrial Blvd., London, KY 40750-0001ev-o*-z[#- ’fn-wn-v*]-f-dXn-]! wX*[-cr-e#n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-„(fn-n-d‰X^[-i(-zp$n-y(e-a-[r-! l^en-az#-[^n-x$]! wCv-R#-zp*]-y! zeC(-eC(]-p(d-yz#-et(e-zsC#! f*-Medicaid [r-! t#d-(CHIP) dtn-v-l^-eo^e- y(e-ven! ev-o*-wX*[-cr-wCv-R#-zp*]-yzf! zeC(-eC(]-p(d-yz#-et(e-zsC#z#-y-ŒX*]-hr-]! r-h(n-wX*[-cr-v-p(d-z(n-ac-b*n-Ø(en-r*n-az#-[r$v-zdd-[*-p(d-‰X^c-wX*[-W#n-l^-eo^e-dX*[-y(e-a-c#[! wX*[-cr-e#-e]

n-zdd-v-Vø(n-az#-„(fn-n-d‰X^[-l^-eo^e-dX*[-p$d-azf! xr-]! frz-N“*z#-f*-State Medicaid zf! t#d-(CHIP) W#-vn-[(]-dX*[-fw]-vn-w$rn-n$-eo^e-e#-c*-dNœ^v- p$d-a-nC#[! er-;e-[r-a(-[*n-NI]-l^-z[#c-f#r-Øen-dq([-[e(n! ev-o*-wX*[-cr-[dr-h[-V“]-az#-r(-hd-x#]-]! er-;e-[r-a(-[*n-;$c-N∂≈c-e-a-v-f#r-Øen-dq([-a-[r-wX*[-cr-e#-z[#c-f#r-Øen-dq([-y(e-ven! f#r-Øen! f#r-Øen-dq([-az#-h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

ev-o*-wX*[-cr-NI]-l^-z[#c-x(rn-eCen-NI]-zd$v-[^n-(ཟླ་བ་11ཚེས་1ཉིན་བར་ཟླ་བ་1ཚེས་15ཉིན་བར།) z[n-;#]-Ë*n-f#r- Øen-ze([-dl#]-a-x#]-]! ;$c-N∂≈c-e-a-Nø*! f#-h*z#-zR^c-dz#-Nœ(c-R#-[C#-d-(Appendix D: “Questions about life changes”) v-dNœ≈c-l#d-]]-o]-dX*[-[e(n!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

8 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

e(f-a-[^e-a! y-hr-eC^d-az#-NI]-l^-N∂çe-p(e-eo(r-!

wX*[-cr-e#-f#r-Øen-dq([-az#-NI]-l^-ebf-env-w-dXr-p(e-N∂çe-p(e-eo(r-!
Health Insurance Marketplace
Dept. of Health and Human Services
Attn: Appeals, 465 Industrial Blvd.
London, KY 40750-0001

) ev-o*-wX*[-cr-z(n-dN“^z#-y*[-[*d-Nœ≈*v-dX*[-z[([-]! z(n-dN“^z#-ze*rn-b(e-el^r-zdC*v-[C˚-‰X-eac.gov]r-x([-a-y-hr-‰X(rn-[e(n!

[dX#]-Nœ[-vn-el]-az#-Nœ[-c#en-er-c$r-e#-p(e-sXe-c(en-[e(n-]!

ev-o*-wX*[cr-! xr-]! wX*[-]n-c(en-dX*[-dl#]-az#-er-;e-n$-c$r-v-zsC([-dNø*]-i*]-nC^r-ze]-v*]-R#-„(f-nz#-Nœ(c-[C#-d-x([-]! er-;e-[*c-n(-n(z#-Nœ[-x#e-p(e-zeC(-n(r-f*[-ac-e] n-h$v-[r-c(en-dX*[-fw]-x(r-dz#-p(d-pr-x([-c*[! Nœ[-N´≈&c-l#e-v-Nœ[-y-b[-z[([-x([-]! w-ac-,r-eCrn- 1-800-318-2596 v-w-ac-eo(r-[e(n! z[#c-Nœ[-c#en-er-x([-W#-p(-[r-! e(r-[^-dq([-az#-e(-[(]-’fn-t#e-R^c-Nœ[-c#en-[*-[e-]r-[^zr-dq([-x([!

