

ایسے پانچ طریقے جن کے ذریعہ COVID-19 بحران کے دوران دماغی صحت سے متعلق مدد حاصل کرنا آسان اور زیادہ کفایتی ہے

1 آپ سے نیٹ ورک کے اندر ٹیلی-دماغی صحت کی خدمات کے لیے معاون ادائیگی (کو-پے) وصول نہیں کی جانی چاہیے

COVID-19 بحران کے دوران، آپ کے بیمہ پالیسی کے ذریعہ احاطہ کردہ، نیٹ ورک کے اندر کی ٹیلی ہیلتھ طبی خدمات، بشمول دماغی صحت خدمات کے لیے آپ کا بیمہ آپ سے معاون ادائیگی (مشترکہ بیمہ یا سالانہ کٹوتی) وصول نہیں کر سکتا۔ آپ سے معاون ادائیگی ایسی صورت میں وصول کی جاسکتی ہے اگر آپ یہ خدمات بذات خود حاصل کریں۔ ہنگامی حالات سے متعلق نیویارک کے اس قانون کے بارے میں آن لائن [یہاں](#) پر مزید جانیں۔

2 لازمی خدمات کے کارکنوں سے کسی بھی نیٹ ورک کے اندر دماغی صحت کی خدمات کے لیے کوئی معاون ادائیگی نہیں وصول کی جانی چاہیے، خواہ یہ خدمات بذات خود حاصل کی گئی ہوں ٹیلی-ہیلتھ کے ذریعے

COVID-19 بحران کے دوران، اگر آپ نگہداشت صحت کے کارکن، صف اول کے ردعمل کنندہ، یا لازمی خدمات کے ملازم ہیں، تو آپ اپنے بیمہ کے ذریعہ احاطہ یافتہ، نیٹ ورک کے اندر کی بیرونی مریض والی دماغی صحت کی خدمات کا استعمال بغیر کسی معاون ادائیگی (یا مشترکہ بیمہ یا سالانہ کٹوتی) کے کر سکتے ہیں، خواہ آپ ان خدمات کا استعمال بذات خود کریں یا ٹیلی صحت کے ذریعے۔ اگر آپ 7 مارچ 2020 کو یا اس کے بعد ان عہدوں پر فائز رہے ہیں تو آپ اس کے اہل ہیں۔ عہدوں کا دائرہ کافی وسیع ہے، اور ہوسکتا ہے کہ آپ اس میں شامل ہوں۔ اہل عہدوں کی مکمل فہرست، اور ہنگامی حالات سے متعلق نیویارک کا قانون، آن لائن [یہاں](#) دستیاب ہے۔

3 دماغی صحت فراہم کنندگان عام ویڈیو چیٹ والے ایپس پر اپنے کلائنٹس کو خدمات فراہم کر سکتے ہیں

COVID-19 بحران کے دوران، وفاقی اور ریاستی ضوابط ساقط کر دیے گئے ہیں تاکہ دماغی صحت فراہم کنندگان مریضوں کو عام ویڈیو چیٹ ایپس جیسے Zoom، FaceTime، Facebook Messenger، WhatsApp، WeChat یا Zoom پر خدمات فراہم کر سکیں، اس سے فراہم کنندگان کے لیے صحت عامہ کی اس ہنگامی صورتحال میں اپنے کلائنٹس کو خدمات کی فراہمی آسان تر ہو جاتی ہے، چاہے وہ کہیں بھی ہوں۔ فراہم کنندگان کو HIPAA کی تعمیل کرنے والے سافٹ ویئر استعمال کرنے کی ضرورت نہیں ہے؛ البتہ، وہ عوامی طور پر دستیاب سافٹ ویئر جیسے Facebook Live، Instagram Live یا TikTok استعمال نہیں کر سکتے ہیں۔ اس بارے میں وفاقی حکومت کا نوٹس آن لائن [یہاں](#) دستیاب ہے۔

