

# တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်ဒီးမူဒါတဖၣ်

တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤ 06/01/20

ပသုၣ်ပိၢ်သးဝးလၢထံၣ်ဘၣ်န့ၣ် WIC လၢတနံၤအံၤ ဒီးသးခုလၢမၤစၢၤဘၣ်န့ၣ်အယီၤလီၤ

## ယအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢ-

- ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်န့ၣ်ဘျး လၢကပူၤဘၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအဂီၢ် ယသ့ၣ်ညါလၢ WIC တအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ခဲလၢယလိၣ်ဘၣ်အီၤဘၣ်လီၤ
- ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်န့ၣ် တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်ဒီးအိၣ်မူဘၣ်ဖုံဖုံညီၣ်
- ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ဖိဆံးန့ၣ်ထံအဂီၢ်
- ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်န့ၣ် တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါတၢ်ဆါဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤအဂၤလၢအကဲဘျးလၢယဂီၢ်
- တၢ်ဟံးစုကွၢ်မၢ်တၢ်လၢတၢ်ထဲသိးတုၤသိးဒီးတၢ်ဟံးကဲ ခိဖျိ WIC ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ ဒီးပနံၤရိကျးပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ယမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဟံးစုကွၢ်မၢ်တၢ်လၢတၢ်ထဲသိးတုၤသိးအပူၤ ယတဲဘၣ်တၢ်ဆူ WIC ပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤတၢ်မူဒါခိၣ်သ့န့ၣ်လီၤ ယမ့ၢ်တတူၢ်လိာ်တၢ်ဆၢတံၢ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ်ကြးတၢ်ဘၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ် ယသ့ WIC ပုၤန့ၣ်တၢ် မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲၣ် WIC ဝဲၤလီၢ် လၢကကိးတၢ်အိၣ်ဖျိ မ့တမ့ၢ် တၢ်စံၣ်ညီၣ်ဒိကန့ၣ် သ့န့ၣ်လီၤ
- တၢ်ကဟုကယၢ်ကမျါတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ် WIC တၢ်တိာ်ကျဲၤ ဂံၢ်ခိၣ်ထံးခွဲးယၢ်တဖၣ် အိၣ်တမံၤယီၤလၢပုၤကိးဂၤဒီးဂီၢ် လၢတဘၣ်ထွဲဒီး ကလုာ် ဖဲးဘၣ်လွဲၢ် ကလုာ်ဂံၢ်ထံး မုၣ်ခွါ သးန့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်နီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤ န့ၣ်လီၤ
- နီၢ်ကစၢ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ ကွၢ်ဘၣ် WIC အနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢကျဲၤသန့ သ့လၢကွီၢ်ဒိအံၤလီၢ်ခံကဘျးလီၤ

## ယမူဒါ-

ယတူၢ်လိာ်လၢကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအမ့ၢ်အတီၤဒီးအလၢပုၤဘၣ်န့ၣ်-

- ယကျိၣ်စုတၢ်ဟဲန့ၣ် ယကတဲဘၣ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဘၣ်န့ၣ်ယကျိၣ်စုတၢ်ဟဲန့ၣ်အလီၢ်တဖၣ်လၢယဒုၣ်ဖိထၢဖိန့ၣ်လီၤ ယကတီၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဆိတလဲထီၣ်ရီၤတမံၤလီၤ
- ယတၢ်န့ၣ်လီၤပုၤဘၣ်လၢ Medicaid, Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) (တၢ်တိာ်ကျဲၤမၤလၢပုၤထီၣ်စၢၤတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါ) မ့တမ့ၢ် Family Employment Program (TANF) (ဟံၣ်ဖိဖိတၢ်န့ၣ်ဖဲးန့ၣ်မၤတၢ်တိာ်ကျဲၤ) န့ၣ်လီၤ ယမ့ၢ်ဟးထီၣ်ကွၢ်တၢ်ပုၤဘၣ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်တိာ်ကျဲၤတမံၤ လၢယခွဲးအိၣ်လၢ WIC အဂီၢ်န့ၣ် ယကဒုးသ့ၣ်ညါ WIC န့ၣ်လီၤ