aZ#-,c-,*-e#-enr-N´ç(en-env-dN´çen! (PRA Disclosure Statement) sX#-v(- 1995 v(z#-b(e-vn-i^r-r$-eo(r-dz#-„#fn-x#e-(Paperwork Reduction Act) Vøc-]! er-;e-n$-xr-zj#]-Nœ≈(r-[r-N®(]-Ì#n-vn-w$rn-W#-[(-[f-,r-eCrn-h[-f- (valid OMB control #) f*[-]! e]n-h$v-dN“^-c$d-dX*[-ac-w-x-r*n-ac-dX*[-f#-[e(n! Nœdn-z[#z#-e]n-h$v-dN“^-c$d-dX*[-az#-[(-[f-,r-eCrn-h[-f-]#! 0938-1191 (Valid OMB Control # 0938-1191)c*[! e]n-h$v-dN“^-c$d-hr-d-dX-‰X^z#-[^n-x$]-]#! h([-[ae-e#n-Nå≈#-NI(fn-n$! [C#-Ì[-c*z#-v]- y-hr-Nø*! vf-Nø(]-zeC*v-db[-dNœ≈c-l#d-[r-! [-x([-e]n-p(z#-w$rn-zh(v-l#d! [e(n-fw(z#-e]n-p(-dN“^-c$d-dX*[-‰X^-[r-! dN“^-c$d-dXn-az#-e]n-h$v-y-hr-d-[r-dNœ≈c-l#d-dX*[-‰X^-dtn-y-hr-v-Nœc-f- 45 c*-x#]-a-c*[! ev-o*-wX*[-cr-v-[^n-h([-[ae-e#-l#d-hen-Nœ(c-zeC*v-dË([-[f! xr-]! ze*rn-b(e-z[#-v*en-n$-eo(r-‰X^z#-dnf-zyc-x([-]! ebf-env-w-dXr-p(e-e]n-zdC*v-r*n-ac-e]r-c(en-e]r-dtn-l&-‰X^!! !! CMS, 7500 Security Boulevard, Attn: PRA Reports Clearance Officer, Mail Stop C4-26-05, Baltimore,
Maryland 21244-1850.

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོག

9 /9

ཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།

[dX#]-Nœ[-vn-el]-az#-Nœ[-c#en-er-c$r-e#-p(e-sXe-c(en-[e(n-]! (f$-fp$[-dX-‰X^!)

aZ#-,c-,*-e#-enr-N´ç(en-env-dN´çen! (PRA Disclosure Statement) sX#-v(- 1995 v(z#-b(e-vn-i^r-r$-eo(r-dz#-„#fn-x#e-(Paperwork Reduction Act) Vøc-]! er-;e-n$-xr-zj#]-Nœ≈(r-[r-N®(]-Ì#n-vn-w$rn-W#-[(-[f-,r-eCrn-h[-f- (valid OMB control #) f*[-]! e]n-h$v-dN“^-c$d-dX*[-ac-w-x-r*n-ac-dX*[-f#-[e(n! Nœdn-z[#z#-e]n-h$v-dN“^-c$d-dX*[-az#-[(-[f-,r-eCrn-h[-f-]#! 0938-1191 (Valid OMB Control # 0938-1191)c*[! e]n-h$v-dN“^-c$d-hr-d-dX-‰X^z#-[^n-x$]-]#! h([-[ae-e#n-Nå≈#-NI(fn-n$! [C#-Ì[-c*z#-v]- y-hr-Nø*! vf-Nø(]-zeC*v-db[-dNœ≈c-l#d-[r-! [-x([-e]n-p(z#-w$rn-zh(v-l#d! [e(n-fw(z#-e]n-p(-dN“^-c$d-dX*[-‰X^-[r-! dN“^-c$d-dXn-az#-e]n-h$v-y-hr-d-[r-dNœ≈c-l#d-dX*[-‰X^-dtn-y-hr-v-Nœc-f- 45 c*-x#]-a-c*[! ev-o*-wX*[-cr-v-[^n-h([-[ae-e#-l#d-hen-Nœ(c-zeC*v-dË([-[f! xr-]! ze*rn-b(e-z[#-v*en-n$-eo(r-‰X^z#-dnf-zyc-x([-]! ebf-env-w-dXr-p(e-e]n-zdC*v-r*n-ac-e]r-c(en-e]r-dtn-l&-‰X^!! !! CMS, 7500 Security Boulevard, Attn: PRA Reports Clearance Officer, Mail Stop C4-26-05, Baltimore,
Maryland 21244-1850.