ایسے پانچ طریقے جن کے ذریعہ COVID-19 بحران کے دوران دماغی صحت سے متعلق مدد حاصل کرنا آسان اور زیادہ کفایتی ہے

4 آپ 1 جون 2020 تک اپنا بیمہ کوریج جاری رکھ سکتے ہیں، خواہ آپ کو اپنے پریمیم کی ادائیگی میں دشواری ہو تب بھی۔

اس عالمگیر وباء کے نتیجے میں اگر آپ کو مالی دشواریوں کا سامنا ہے، تو آپ کے بیمہ کنندہ کو چاہیے کہ وہ آپ کو پریمیم کی ادائیگی کے لیے 1 جون 2020 کی رات 11:59 بجے تک کا وقت دے۔ آپ کا بیمہ کنندہ آپ کو خارج نہیں کر سکتا، اور اس وقت کے دوران انہیں کسی بھی جائز دعوے کی ادائیگی کرنی ہوگی۔ مالی مشکلات کے ثبوت کے بطور، آپ کے بیمہ کنندہ کو چاہیے کہ آپ کے اس تحریری بیان کو قبول کرے جس میں آپ نے عالمگیر وباء کے نتیجے میں مالی مشکلات کا ذکر کیا ہے۔ ہنگامی حالات سے متعلق نیویارک کا قانون آن لائن [یہاں](#) موجود ہے۔

5 آپ شدید دماغی صحت کی کیفیات والے اہل خاندان کی تیمارداری کے لیے باتنخواہ فیملی چھٹیوں کا استعمال کر سکتے ہیں

COVID-19 بحران کے دوران، نیو یارک کے باشندے صحت کی سنگین کیفیت والے قریبی اہل خاندان کی تیمارداری کے لیے باتنخواہ فیملی چھٹی لینا جاری رکھ سکتے ہیں۔ اس میں دماغی صحت کی کیفیات، جیسے شیزوفرینیا، ہائی پولر ڈس آرڈر (دو قطبی عارضہ)، یا مابعد صدمہ تناؤ کا عارضہ (PTSD) شامل ہے۔ 2020 میں، نیو یارک کے رہائشی 10 ہفتوں کی باتنخواہ چھٹی کے لیے اہل ہو سکتے ہیں، اور اس پالیسی کا اطلاق نجی آجرین کے لیے کام کرنے والے زیادہ تر لوگوں اور سرکاری یا یونینوں کے لیے کام کرنے والے زیادہ تر لوگوں پر ہوتا ہے۔ نیو یارک ریاست کی باتنخواہ فیملی چھٹی والے فوائد تک رسائی کے طریقے کے بارے میں [یہاں](#) پر مزید جانیں۔

* بونس: اگرچہ آپ کو ادائیگی کے لیے دشواری ہو رہی ہو تب بھی آپ اپنی موبائل فون سروسز جاری رکھنے کے اہل ہو سکتے ہیں

اصل وعدہ 12 مئی تک جاری ہے، لیکن کچھ کمپنیاں جن میں Verizon, T-Mobile/Sprint اور AT&T شامل ہیں، نے 30 جون تک توسیع پر اتفاق کیا ہے۔ بعض کمپنیاں آپ سے یہ تقاضہ کر سکتی ہیں کہ اس کا استعمال کرنے کے لیے آپ ان کے کسٹمر سپورٹ سے رابطہ کریں؛ جون کی توسیع کے لیے آپ کو ان سے 13 مئی کے بعد دوبارہ رابطہ کرنا ہوگا۔ وعدہ اور اس میں شریک کمپنیوں کے بارے میں مزید معلومات [یہاں](#) دیکھیں۔

آپ کا بیمہ پلان اس بحران کے دوران آپ کو ہنگامی قانون کے تحت مطلوب فوائد سے زیادہ دے سکتا ہے۔ اس ہنگامی حالت کے دوران معاون ادائیگی یا لاگت کے اشتراک سے استثناء کے بارے میں تازہ ترین معلومات کے لیے آپ کو اپنے بیمہ کنندہ سے رابطہ کرنا چاہیے۔