- ယတင်ဒူးအီဖိဆံးနုထံ အတင်အိန်သး ယမုာ်မၤစ့ၤလီၤ မ့တမ့ာ် ပတုာ်ဒူးအီဖိဆံးနုထံန့ၣ် ယကဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ WIC န့ၣ်လီၤ။
- ယတင်အိန်ဒီးဟူးသးအတင်အိန်သး
- ယလီၤအိန်ဆိးထံး ယကတီၣ်ဖျါထီၣ် တၢ်ဆိတလဲလီၤအိန်ဆိးထံး မ့တမ့ာ် တၢ်ဆဲးကျါဆဲးကျါးအဂ့ၢ် န့ၣ်လီၤ။  
ယမုာ်သူးလီၤသူးကျဲဆူ ကီၢ်စဲၣ်အဂၤ ဒ်သိးကမၤန့ၢ်ဘၣ်ညါထီၣ် WIC လၢကီၢ်စဲၣ်အဂၤအသီတဘျီအဂီၢ်န့ၣ် ယဃု တၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျါအလံာ်အုၣ်သး (VOC) သ့န့ၣ်လီၤ။

ယတုာ်လီၤတၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢလံာ်တဖၣ်အံၤလီၤ။ ယက-

- ဟံးစုကွၢ်မံာ်တၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒါးပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဒီးပနံၣ်ရိကျးပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် လၢတၢ်ဟံၣ်ကဲန့ၣ်လီၤ။ ယတဆိၣ် ကိးပညူ မၤပျံၤမၤဖူး မ့တမ့ာ် မၤဆါပုၤဂၤဘၣ်လီၤ။
- စူးကါယ WIC တၢ်အိန်တၢ်အီလၢဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲအဂီၢ်လီၤ။
- ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အိန်တၢ်အီအါတလၢတဖၣ် လၢယစူးကါအီၤတသ့ ဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒါးန့ၣ်လီၤ။
- လုၤတက့ၤတကိးဆါ ဟ့ၣ်လီၤကွံာ် မ့တမ့ာ် မၤတၢ်ဆါတၢ်ပုၤယ WIC တၢ်အိန်တၢ်အီတဖၣ်  
ဖိသ့ၣ်အိန်ဖျဲၣ်သီးတၢ်အိန်တၢ်အီ မ့တမ့ာ် eWIC ခးဘၣ်လီၤ။ တၢ်အံၤပုၤဃုာ်ဒီးတၢ်တီၣ်ထီၣ်လၢဟံၣ်ယဲၤ မ့တမ့ာ်  
ဆုၤက့ၤအီဆူပနံၣ်ရိကျးလီၤ။ တၢ်အိန်တၢ်အီ မ့တမ့ာ် တၢ်န့ၢ်ထံကမူၣ်ထီရီၤတမံၤ လၢယကိးဆါအီၤ မ့တမ့ာ်  
ဟ့ၣ်ကွံာ်ပုၤ လၢမ့ၢ်တၢ်တမံၤဃီဒီး WIC တၢ်အိန်တၢ်အီ မ့တမ့ာ် တၢ်န့ၢ်ထံကမူၣ်လၢ ယဒီးန့ၢ်ဘၣ်အီၤ  
ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်တယာ်အီၤလၢအမ့ၢ် WIC တၢ်အိန်တၢ်အီလီၤ။ တၢ်ကမၤယဟ့ၣ်ဘၣ်က့ၤတၢ်တီၣ်ကျဲၤတၢ်အိန်တၢ်အီ  
မ့တမ့ာ် တၢ်န့ၢ်ထံကမူၣ်အဘူးလဲန့ၣ်လီၤ။
- ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျးထဲ WIC တၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒါးတဖျါလၢတဘျီဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။  
ယန့ၢ်ပၢၢ်လၢတၢ်န့ၢ်လီၤပုၤမၤသကိးတၢ်ကတြဲၤခံမံၤခံကပၤ တဖိးသဲစး လီၤ။
- လဲၤဟီၣ်ထွဲယတၢ်သ့ၣ်ဆၢကတီၢ် မ့တမ့ာ် ကိးလီၤတဲစိဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒါး  
ဒ်သိးကရဲၣ်လီၤတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢအသီန့ၣ်လီၤ။ ယန့ၢ်ပၢၢ်လၢ ယမ့ၢ်တဟံးန့ၢ်တၢ်န့ၢ်ဘျးလၢခံလါကတီၢ်န့ၣ်  
တၢ်ထူးထီၣ်ကွံာ်ယၤလၢတၢ်တီၣ်ကျဲၤသ့န့ၣ်လီၤ။
- လဲၤဟီၣ်ယ eWIC ဒီးယၤ ဖဲယလဲၤဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒါး ဒ်သိးယတၢ်န့ၢ်ဘျးကန့ၢ်လီၤဆူခးပူၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။
- ကဟုကယာ်ယ eWIC ခးဒ်ကဒွဲစ့ခးအသိး ဒ်သိးသုတလီၤမၤ ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကွံာ် ဟးဂီၤ မ့တမ့ာ်  
ဘၣ်တၢ်မၤဟးဂီၤန့ၣ်လီၤ။
- တဲဘၣ် WIC ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတၢ်ဂ့ၢ်လၢလၢပုၤပုၤ ဖဲယ eWIC ခးမ့ၢ်လီၤမၤကွံာ် မ့တမ့ာ် ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကွံာ် န့ၣ်လီၤ။  
ယန့ၢ်ပၢၢ်လၢဘၣ်အိန်ခိးတၢ်သၢသီလၢဒီးန့ၢ်ဘၣ်က့ၤခးလၢအသီတဘျီအဂီၢ်လီၤ။  
ယတကုာ်စူးကါခးတဘျီလၢယတီၣ်ဖျါထီၣ်လၢ လီၤမၤကွံာ်န့ၣ်လီၤ။