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོགཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།
;$c-N∂≈c-q- A vn-q-dX*[-n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn! Form Approved

OMB No. 0938-1191

Expires: 09/30/2027

ev-o*-wX*[-W#-]r-f#z#-]r-n$-c$r-v-p(d-pr-r(n-v*]-f-dXn-Wr-vn-q-dX*[-n-]n-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-W#-x([-]-f-eo(en! གལ་ཏེ་འགན་བཅོལ་གྱི་མི་སྣར་ COBRA མཁོ་འདོན་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན་ཚེ། ཁྱེད་ཀྱིས་འདྲི་བ་འདི་དག་ལ་ལན་སློག་མི་དགོས། [C#-d-z[#-’fn-v-v]-z[*dn-f#-[e(n! b(e-Vµ*-z[#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-Nåç([-fw]-vn-q-u#-gf-x([-a-hr-fc-r(-db^n-c*-N∂≈c-[e(n!

zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-az#-vn-q-er-[*z#-Nœ(c-ze([-‰X^! b(e-V*µ-z[#z#-r(-db^n-d;(n-]n-vn-q-[r-zsC([-dNø*]-R#-wXd-w(rn-z[#-Nåç([-fw]-nc-zwX*c-]n! w(r-v-c(en-dl^n-o*-[C#-d-z[#-’fn-v-v]-z[*dn-[e(n!
vn-dX*[-az#-e]n-h$v!

1. vn-dX*[-az#-f#r-! ([r-a(-[r-! dc-f! fpz-f-c#f-ac-dC#n!) 2. vn-dX*[-az#-Nå≈#-h(en-nC^r-Nœ≈(d-,r-! (SSN)

vn-q-Nåç([-fw]-R#-e]n-h$v!
3. vn-q-Nåç([-fw]-N∂≈#]-d[e/ vn-[(]-h(en-azf-qf-a-]#z#-f#r-!

4. vn-q-Nåç([-fw]-R#-r(n-zj#]-,r-!(EIN) 5. vn-q-Nåç([-fw]-R#-w-ac-,r-eCrn!

[-]#! vn-f#z#-w*-s]-p(d-pr-v-Vø-Ø(en-zj#]-Nœ≈(r-dX*[-fw]-R#-er-;e-ef-N“*-h]-R#-e]n-h$v-v(-‰X^n-z[#c-zdC#-[e(n! r-h(c-e]n-h$v-sc-f-[e(n-h*-f#-[*c-zdC*v-eo^en-dX*[-nC#[!

6. vn-f#z#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-Nœ(c-zdC*v-eo^en-dX*[-nz#-er-;e-ef-N“*-h]!

7. N∂≈#]-d[e-e#-w-dXr-! („(f-n-]n-w-dXr-z[#z#-p(e-[(-N‘r-[e(n-az#-d”-wXd-eo(r-nC#[!)

8. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) 9. frz-N“*(z#-f#r-) 10. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP code)

11. w-ac-,r-eCrn! (ev-o*-e(r-env-[r-f#-et#e-]-dC#n-)

12. ,#f*v-w-dXr-! (email address)

