Minnesota - ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူ တၢ်အီၣ်တၢ်အီတၢ်မၤစၢၤ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (The Emergency Food Assistance Program (TEFAP))

တနံၣ်တဘျီ တၢ်ကြၢးတၢ်ဘၣ်အလံာ်ဒိ

ကီၢ်အမဲရကၤ တၢ်သူၣ်တၢ်ဖျးဝဲၤကျိၤ (United States Department of Agriculture (USDA))

ယကြၢးဝဲဘၣ်ဝဲလၢ ကဒိးန့ၢ်ဘၣ် TEFAP တၢ်အီၣ်တၢ်အီ မ့ၢ်လၢ ယအိၣ်ဆိးဖဲ Minnesota အပူၤ ဒီးမ့ၢ်လၢယဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်ဟဲနှာ်နၣ် မ့ၢ်ဝဲ 300% မ့တမ့ၢ် စုၤနှ့ၢ်ဒံး ကီၢ်စၢဖှိၣ် တၢ်ဖှိၣ်တၢ်ယာ်အတၢ်နဲၣ်ကျဲတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ယကြၢးဝဲဘၣ်ဝဲစ့ၢ်ကီး ဖဲယမ့ၢ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ် မ့တမ့ၢ် ဟ်ဖှိၣ်မၤသကိးတၢ်ဖဲ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢလာ်တခါလၢ်လၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ -

- MFIP – Minnesota Family Investment Program (မဲနံၣ်စိထၣ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိ တၢ်ဘျၢလီၤစ့ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ)
- ဖိသၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ
- GA – တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤညီနုၢ်
- Head Start
- SNAP – Supplemental Nutritional Assistance Program (တၢ်မၤပှဲၤထီၣ် တၢ်အီၣ်နူၢ်ဂံၢ်နူၢ်ဘါ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ)
- Section 8 (ပဒိၣ်ဟံၣ်ဃီတၢ်မၤစၢၤ)
- NAPS – Nutritional Assistance Program for Seniors (တၢ်အီၣ်တၢ်အီအတၢ်မၤစၢၤ လၢပှၤသးပှၢ်တဖၣ်အဂီၢ်)
- ပဒိၣ်ဟံၣ်ဃီ
- WIC – Women, Infants, and Children (မိၢ်တဖၣ်, ဖိဆံးတဖၣ် ဒီးဖိသၣ်တဖၣ် အတၢ်မၤစၢၤ)
- မ့ၣ်အူဂံၢ်သဟီၣ်တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ
- တၢ်မၤစၢၤမၤတံၢ်ဟံၣ်ဃီတၢ်စူးကါမ့ၣ်အူဂံၢ်သဟီၣ်

စ့ဟဲနှာ်အတၢ်ကြၢးတၢ်ဘၣ် - (300% လၢကီၢ်စၢဖှိၣ် တၢ်ဖှိၣ်တၢ်ယာ်အတၢ်နဲၣ်ကျဲတဖၣ်အပူၤ)			
ဟံၣ်ဖိဃီဖိနီၣ်ဂံၢ်	တနံၣ်အတီၢ်ပူၤစ့ဟဲနှာ်	ဟံၣ်ဖိဃီဖိနီၣ်ဂံၢ်	တနံၣ်အတီၢ်ပူၤစ့ဟဲနှာ်
တဂၤ	$0 - $43,740	ယဲၢ်ဂၤ	$90,001 - $105,420
ခံဂၤ	$43,741 - $59,160	ဃုဂၤ	$105,421 - $120,840
သၢဂၤ	$59,161 - $74,580	နွံဂၤ	$120,841 - $136,260
လွံၢ်ဂၤ	$74,581 - $90,000	ဃိးဂၤ	$136,261 - $151,680
လၢစ့ဟဲနှာ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲအီၤသ့အပူၤ ဟ်ဖှိၣ်အါထီၣ် $5140 လၢဟံၣ်ဖိဃီဖိဆူညါတဂၤစုာ်စုာ်အဂီၢ်			

တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖှိၣ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ အတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ/နီၢ်ကစၢ်ဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ အတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ

နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် လၢ Minnesota ပဒိၣ် တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖှိၣ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ အတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအဖီလာ်န့ၣ်လီၤ. သဲစးအံၤ ဒီသၢ နနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၣ်လီၤ. ပဃ့တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ၣ်တဖၣ် ဒ်သိးပ - ကသ့ၣ်ညါလီၤတံၢ်လၢ နမ့ၢ်ပှၤလီၤဆီတဂၤ လၢအိၣ်ဒီးအမံၤလီၤပလိာ်သး ဒ်သိးပမၤစၢၤနၤအဂ့ၤကတၢၢ်ကသ့အဂီၢ်လီၤ.