- ယဟ်ဖျါယခး မ့တမ့ာ် PIN နီၣ်ဂံၢ်ဒီးပုၤထီၣ်တၢ်တၢ်ထဲဒၣ်ပုၤတဖၣ်အိၣ်လၢ တၢ်ဟ့ၣ်အခွဲးလၢတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢးခါ န့ၣ်လီၤ.
- လူၤပိာ်မၤထွဲတၢ်သိၣ်တၢ်သီဒီးတၢ်န့ၣ်လီၤတဖၣ်လၢ Utah WIC Authorized Foods (ယုာ်ထီၣ် WIC တၢ်ဟ့ၣ်ခွဲးတၢ်အိၣ်တၢ်အီၣ်ဂ့ၢ်ဝီ) လံာ်ဖိဟ့ၣ်တၢ်ကစီၢ်န့ၣ်လီၤ.

**တၢ်အၢၣ်လီၤအီၣ်လီၤ-**

ယဖး မ့တမ့ာ် တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဘၣ်ယၤ ယတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒီးမူဒါ (တၢ်ကွဲးအဂ့ၢ်အိၣ်လၢတၢ်မံၤညါ) န့ၣ်လီၤ. ယမ့ာ်တလူၤပိာ်မၤထွဲတၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်အံၤ ယန့ၢ်ပၢၤလၢ တၢ်ကမၤ ယဟ့ၣ်က့ၤ WIC တၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ်လၢယဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီးန့ၢ်ဘၣ်အီၤ အဘူးလဲန့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢၤစ့ၢ်ကီးလၢ ယတဒီးန့ၢ်ဘၣ်ခါဆူညါတၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ် ဒီးဘၣ်ဟးထီၣ်ကွံာ်လၢ WIC တၢ်တိာ်ကျဲၤသ့န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အၢၣ်သးအံၤ ဘၣ်တၢ်မၤလၢပုၤအီၤဃုာ်ဒီးတၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ် ကီၢ်စၢ်ဖိာ်အတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအန့ၣ်လီၤ. ယအၢၣ်သးလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢယဟ့ၣ်ဘၣ်အီၤ မ့ာ်တၢ်မ့ာ်တၢ်တီဒီးလၢယတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၤအဂ့ၢ်ကတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်တိာ်ကျဲၤအပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ ကဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ ယဟ့ၣ်ထီၣ်ဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢးန့ၣ်လီၤ. ယသ့ၣ်ညါလၢ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတမ့ာ်တတီၤထီၣ်တမံၤလၢယဟ့ၣ်ဘၣ်အီၤ ဒ်သိးကဒီးန့ၢ်ဘၣ် WIC တၢ်အိၣ်တၢ်အီၣ်အတၢ်န့ၢ်ဘျးအဂီၢ် ပုၣ်ဃုာ်ဒီးဘၣ်ဆၣ်တမ့ာ်ထဲဒၣ် တၢ်မၤကဘျးကဘျၣ်အီၤ မ့တမ့ာ် မၤကဘျးကဘျၣ်လံာ်တီလံာ်မီ မ့တမ့ာ် တၢ်ဒုးန့ၢ်ပၢၤကမၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ မ့တမ့ာ် ဟ်ခူသ့ၣ် မ့တမ့ာ် ဟ်ဘၢတၢ်မ့ာ်တၢ်တီန့ၣ် ယဘၣ်ဟ့ၣ်ကဒါက့ၤ ကီၢ်စဲၣ်ကရၢ တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤ လၢယဒီးန့ၢ်ဘၣ်အီၤ အဘူးလဲလၢလၢပုၤပုၤ ဒီးယကလီၤဘၣ်တၢ်ကမၢ်လၢကမျၢၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီ မ့တမ့ာ် တၢ်မၤကမၢ်ကွီၢ်မ့ၣ်သဲး ဒ်လၢကီၢ်စဲၣ်ဒီးကီၢ်စၢ်ဖိာ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီပူၤ သ့န့ၣ်လီၤ.

ယန့ၢ်ပၢၤလၢ မိာ်ပၢၤ/ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ် မ့တမ့ာ် ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်အဂ့ၢ်ဂၤ လၢယဟ်ဖျါထီၣ် အမံၤဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢး ဘၣ်လဲၤထီၣ်ဟ်ဖျါသး လၢတၢ်အၢၣ်သးအလီၢ်န့ၣ်လီၤ. ယမ့ာ်အိၣ်ဒီးခၢၣ်စးလၢဟ့ၣ်လီၤဟ်ခွဲးတဂၤ (ပုၤလဲၤပုၤတၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ခွဲး) အဝဲသ့ၣ်ဟံးန့ၢ်ယ WIC တၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ် ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢး ဒီးယတၢ်န့ၢ်ဘျးလၢပနံၣ်ရိကျး လၢယဂီၢ်သ့န့ၣ်လီၤ. အလီၢ်မ့ာ်အိၣ် ယပုၤခၢၣ်စး လဲၤဆၢဘၣ်ယဖိ/ဖိတဖၣ် ဆူတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢး ဖဲမ့ာ်တၢ်လူၤပိာ်ကွၢ်ထွဲ လၢတၢ်ထီၣ်ကွၢ်အတၢ်ထီတၢ်ဒီးဃၢ ဒီး/မ့တမ့ာ် တၢ်မၤကွၢ် သ့ၣ်လၢထးစီအဂီၢ် သ့န့ၣ်လီၤ. ယန့ၢ်ပၢၤလၢယဘၣ်ဟံးမူဒါလၢယပုၤခၢၣ်စးအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ. မ့ာ်ယမူဒါလၢကမၤယပုၤခၢၣ်စး ဟ်ဖျါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ မ့တမ့ာ် တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ ထီၣ်တမံၤ ဟဲခိဖျိလၢတၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒၢးအပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ န့ၣ်လီၤ.