13. ལས་མི་འདིར་ལས་བདག་གིས་བདེ་ཐང་འགན་བཅོལ་མཁོ་འདོན་བྱས་ཡོད་དམ།- གལ་ཏེ་ལས་མིར་ཟླ་བ་མཇུག་མ་དེའི་ཟླ་མགོ་བར་འགན་བཅོལ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན་པའམ། ཡང་ན་ཟླ་བ་དང་པོའི་ཚེས་1ཉིན་བར་དུ་ཡིན་པ། ཐོ་འགོད་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་དུས་ཡུན་ནང་དུ་རེ་ཞུ་བྱས་པ་ཡིན་ཚེ། ཡིན་ཞེས་པ་འདེམས། (སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པ། ཚེས་ 1 ནས་ སྤྱི་ཟླ་དང་པོ། ཚེས་ 15 བར།)
c*[! (f$-fp$[---) f-c*[! (N∂≈#]-d[e-ven! fhfn-dle-]n-ze*r-b(e-vn-f#-v-sX#c-N√(e-dX*[! vn-f#! wX*[-cr-e#-NI]-l^-„(f-nz#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-y*[-sX#c-v*]!) N∂≈#]-d[e-e#n-vn-f#z#-;-:√zf-Vø(n-dtn-vzr-wXd-az#-zsC([-dNø*]-zyc-el#-Nåç([-W#-x([-c*[-an!
ven-x([-c*[! x([-]! f#-n$-c*[! ;-:√! Vø(n-dtn! F*[-]! ([C#-D-,R- 14 V-E;#EN!)
vn-f#-cr-i#[-W#-wX#f-hr-]r-! vn-q-[*-vn-p(d-az#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-h$[-‰X^c-z(n-ddn-t]-R#-f#-el]-xr-x([-h*! [*-[e-e#-f#r-p(-ze([-[e(n!
f#r f#r f#r

vn-q-Nåç([-fw]-z[#n-Nåç[-az#-zsC([-dNø*]-vn-zyc-c#]-zdd-y$r-b(n-[*z#-Nœ(c-en$r-c(en-e]r-!
14. vn-q-Nåç([-fw]-z[#n-Nåç[-az#-zsC([-dNø*]-vn-zyc-[*-v-[e(n-fw(z#-y-h[-i^r-b(n-[*-hr-e#-x([-[f-*
c*[! ([C#-d-,r-! 15 v-e;#en!) f-c*[! (fhfn-dle-]n-ze*rn-b(e-vn-f#-v-sX#c-N√(e-dX*[!)
15. vn-f#-w(-]-v-Nåç[-az#-f-e][-y$r-b(n-W#-zsC([-dNø*]-zyc-el#! c#]-pr-y$r-b(n-W#-e]n-h[-[r-V“]-a-v-vn-f#n-[r$v-e-h([-Nåç([-[e(n-W#-x([-[f! z[#c-]r-fz#-zsC([-dNø*]-zyc-el#-dÌ#-f#-[e(n!

a. vn-dX*[-a-[*-v-zsC([-dNø*]-vn-zyc-[*z#-y*[-:√-c*z#-[^n-dt[-Nåç([-zdd-u#-gf-Nåç([-[e(n-a-x#]- $ \[(-N‘r-[e(n-‰X^! zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-y*[-vn-f#-]n-Nåç([-[e(n-az#-[^n-dt[-Nåç([-zdd-W#-eCrn-zd(c-i^r-b(n-er-x#]-a-[*-z[#c-dC#n!
b. vn-f#-]n-[^n-dt[-Nåç([-zdd-z[#-Nåç([-[e(n! d[^]-sCe-c*c! d[^]-sCe-ei#n-c*c! -c*c-p*rn-ei#n-c*! -c*c-p*rn-c*! -d-en$f-c*c! v(-c*c!
16. གལ་ཏེ་གནད་དོན་13གྱི་ནང་དུ་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཁོངས་མི་གཞན་པ་བཀོད་ཡོད་ན། གླ་བས་གླ་པ་དང་གནད་དོན་13ཁྲོད་དུ་བཞག་པའི་ཁྱིམ་ཚང་གི་ཁོངས་མིའི་ཆེས་དམའ་བའི་མ་གནས་ཀྱི་འཆར་གཞིར་དངུལ་ག་ཚོད་སྤྲོད་དགོས། གལ་ཏེ་སྦྱིན་བདག་གིས་བདེ་ཐང་གི་འཆར་གཞི་འདོན་སྤྲོད་བྱས་ན། ལས་བཟོ་བས་ཐ་མག་གཅོད་པའི་འཆར་གཞིའི་ཁྲོད་ཆེས་ཆེ་བའི་རིན་གོང་བཅག་ནས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་ཐོབ་ཚེ། རིན་གོང་མར་བཅག་ནས་སྤྲོད་པའི་ཉེན་འགོག་དགོས།