ညီနုၢ်န့ၣ်, တၢ်တလိၣ်ဘၣ်နၤလၢ နကဟ့ၣ်လီၤပဝဲသ့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်သနာ်က့, တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်နၣ် ပဟ်ဖျါထီၣ် နီၢ်ဂံၢ်နီၣ်ဒွးလီၤတံၢ်လီၤဆဲး လၢအဒိဘၣ်မၤဟူး ပကျိၣ်စ့တၢ်ဆီၣ်ထွဲအဂီၢ်တသ့ဘၣ်. တၢ်ဘျၢသဲစးအံၤ ဟ့ၣ်ပျဲပှၤလၢ ပကဟ့ၣ်နီၤလီၤ နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ (ဖိသၣ်, ပှၤနီၣ်ဒိၣ် ဒီးပှၤသးပှၢ်လၢဟံၣ်ပူၤ အိၣ်ပှဲၤဂၤ ဒီးဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီ ပှဲၤပှီၣ်) ဃုာ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိလၢ ပှၤဟီၣ်ခိၣ်ဖိတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤဝဲၤကျိၤ (Department of Human Services,), () တၢ်ဘှါဆှံတၢ်သူၣ်ဝံၤသးစ့ၤ (Hunger Solutions Minnesota), ဂံၢ်ခီၣ်ထံးလၢ တၢ်လိၣ်ဘၣ်နီၢ်နီၣ်အဂီၢ် (Foundation for Essential Needs), ဒီးနလီၢ်ကဝီၤ တၢ်အီၣ်တၢ်အီတၢ်မၤစၢၤကရၢန့ၣ်လီၤ.

နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ ကဒိးန့ၢ်ဘၣ် လံာ်တၢ်ကွဲးဒိတဘၣ် ဘၣ်ဃးဒီးနတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအိၣ်လၢပအိၣ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်တနၢ်ပၢၢ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်နၣ်, တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်နၤ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်တဆိကမိၣ်လၢ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤ အဘၣ် မ့တမ့ၢ် လၢပှဲၤဘၣ်နၣ်, ဝံသးစူၤ မၤဘၣ်က့ၤအီၤ ဃုာ်ဒီး food shelf အပှၤမၤတၢ်ဖိတက့ၢ်.
ယနၢ်ပၢၢ်လၢ တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖှိၣ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ အတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအံၤ အတၢ်ဆၢကတီၢ်ကလၢာ်ကွံာ်ဝဲ ဖဲယဆဲးလီၤမံၤ တ (1) နံၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.

ခၢဉ်စးတၢ်ဟ့ဉ်ပျဲပှၤအဂၤတဂၤ လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်ယတၢ်အီဉ်အဂီၢ် -

တၢ်အံၤမ့ၢ်ကဲထီဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢ နကဟဲပှ့ၤန့ၢ် တၢ်အီဉ်တၢ်အီလၢ food shelf အဂီၢ်န့ဉ်, နအိဉ်ဒီးတၢ်ဃုထၢလၢ ကဃုထၢပှၤအဂၤတဂၤ လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်နတၢ်အီဉ်တၢ်အီအဂီၢ်လီၤ.

ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ယအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ -

- ကဆီတလဲ ပှၤလၢယဃုထၢအီၤ လၢကလဲၤပှ့ၤန့ၢ်ယတၢ်အီဉ်တၢ်အီအဂီၢ်. ယကဘဉ် မၤလၢပှဲၤ လံာ်အဒိအသီတဖဉ် လၢတၢ်ဆီတလဲ တခါလၢ်လၢ်အဂီၢ်.
- ယကဘဉ်ဘီးဘဉ်သ့ဉ်ညါ food shelf အပှၤမၤတၢ်ဖိ ဖဲယမ့ၢ်ပတုာ်ကွံာ် တၢ်ဟ့ဉ်ပျဲအခါ.

ဒ်ကီၢ်စၢဖှိဉ် ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် တၢ်ဘျၢသဲစး ဒီး ကီၢ်အမဲရကၤ တၢ်သူဉ်တၢ်ဖျးဝဲၤကျိၤ (USDA) အထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် တၢ်သိဉ်တၢ်သီ ဒီးသနူတဖဉ်အိဉ်ဝဲအသိးန့ဉ်, တၢ်ကရၢကရိအံၤ ဘဉ်တၢ်တြီဃာ်အီၤလၢ တၢ်ကွၢ်တလီၤ ဒ်းသန့ၤထိဉ်သးလၢ ကလုာ်ဒူဉ်အတၢ်လီၤစၢၤ, ဖံးဘ့ဉ်လွဲၢ်, ထံကီၢ်အတၢ်လီၤစၢၤ, မုဉ်ခွါ (ပဉ်ယှာ်ဒီး တၢ်ကဲမုဉ်ကဲခွါ ဒီးတၢ်ဘဉ်သးမုဉ်ခွါ), က့ကွဲဉ်, သးနံဉ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ဉ်ကဉ်က့ၤတၢ် လၢအပူၤကွံာ် ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အဖီခိဉ် န့ဉ်လီၤ.

တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ဉ်တဖဉ်အံၤ တၢ်ဒုးအိဉ်ထီဉ်အီၤလၢ ကျိာ်လၢတမ့ၢ်အဲကလံးကျိာ်တဖဉ် သ့ဝဲန့ဉ်လီၤ. ပှၤလၢအိဉ်ဒီးက့ကွဲဉ် လၢအလိဉ်ဘဉ် တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢ အကျိၤအကျဲအဂၤ လၢကဒိးန့ၢ်ဘဉ် တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအဂ့ၢ်အကျိၤအဂီၢ် (အဒိ - ပှၤမံာ်တထံအလံာ်, လံာ်မဲာ်ဖျၢဉ်ဖးဒိဉ်, တၢ်ကလု၊်, အမဲရကၤတၢ်နဲဉ်စုကျိာ်), ကြၢးဆဲးကျိး ကီၢ်စဲဉ် မ့တမ့ၢ် လီၢ်ကဝီၤ ခၢဉ်စးကရၢ လၢအိဉ်ဒီးမူဒါတဖဉ် လၢအပၢဉ်ဆှၢရဲဉ်ကျဲၤ တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ မ့တမ့ၢ် USDA's TARGET လီၢ်ခၢဉ်သး ဖဲ (202) 720-2600 (တၢ်ကလု၊် ဒီး TTY) မ့တမ့ၢ် ဆဲးကျိး USDA ခီဖျိ Federal Relay တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ ဖဲ (800) 877-8339 န့ဉ်လီၤ.

လၢတၢ်ကတီဉ်ထိဉ် တၢ်ကအုကစ္ဓါ ဘဉ်ဃးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ အတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်အဂီၢ်, ပှၤတီဉ်ထိဉ် တၢ်ကအုကစ္ဓါအံၤ ကြၢးမၤလၢပှဲၤ AD-3027 အလံာ်ဒိ, တၢ်ကအုကစ္ဓါလၢ USDA တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်အလံာ်ဒိ လၢတၢ်ဒိးန့ၢ်အီၤသ့ဖဲ အ့ထၢဉ်နဲးလိၤ How to File a Program Discrimination Complaint (တၢ်ကဘဉ်တီဉ်ထိဉ် တၢ်ကအုကစ္ဓါ ဘဉ်ဃးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်ဒ်လဲဉ်), လၢ USDA ဝဲၤဒၢး တဖျၢဉ်လၢ်လၢ်အအိဉ် ခီဖျိ တၢ်ကိးလီတဲစိ 866-632-9992, မ့တမ့ၢ် တၢ်ကွဲးလံာ်ပရၢဆူ USDA အအိဉ်န့ဉ်လီၤ. လံာ်ပရၢအံၤ ကဘဉ်ပဉ်ယှာ် ပှၤတီဉ်ထိဉ်တၢ်ကအုကစ္ဓါတဂၤအမံၤ, အလီၢ်အိဉ်ဆိးထံး, လီတဲစိနီဉ်ဂံၢ်, ဒီးလံာ်တၢ်ကွဲးဖျါဘဉ်ဃး တၢ်ပဉ်ဒ့ဉ်ဟ်ကမဉ် လၢတၢ်ကွၢ်တလီၤအဂီၢ် လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲး ဒ်သိးကဘီးဘဉ်သ့ဉ်ညါ ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် နဲဉ်ရွဲဉ်အပှၤမၤတၢ်စၢၤတၢ်ဖိ (ASCR) ဘဉ်ဃး တၢ်အိဉ်သး ဒီးမုၢ်နံၤမုၢ်သီလၢ တၢ်ဟ်ဒ့ဉ်ဟ်ကမဉ်ဘဉ်ဃး တၢ်လု၊်သ့ဉ်ခါပတာ် ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ကွဲးတၢ်ယာ်အဂီၢ်လီၤ. AD-3027 လံာ်အဒိ လၢတၢ်မၤလၢပှဲၤထိဉ်အီၤ မ့တမ့ၢ် လံာ်ပရၢအံၤ တၢ်ကဘဉ်ဆှၢထိဉ်အီၤဆူ USDA ခီဖျိ -

1. **လံာ်ပရၢ -**

   U.S. Department of Agriculture (ကီၢ်အမဲရကၤတၢ်သူဉ်တၢ်ဖျးဝဲၤကျိၤ)

   Office of the Assistant Secretary for Civil Rights (ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် နဲဉ်ရွဲဉ်အပှၤမၤတၢ်စၢၤတၢ်ဖိဝဲၤဒၢး)

   1400 Independence Avenue, SW

   Washington, D.C. 20250-9410; မ့တမ့ၢ်

2. **ဖဲး -**

   (833) 256-1665 မ့တမ့ၢ် (202) 690-7442; မ့တမ့ၢ်

3. **အံမ့(လ) -**

   Program.Intake@usda.gov

တၢ်ကရၢကရိအံၤ မ့ၢ်တၢ်ကရၢကရိတဖျၢဉ်လၢ ဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် ထဲသိးတုၤသိးန့ဉ်လီၤ.