a. vn-dX*[-a-[*-v-zsC([-dNø*]-vn-zyc-[*z#-y*[-:√-c*z#-[^n-dt[-Nåç([-zdd-u#-gf-Nåç([-[e(n-a-x#]- $ b. vn-f#-]n-[^n-dt[-Nåç([-zdd-z[#-Nåç([-[e(n! d[^]-sCe-c*c! d[^]-sCe-ei#n-c*c! -c*c-p*rn-ei#n-c*! -c*c-p*rn-c*! -d-en$f-c*c! v(-c*c!
* zsC([-dNø*]-zyc-el#-er-x#]-v-c#]-pr-y$r-b(n-W#-e][-h[-[r-V“]-a-v! ev-o*-f#-fr-Nå≈#c-dor-l#e-v-Nƒ]-dt(n-dXn-az#-zeC(-n(r-wX(]-dN“(fn-vn-[fz-pc-d‰X-y-60pf-a-Nåç[-]! Nƒ]-wr-[r-Nƒ]-az#-ldn-z[*dn-fp$]-ŒX*]-[r(n-x([-Nåç([-W#-x([-a-[r-! vn-qc-el#-dt(v-dz#-zsC([-dNø*]-zyc-el#-sv-y*c-v-c#]-pr-y$r-b(n-W#-e]n-h[-[*-hr-x([-c*[!

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོགཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། ;$c-N∂≈c-w B

Form Approved
OMB No. 0938-1191

Expires: 09/30/2027

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོགཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན།
;$c-N∂≈c-e C སྙན་ཞུ་འདི་ཉིད་འཐུས་ཚང་མཇུག་སྒྲིལ་བར་བྱ། Form Approved

OMB No. 0938-1191

Expires: 09/30/2027

r(n-zj#]-x([-az#-NI]-l^z#-N√(d-Nø(]-a- (counselors) [r-! ‰X-[C˚z#-p(e-e]n-h$v-zh(v-l#d-a- (navigators) vn-[(]-dX*[-fw]-(agents) [r-! dc-h(r-a-

(brokers) ’fn-w(-]z#-y*[!
ev-o*-wX*[-cr-er-;e-n$-c$r-l#e-e#-y*[-NI]-l^-z[#-zd$v-vf-l^-fw]-r(n-zj#]-x([-az#-NI]-l^z#-N√(d-Nø(]-a(counselors)zf! ‰X-[C˚z#-p(e-e]n-h$v-zh(v-l#d-a(navigators)zf! vn-[(]-dX*[- fw]-(agents)]f! dc-h(r-a-(brokers) x#]-]! N“*-h]-z[#-y-hr-‰X(rn-[e(n!

1. NI]-l^-ze(-zj$en-W#-h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

2. f#r-e#-[r-a(! dc-a-[r-! fpz-f-[r-! Ë*n-zu$e-dtn-c#f-ac-dC#n!

3. N´ç#e-zj$en-h(en-az#-f#r-!

4. r(n-zj#]-,r-(ID #) (zdC*v-d-x([-]-dC#n!) 5. vn-[(]-dX*[-fw]-(agents) [r-! dc-h(r-a (brokers) ’fn-w(-]z#-y*[!: NPN #

[dr-y-Nåç[-az#-r(-hd-l#e-z[*fn-y(e

wX*[-cr-e#-x#[-y*n-x([-nz#-f#-l#e-v-[dr-h[-Nåç[-]n-r-h(c-NI]-l^-z[#z#-Nœ(c-Nœ[-y-b([-a-[r-! wX*[-cr-e#-e]n-h$v-v-Vø-l#d-[r-! NI]-l^z#-[(]-e][-p(e-dX-d-dX*[-a! [a*c-]! wX*[-cr-e#-NI]-l^-v- fw(-dz#-e]n-h$v-dN“^-c$d-dX-‰X^-[r-! wX*[-cr-e#-hd-o^-NI]-l^c-f#r-Øen-ze([-‰X^-n(en-dX*[-fw]-f#-[*c! [dr-h[-V“]-az#-r(-hd-(authorized representative) t*n-dË([-a-c*[! ev-o*-

[^n-]f-xr-[dr-h[-V“]-az#-r(-hd-[*-dË*-a(-‰Xd-azf-s$[-z[([-]-„(fn-nc-zdC*v-d-dX*[-[e(n! ev-o*-wX*[-cr-er-;e-n$-c$r-e#-y*[-„#fn-p(e-]n-dNœ(n-ele-dXn-az#-r(-hd-x#]-]! [*z#-w$rn-Nœ≈*v-x#e-y-NI]-l^-z[#-fif-zd$v-vf-l^-[e(n!

1. [dr-y-Nåç[-az#-r(-hd-f#z#-f#r-! (f#r-e#-[r-a(! dc-a-[r-! fpz-f-dtn-c#f-ac-dC#n!)

2. w-dXr-! 3. ཁྱིམ་གྱི་ཁ་བྱང་། 2

4. eC(r-wX*c-(R#-f#r-) 5. frz-N“*(z#-f#r-) 6. N∂çe-wr-e#-,r-eCrn! (ZIP code)

7. w-ac-,r-!

8. N´ç#e-zj$en-h(en-az#-f#r-!

9. r(n-zj#]-,r-! (zdC*v-d-x([-]!)

wX*[-cr-e#n-z[#c-f#r-Øen-‰Xd-]n-er-;e-l#e-v-NI]-l^z#-Nø*r-wX*[-cr-e#-hd-f#r-Øen-‰Xd-y(e-a-[r-! NI]-l^-[r-zdC*v-x([-el^r-e#-x#e-yz#-]r-x([-e]n-h$v-we-v*]-‰X^-[r-! f-z(r-ac-NI]-l^- z[#z#-e][-[(]-p(e-wX*[-cr-e#-y*[-vn-q-dX*[-y(e-az#-r(n-v*]-dXn-ac- Ì#n-ven!
10. NI]-l^-z[#z#-]r-f#r-zw([-er-;e-[r-a(-[*z#-f#r-Øen! 11. f#r-Øen-dq([-h*n! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུར་རོགས་རམ་དགོས་སམ། HealthCare.gov དྲ་ཚགས་ལ་ལྟ་སྤྱོད་བྱེད་པའམ-1-800-318-2596 ལ་ཁ་ཁར་བཏང་ནས། མཁོ་མཁན་ཞབས་ཞུའི་འཐུས་མིར་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་རིགས་གང་ཡིན་བཤད་རོགས། ང་ཚོས་རིན་མེད་ཐོག་ནས་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། TTY སྤྱོད་མཁན་གྱིས་-1-855-889-4325 ལ་ཁ་པར་གཏོང་ཆོགཁ་སྐོང་མི་དགོས། འདི་ནི་ཟུར་དཔྱད་ཙམ་དུ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པ་ཡིན། ;$c-N∂≈c D f#-h*z#-s(-zR^c-Nœ(c-R#-[C#-d!

Form Approved
OMB No. 0938-1191

Expires: 09/30/2027

(NI]-l^-z[#z#-zsC(n-’fn-b(e-Vµ*-z[#-fif-[^-y-hr-d‰Xr-[e(n! b(e-Vµ*-z[#-ŒXr-a-;$c-zd$v-f-l^!)
གལ་ཏེ་རེ་ཞུ་འདིའི་ནང་གི་མི་གང་རུང་ལ་ཕྱིན་ཟིན་པའི་ཉིན་ 60 ནང་(མ་འོངས་པའི་ཉིན་60བར་དུ།)འཚོ་བའི་འགྱུར་ལྡོག་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ཚེ། དཔེར་ན་བདེ་ཐང་གི་འགན་བཅོལ་མེད་པར་འགྱུར་བ། ཆང་ས་བརྒྱབ་པ། ཕྲུ་གུ་སྐྱེས་པ། ཤོག་ངོས་འདིའི་ཐོག་ཁ་སྐོང་དགོས་པ་མ་ཟད། ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ཞུའི་ཐོག་ཏུ་མིང་རྟགས་འགོད་དགོས། འཚོ་བའི་འགྱུར་ལྡོག་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཁེབས་ཚད་ནི་ཁྲོམ་ར་བརྒྱུད་ནས་ད་ལྟ་འགོ་འཛུགས་རྒྱུ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐོ་འགོད་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་དུས་ཡུན་ནང་མིན་པར་རེ་ཞུ་འདོན་པ་ཡིན་ཚེ། ང་ཚོས་ཁྱེད་ལ་འདྲི་བ་འདི་དག་ལ་ལན་རྒྱག་རྒྱུའི་བསམ་འཆར་འདོན། (སྤྱི་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པ། ཚེས་ 1 ནས་ སྤྱི་ཟླ་དང་པོ། ཚེས་ 15 བར།)
[C#-d-z[#-’fn-e[f-q-c*[! ev-o*-wX*[-W#- f#-h*z#-e]n-Nørn-v-zR^c-d-f*[-]! v]-z[*dn-f#-[e(n-an-Nø(r-ac-zu(e! f#-h*z#-e]n-Nørn-v-zR^c-V“(e-f*[-]zr-! f*-ཌ#-q*z#ཌ (Medicaid) [r-! sC^-e^z#-zsC([- dNø*]-i*]-nC^r-vn-el#-Nø*! t#d-(CHIP) v-e-[^n-l^en-Wr-zeC#en! [*-f#]-[d$n-el^r-]n-r(n-zj#]-x([-az#-c#en-r*n-t]-f#-N“*-we-(tribes) e#-f#-[r-! ,-vZ-n-qz#-x$v-f#z#-f-[r$v-p(d-y-x([-c#en-’fn-(Alaska Native Shareholders) Wr-„(fn-n-d‰X^[-[^n-h([-r*n-f*[-v-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-n$-l^en-y(e-ven!