Channel One Food Shelf

တၢ်ဆဲးလီၤမံၤ အဂ့ၢ်အကျိၤ

နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ -

မံၤ - ______________________________ အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤမုၢ်သီ - ___/___/_____

လီၢ်အိၣ်ဆိးထံး - ______________________________

ဝ့ၢ်, ကီၢ်စဲၣ် လီၢ်ကဝီၤနီၣ်ဂံၢ် (ZIP) - ______________________________

လီတဲစိနီၣ်ဂံၢ် - ______________________________

ယမ့ၢ်ဝဲ -

- ☐ ပိၥ်မုၣ်
- ☐ ပိၥ်ခွါ
- ☐ တမ့ၢ်မုၣ်/ခွါ
- ☐ မုၣ်ခွါပှိၥ်ဆီတလဲသး
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ယကလုာ်ဒူၣ်မ့ၢ်ဝဲ -

- ☐ စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တမ့ၢ် စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ယကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤမ့ၢ်ဝဲ -

- ☐ အမဲရကၤအ့ဒ့ယါ / အမဲရကၤထူလံၤ / အလၤစကၤထူလံၤ
- ☐ အ့ရှါ / ပစံးဖံးကိးဖိ
- ☐ ပှၤသူဖံး / အၤဖြိကၤအမဲရကၤ
- ☐ မ့ဒၢၣ်အံၣ်(စ) / အၤဖြိကၤကလံၤစိး
- ☐ ပှၤဝါဖံး / အဲ(ဂ)လိၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

လၢဟံၣ်နၣ် နအိၣ်ဃှာ်ဒီး မတဂၤလဲၣ်. *(ပှၤလၢအိၣ်ဒီးနၤလၢဟံၣ်, ဟ့ၣ်စၢၤတၢ်ဘူးအလဲတဖၣ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် ဖီအီၣ်ဃှာ်/ဖီန့ၢ်နၤတၢ်အီၣ်)*

မံၤ - ______________________________ အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤမုၢ်သီ - ___/___/_____

အတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးနၤ -

- ☐ မါဝၤ / အိၣ်ဃှာ်
- ☐ ဖိ / လံၤ မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဖိ
- ☐ မိၢ်ပၢ် / ဖံဖု မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဂၤ
- ☐ ပှၤအိၣ်ဃှာ်ဒၢးတဖျၢၣ်ဃီ, တံၤသကိး, ပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤတဂၤ

မုၣ်ခွါ -

- ☐ ပိၥ်မုၣ်
- ☐ ပိၥ်ခွါ
- ☐ တမ့ၢ်မုၣ်/ခွါ
- ☐ မုၣ်ခွါပှိၥ်ဆီတလဲသး
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ -

- ☐ အမဲရကၤအ့ဒ့ယါ / အမဲရကၤထူလံၤ / အလၤစကၤထူလံၤ
- ☐ အ့ရှါ / ပစံးဖံးကိးဖိ
- ☐ ပှၤသူဖံး / အၤဖြိကၤအမဲရကၤ
- ☐ မ့ဒၢၣ်အံၣ်(စ) / အၤဖြိကၤကလံၤစိး
- ☐ ပှၤဝါဖံး / အဲ(ဂ)လိၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ် -

- ☐ စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တမ့ၢ် စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

မံၤ - ______________________________ အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤမုၢ်သီ - ___/___/_____

အတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးနၤ -
- ☐ မါဝၤ / အိၣ်ဃုာ်
- ☐ ဖိ / လံၤ မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဖိ
- ☐ မိၢ်ပၢ် / ဖံဖု မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဂၤ
- ☐ ပှၤအိၣ်ဃုာ်ဒၢးတဖျၢၣ်ဃီ, တံၤသကိး, ပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤတဂၤ

မုၣ်ခွါ -
- ☐ ပိာ်မုၣ်
- ☐ ပိာ်ခွါ
- ☐ တမ့ၢ်မုၣ်/ခွါ
- ☐ မုၣ်ခွါပိုာ်ဆီတလဲသး
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ -
- ☐ အမဲရကၤအ့ဒ့ယါ / အမဲရကၤထူလံၤ / အလၤစကၤထူလံၤ
- ☐ အ့ရှါ / ပစံးဖံးကိးဖိ
- ☐ ပှၤသူဖံး / အၤဖြိကၤအမဲရကၤ
- ☐ မ့ဒၢၣ်အံၣ်(စ) / အၤဖြိကၤကလံၤစိး
- ☐ ပှၤဝါဖံး / အဲ(ဂ)လိၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ် -
- ☐ စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တမ့ၢ် စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

မံၤ - ______________________________ အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤမုၢ်သီ - ___/___/_____

အတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးနၤ -
- ☐ မါဝၤ / အိၣ်ဃုာ်
- ☐ ဖိ / လံၤ မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဖိ
- ☐ မိၢ်ပၢ် / ဖံဖု မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဂၤ
- ☐ ပှၤအိၣ်ဃုာ်ဒၢးတဖျၢၣ်ဃီ, တံၤသကိး, ပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤတဂၤ

မုၣ်ခွါ -
- ☐ ပိာ်မုၣ်
- ☐ ပိာ်ခွါ
- ☐ တမ့ၢ်မုၣ်/ခွါ
- ☐ မုၣ်ခွါပိုာ်ဆီတလဲသး
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ -
- ☐ အမဲရကၤအ့ဒ့ယါ / အမဲရကၤထူလံၤ / အလၤစကၤထူလံၤ
- ☐ အ့ရှါ / ပစံးဖံးကိးဖိ
- ☐ ပှၤသူဖံး / အၤဖြိကၤအမဲရကၤ
- ☐ မ့ဒၢၣ်အံၣ်(စ) / အၤဖြိကၤကလံၤစိး
- ☐ ပှၤဝါဖံး / အဲ(ဂ)လိၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ် -
- ☐ စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တမ့ၢ် စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

မံၤ - ______________________________ အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤမုၢ်သီ - ___/___/_____

အတၢ်ဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒီးနၤ -
- ☐ မါဝၤ / အိၣ်ဃုာ်
- ☐ ဖိ / လံၤ မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဖိ
- ☐ မိၢ်ပၢ် / ဖံဖု မ့တမ့ၢ် ဘူးတံၢ်အဂၤ
- ☐ ပှၤအိၣ်ဃုာ်ဒၢးတဖျၢၣ်ဃီ, တံၤသကိး, ပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤတဂၤ

မုၣ်ခွါ -
- ☐ ပိာ်မုၣ်
- ☐ ပိာ်ခွါ
- ☐ တမ့ၢ်မုၣ်/ခွါ
- ☐ မုၣ်ခွါပိုာ်ဆီတလဲသး
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ -
- ☐ အမဲရကၤအ့ဒ့ယါ / အမဲရကၤထူလံၤ / အလၤစကၤထူလံၤ
- ☐ အ့ရှါ / ပစံးဖံးကိးဖိ
- ☐ ပှၤသူဖံး / အၤဖြိကၤအမဲရကၤ
- ☐ မ့ဒၢၣ်အံၣ်(စ) / အၤဖြိကၤကလံၤစိး
- ☐ ပှၤဝါဖံး / အဲ(ဂ)လိၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ကလုာ်ဒူၣ် -
- ☐ စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တမ့ၢ် စပ့ၣ် / လဲးတံနိၣ် / လဲးတံနၣ်
- ☐ တၢ်စံးဆၢတအိၣ်

ပစးဘျုးဘဉ်နၤလၢ နဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ် ဖဲ Channel One Food Shelf အပူၤ ဖဲလၢပတၢ်ပညိဉ်နဲ့ၣ် မ့ၢ်ဝဲ တၢ်ကမၤဂ့ၤထီဉ် တၢ်ဒိးန့ၢ်တၢ်အီဉ်တၢ်အီနဲ့ၣ်လီၤ. ပသးအိဉ်စံးဘျုးဆၢက့ၤ လၢပအိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢ ကဆီဉ်ထွဲမၤစၢၤဘဉ် နဟံဉ်ဖိဃီဖိ ဖဲ food shelf အံၤ အတၢ်မၤအါဒိဉ်နိၢ်မးအခါနဲ့ၣ်လီၤ. ပဒိကနဉ် ပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိ အတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်ထံဉ် ဒီးဆီတလဲ တၢ်ဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ် အတၢ်နဲဉ်ကျဲတနီၤ လၢကကဲထီဉ်တၢ်မၤစၢၤအဂီၢ်လီၤ.

ပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဖဉ် ဟဲဆှဉ်ကွၢ်တၢ် တနွံတဘျီသ့ဝဲလီၤ. နမ့ၢ်ဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်လၢ ဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂၤတဖဉ်အဂီၢ်နဲ့ၣ်, ဝံသးစူၤ ပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်လၢ နနိၢ်စၢ်အဂီၢ် ဒီးပှၤလၢနဟံးန့ၢ်မူဒါလၢအဂီၢ် တနံၤဃီတက့ၢ်. နမ့ၢ်ဆှၢဃီၤ ပှၤတဂၤဂၤ လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ် လၢနဂီၢ်နဲ့ၣ်, ဝံသးစူၤ ဒုးသ့ဉ်ညါအဝဲသ့ဉ်တက့ၢ်.

ဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ် ဆှၢဃီၤပှၤတဂၤသ့ဝဲ လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖဲ Food Shelf အဂီၢ်လီၤ. နဖိသ့ဉ်တဖဉ်အံၤ တၢ်တူၢ်လိာ်အီၤလၢ ကဟဲဃုာ်ဒီး အပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖဉ်, ဒီးပှၤဒိဉ်တုာ်လၢ အလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤ လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်တဖဉ်အံၤ တၢ်တတူၢ်လိာ်အီၤလၢ ကဟဲဃုာ်ဒီး အသကိးတဂၤနဲ့ၣ်လီၤ.

ဟံဉ်ဖိဃီဖိ တဒူဉ်စုာ်စုာ်အံၤ ပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်တၢ်အီလၢလ့ဉ်ဖိတခိဉ် ဖဲအဟဲဟံးန့ၢ်အီဉ်တၢ်အီဉ်တဘျီဂီၢ်အကတီၢ်, ပဉ်ဃုာ်ဒီး တၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်ဟ်တၢ်အီဉ်လၢ တၢ်ဟ်တၢ်အီဉ်အလီၢ်တဘျီနဲ့ၣ်လီၤ. ပနာ်ပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဖဉ် လၢပှ့ၤန့ၢ်တၢ်လၢ အဝဲသ့ဉ်စူးကါအီၤသ့ ဖဲအဝဲသ့ဉ်ပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်အခါနဲ့ၣ်လီၤ. ပအိဉ်စ့ၢ်ကီးဒီးပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဖဉ်အါဂၤ လၢတနံၤစုာ်စုာ် လၢအအိဉ်ခိးတၢ်လၢ တၢ်ကဟ်သိလ့ဉ်, ဒိးန့ၢ်တၢ်ပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်လ့ဉ်ဖိ ဒီးပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်နဲ့ၣ်လီၤ. ပဃ့ဉ်လၢ နကအိဉ်ဒီး တၢ်သူဉ်ဂ့ၤသးဝါ ဒီးဆိကမိဉ်န့ၢ်တၢ် လၢပှၤဂၤတဖဉ်အဂီၢ်လီၤ.

Food Shelf အံၤမ့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢ တူၢ်လိာ်မုာ် ဒီးဃူးဃီဉ်ဟ်ကဲ ပှၤခဲလၢာ် အသူးသ့ဉ်လၤကပီၤ ဖဲလၢပှၤမုာ်သးမၤကလီတၢ်ဖိတဖဉ် ဒီးပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဖဉ် တူၢ်ဘဉ်လၢ အပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘဉ်ဃိဉ်နဲ့ၣ်လီၤ.

ဖဲပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဂ့ၤ မ့ၢ်လဲၤတလၢကွံာ်လိာ်သး, ဟံးန့ၢ်တၢ်အီဉ်လၢ ပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိအဂၤတဂၤ အလ့ဉ်ဖိလီၤ, မ့တမ့ၢ် တဟ့ဉ်တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲလၢ ပှၤမၤတၢ်ဖိ ဒီးပှၤမုာ်သးမၤကလီတၢ်ဖိတဖဉ် ကထၢနုာ်ပှ့ၤထီဉ်က့ၤတၢ်အီဉ်တဖဉ်အခါနဲ့ၣ်, တၢ်အံၤဒုးကဲထီဉ် တၢ်တူၢ်ဘဉ်လၢ တပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘဉ်ဃိဉ်ဘဉ်နဲ့ၣ်လီၤ. **ပှၤဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်ဖိတဖဉ် မ့ၢ်ဒုးတူၢ်ဘဉ်ပှၤအဂၤလၢ တပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘဉ်ဃိဉ်အခါနဲ့ၣ်, ပကမၢအအိဉ်ခိးပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်လၢ တၢ်အိဉ်ခိးပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ်အတၢ်ဟ်ပနီဉ်အလီၢ်,** မ့တမ့ၢ် ပကမၢအဆှၢဃီၤပှၤအဂၤတဂၤ ဒ်အဝဲသ့ဉ်အပှ့ၤခၢဉ်စး လၢကဟဲပှ့ၤန့ၢ်တၢ်အီဉ် လၢအဝဲသ့ဉ်အဂီၢ်လီၤ.

နမ့ၢ်အိဉ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တဖဉ် မ့တမ့ၢ် မၤသီထီဉ် နပှၤဟံဉ်ဖိအဂ့ၢ်အကျိၤ (ဟံဉ်ဖိဃီဖိနီဉ်ဂံၢ်, ပှၤခၢဉ်စး, လီၢ်အိဉ်ဆိးထံး, လီတဲစိနီဉ်ဂံၢ်) ဖဲ Channel One နဲ့ၣ်, ဝံသးစူၤကိး 507-424-1707 တက့ၢ်. ဝံသးစူၤဟ်တ့ၢ်တၢ်ကလုာ်လၢ နမံၤနသဉ် ဒီးနလီတဲစိနီဉ်ဂံၢ်အဂီၢ် ဒီးပကက့ၤကိးကဒါက့ၤနၤလီၤ. နဆှၢအံမ့(လ)ဆူပအိဉ်ဖဲ foodshelf@channel-one.orgသ့စ့ၢ်ကီးလီၤ.

တၢ်ဘျုး—Channel One Food Shelf

131 35th Street SE, Rochester 55904
507-424-1707
foodshelf@channel-one.org
helpingfeedpeople.org/food-shelf

Channel One Regional Food Bank

DEPARTMENT OF HEALTH

Channel One Food Shelf အပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိ အတၢ်ဟ်ဖျါထီၣ် တၢ်သူၣ်တမံသးတမုာ်သနူ

ပတၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှ့ၤတဖၣ် -

- ပှၤလၢအလဲၤခီဖျိဘၣ် တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလၢတၢ်အီၣ်အဂီၢ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်ပတၢ်သးစၢၢ်ဆၢအခိၣ်သ့ၣ်လၢ လၢတၢ်လၢပမၤအီၤခဲလၢာ်အဂီၢ်လီၤ.
- ပဒုးအိၣ်ထီၣ် လုၢ်လၢ်လၢအဒုးပၣ်ဃှာ်ပှၤကီးဂၤ လၢအတူၢ်လိာ်မုာ် ဒီးယူးယီၣ်ဟ်ကဲ တၢ်လီၢ်တိၢ်လီၤဆီလၢပှၤလၢပမၤစၢၤအီၤ, ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဒီးပှၤမုာ်သးမၤကလီတဖၣ်အကျါ ဒီးဟ့ၣ်လၤဟ့ၣ်ကပီၤ ပှၤတဂၤစုာ်စုာ် အဂံၣ်ခီၣ်ထံး အလုၢ်အပှ့ၤ ဒီးအသူးသ့ၣ်လၤကပီၤန့ၣ်လီၤ.
- ပသူၣ်ထီၣ် ဒီးမၤဂ့ၤထီၣ် တၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီဆူညါ ဒီးတၢ်သ့ဒုးအိၣ်တၢ်အသီ အလုၢ်အလၢ်န့ၣ်လီၤ.

Channel One Food Shelf ဟ့ၣ်လီၤအသးလၢ ကပၢၤဃာ် ခိၣ်ဃၢၤလီၢ်ကဝီၤလၢ အပူၤဖျဲးဒီး တၢ်ကွၢ်တလီၤအသကဲာ်ပဝး ဒီးဟ့ၣ်လီၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် ထဲသိးတုၤသိး ဒ်သိးကဟ့ၣ်မၤစၢၤ တၢ်အီၣ်တၢ်အီတဖၣ် ဆူဟံၣ်ဖိဃီဖိလဲလၢာ် လၢအတကွၢ်မဲာ် ကလုာ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ, တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, က့ကွဲၣ်, ထံကီၢ်လၢအဟဲလီၤစၢၤ, မုၣ်ခွါ, တၢ်ဆီဟံၣ်ဆီဃီတၢ်အိၣ်သး, ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်အိၣ်သး, သးနံၣ်, တၢ်ဘၣ်သူၣ်ဘၣ်သးမုၣ်ခွါ, မုၣ်ခွါတၢ်ဟ်ပနီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကၣ်က့ၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်ကၣ်က့ၤတၢ် လၢအပူၤကွံာ် ထံဖိကီၢ်ဖိတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အဖီခိၣ်ဘၣ်.

ပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိတဖၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ ကဆိုးထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်နာ်ဝဲလၢ တၢ်ရ့လိာ်မၤတၢ်ဒီးအီၤ လၢအတထဲသိးတုၤသိး, တအိၣ်ဒီးဂ့ၢ်ဝီ, မ့တမ့ၢ် လၢတၢ်တိာ်သူၣ်ဟ်သးလၢ အဒုးကဲထီၣ် တၢ်ကွၢ်တလီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤတံာ်တာ်အခါန့ၣ်လီၤ. ပှၤမၤတၢ်ဖိ ဒီးပှၤမုာ်သးမၤကလီခဲလၢာ်အံၤ တၢ်မုၢ်လၢ်ဟ်အီၤလၢ ကရ့လိာ်မၤတၢ်ဒီး ပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိတဖၣ် လၢတၢ်ယူးယီၣ်ဟ်ကဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကအုကစွါတဖၣ်အံၤ ဘၣ်တၢ်မၤအီသ့ ခီဖျိ ပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိ, အဟံၣ်ဖိဃီဖိအဂၤတဂၤ မ့တမ့ၢ် ခီဖျိ အပှၤခၢၣ်စး မ့တမ့ၢ် အပှ့ၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ကီအါတက့ၢ်န့ၣ် တၢ်ဘျါဆုဲအီၤဖဲ Channel One ခီဖျိတၢ်ကတိၤသကိးတၢ်ဒီး ပပှၤမၤတၢ်ဖိ လၢအဟ်လုၢ်ဟ်ပှ့ၤ ပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိ အတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ထံၣ်, ဒီးလၢအသးအိၣ်ဒိကနၣ် တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် ဒီးဟ့ၣ်လီၤတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤမ့ၢ်တဘျါဆုဲ တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်န့ၣ်, တၢ်ကအုကစွါအံၤ တၢ်ဆှၢဃီၤအီၤအံၤမ့(လ)သ့ဝဲ ဆူ Food Shelf အပှၤမၤတၢ်ဖိအအိၣ် လၢ foodshelf@channel-one.org မ့တမ့ၢ် ခီဖျိ တၢ်ကိးလီတဲစိဆူ Food Shelf လၢ 507-424-1707 သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ဘၣ်သးဒိးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်က့ၤစံးဆၢနၤန့ၣ်, ဝံသးစူၤဟ်တ့ၢ် နမံၤ ဒီးနလီတဲစိနီၣ်ဂံၢ် မ့တမ့ၢ် အကျိၤအကျဲအဂၤ လၢကဆဲးကျိးနၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

တၢ်အံၤမ့ၢ်ဖျါလၢ အတကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်ဘၣ်န့ၣ်, တၢ်ကအုကစွါအံၤ တၢ်ကြၢးဟ်ဖျါထီၣ်အီၤဆူ Shawn Barnett လၢအမ့ၢ် Channel One ပှၤတဝၢတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ တၢ်မူဒါခိၣ် အအိၣ် ဖဲ shawnbarnett@channel-one.org မ့တမ့ၢ် 507-424-1728 န့ၣ်လီၤ.

ပှၤဟဲပှ့ၤနၤ့တၢ်အီၣ်ဖိတဖၣ် ဒီးပှၤတဝၢဖိတဖၣ်အံၤ တဲဖျါထီၣ် အတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ပတံသကွံာ်ကညး တၢ်ဆၢတဲာ်တခါလၢ်လၢ် လၢအဘၣ်တၢ်မၤအီၤ ခီဖျိ Channel One ပှၤမၤတၢ်ဖိ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဘၣ်ယိၣ် ဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ တၢ်ကြၢးဆှၢထီၣ်အီၤ ဒီးအိၣ်ခိး တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ဒီးခၢၣ်စးကတၢၢ်တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ အပှၤနဲၣ်တၢ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် ပှၤနဲၣ်တၢ်အခိၣ် အတၢ်ဆိကမိၣ်န့ၢ်တၢ်အဂီၢ်လီၤ.
တၢ်ပတံသကွံာ်ကညးတဖၣ်အံၤ တၢ်ကဘၣ်စံၣ်ညီၣ်ဒိကနၣ်အီၤ ခီဖျိ Channel One ပှၤနဲၣ်တၢ်တၢ်တဖၣ်ကရူၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤနဲၣ်တၢ် ကမံးတံာ်မိၢ်ပှၢ် ဖဲပှၤနဲၣ်တၢ်အခိၣ် အတၢ်ဆၢတဲာ်ဟံးန့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီအပူၤန့ၣ်လီၤ.
တၢ်ပတံသကွံာ်ကညးတဖၣ်အံၤ တၢ်ဆှၢထီၣ်အီၤစ့ၢ်ကီးအီၤသ့ဝဲ ဆူ မဲနံၣ်စိထၣ် ပှၤဟီၣ်ခိၣ်ဖိတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤဝဲၤကျိၤ (Minnesota Department of Human Services), မုၢ်ကျိၤဝဲၤကွာ် တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဝဲၤဒၢး (Office of Economic Opportunity) - MNTEFAP.DHS@state.mn.us မ့တမ့ၢ် ဃှာ်ဒီး MN တၢ်အီၣ်တၢ်အီ တၢ်မၤစၢၤလီကျိၤ ဖဲ 888-711-1151.