wX*[-W#-wX#f-hr-]r-zR^c-d-dX^r-dz#-Nœ(c-en$r-c(en-e]r-!
1. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-f#-n$-c$r-e#-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-b(c-x([-[f! xr-]! f-z(r-le-eCrn-60-]r-b(c-i*]-x([-[f!

མིང་རྣམས། zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-y[-;#]-a-[r-! xr-]-y[-zR^c-R#-h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

2. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-f#-n$-c$r-yr-n-d‰Xd-x([-[f!

མིང་རྣམས། h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

a. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-z[#c-zw([-f#-er-c$r-v-h[-V“]-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-a-x([-[f!.. x([! f*[! ev-o*-x([-]! w(r-h(z#-f#r-z[#c-dC#n!

3. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-f#-n$-c$r-zj#]-d;$r-[r-dÌ(]-dt$e-]n-E√([-eC(v-dor-d-x([-[f!

མིང་རྣམས། h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

4. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-f#-n$-c$r-v-x$v-Nå(n-az#-e]n-Nørn- (immigration status)p(d-x([-[f!
f#r-’fn-]#! h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

5. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-sC^e-e^-n$-c$r-sC^e-hd-o^-v*]-a-[r-! sC^e-hd-o^-v*]-‰X^c-dle-a! xr-]! sC^e-en(-wr-e#-Vø-Ø(en-y*[-Nœ≈*v-d-x([-[f!
མིང་རྣམས། h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

6. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-f#-n$-c$r-sC^e-e^-en(-Nœ≈(r-e#-‰Xd-Nœ≈(c-Nåç([-[r$v-R#n-‰X^-fh]-dXn-azf! xr-]! „#fn-wr-e#-dqz-v-dØ*]-]n-el]-R#-Vø(n-dtn-n$-zR^c-d-x([-[f!
མིང་རྣམས། h*n-eCrn! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

7. འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་60ནང་ཁྱིམ་དུ་མི་གསར་པ་སྤོས་པ་བྱུང་ངམ།
མིང་རྣམས། Nå(n-h*n! (:√-d-[r-! h*n-a! v(! dtn-c#f-ac-dC#n!)

ཁྱེད་དེ་སྔོན་སྡོད་སའི་སྦྲག་སྲིད་ཨང་ZIP codeགང་རེད། གལ་སྲིད་ཁྱེད་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནམ་ཨ་རིའི་ས་ཁུལ་གཞན་ནས་འདིར་སྤོས་ཡོད་ཚེ་ས་ཆ་གང་ནས་ཡོང་མིན་ཕྲིས།

a. z[n-az#-le-eCrn-60-]r-z[#c-zw([-f#-er-c$r-v-h[-V“]-zsC([-dNø*]-wXd-w(rn-p(d-a-x([-[f!... x([! f*[!

ev-o*-x([-]! w(r-h(-hr-fz#-f#r-ebf-env-[^-zdC#-[e(n!
མིང་རྣམས།