

မှိမိပိကွၢ်ထွဲလၢဒိၣ်ထီၣ်မ့တမ့ၢ်ဘူးတိၢ်လၢအဟ့ၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်
ဖိသၣ်တဂၢလၢအသးအိၣ် ၅ နံၣ်ဆူအဖိလၢ်ဒါ.

ဆဲးလီၤမံၤလၢ WIC အဂီၢ်တက့ၢ်.



- ပဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်သူတၢ်သၣ်, တၢ်ဒီးတၢ်လၢ်, တၢ်န့ၢ်ထံဒီးအဂၢၤဆူညါတဖၣ်လီၤ
- ပဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တီၤဒၢးတၢ်မၤလိဒီးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတၢ်တၢ်ပိၣ် ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတဖၣ်လီၤ
- ပဘျးဝဲန့ၢ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖိတၢ်မၤလၢန့ၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤန့ၢ်လီၤ



မှိယသုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ကသ့ၤလၢကျဲၣ်လဲၣ်.

ကိးဘၣ် 211 ဒီးသံကွၢ်ဘၣ်ဖး WIC မ့တမ့ၢ်လဲၤအိၣ်သကိးဘၣ် healthoregon.org/wic တက့ၢ်.

တၢ်ကရၢကရိတခါအံၤမ့ၢ်ပုၤလၢအဟ့ၣ်ခွဲးယၢ်တုၤသိးထံသိးန့ၢ်လီၤ.

ဒူးဒိပ်ထိပ်ခါဆူညါလၢအဆူအချ့တဖၣ်တက့ၢ်

ပသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်လၢနမၤတၢ်အါမးလီၤ-လၢတၢ်အံၤအဆိပအိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲအံၤလၢတၢ်ကမၤစၢၤတၢ်အဂီၢ်လီၤ.

WIC မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

ပိၣ်မ့ၢ်,ဖိသ့ၣ်ဆိးဒီးဖိသ့ၣ်တဖၣ် (WIC) အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအမၤစၢၤဆိၣ်ထွဲတၢ်ဒိပ်ထိပ်လၢအပူၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢဖိသ့ၣ်ဆိးတဖၣ်ဒီးဖိသ့ၣ်လၢအသးန့ၣ်ထီၣ်ဘး ၅ န့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. နမၤန့ၢ်အိၣ်လဲၣ်ထီၣ်န့ၢ်တၢ်န့ၢ်ဘျးန့ၢ်ဖိၣ် (EBT) အကးတဘျီလၢတၢ်ကပူၤတၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအပူၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးဖဲတၢ်လိၣ်ဘၣ်မ့ၢ်အိၣ်, ပကဆူၤယီၤန့ၢ်ဆူၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်ဒီးပုၤတၢ်အတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢအဂၤတဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအပူၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကယၢ်တဖၣ်ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဒီးတၢ်န့ၣ်ကျဲၤမၤစၢၤန့ၢ်လၢတၢ်ကမၤလီၤန့ၢ်ဟံၣ်ဖိသ့ၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢညါန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်ယဖိတဂၤလၢယကွၢ်ထွဲအိၣ်တဂၤအံၤမ့ၢ်အကြးဘၣ်ဝဲဒၣ်န့ၢ်မ့ၢ်ယကသ့ၣ်ညါယဲဒ်လဲၣ်.

- နကဘျီ- 1. အိၣ်ဆိးလၢ Oregon
- 2. အသးအိၣ် ၅ န့ၣ်ဆူအဖိလၢ
- 3. ဖိသ့ၣ်တဂၤလၢတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဒိပ်ထိပ်တဂၤအဂီၢ်- တၢ်ကဘျီဆိကမိၣ်အိၣ်ဒ်အမ့ၢ်ပဒိၣ်အမ့ၢ်ဒါလၢအဖိးသဲးန့ၣ်လီၤ
လၢလံၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ဘျးတၢ်အဖိတဂၤအဂီၢ်- အိၣ်ဆိးလၢဟံၣ်ဖိသ့ၣ်တဒ့ၣ်လၢအစ့တၢ်ဟဲန့ၣ်တုၤထီၣ်ထီၣ်ဘး

မ့ၢ်ယဆဲးလီၤမံၤကသ့ၣ်လဲၣ်.

ကိးဘၣ်နလီၢ်ကဝီၤ WIC အကရၢလၢတၢ်ကရဲၣ်ကျဲၤဟံးန့ၢ်တၢ်သ့ၣ်န့ၢ်ဖးသီတခါအဂီၢ်တက့ၢ်. နကွၢ်ယုၤနီၢ်ဂံၢ်တခါအံၤသ့ၣ်ခီဖျိ-တၢ်လဲၤဆူ www.healthoregon.org/wic; ခီဖျိတၢ်ကိးဝဲဒၣ် 211; မ့ၢ်တမ့ၢ်ဆူၤလီၢ်တၢ်ကစီၣ် “health” ဆူ 898211 န့ၣ်လီၤ.

ယတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်အိၣ်ထံးတဘျီအဂီၢ်ဘၣ်မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်.

- နကလိၣ်ဟံးစိး-
 - လိၢ်လဲၢ်တခါလၢအဒူးန့ၣ်နဖိအကွၢ်ပနီၣ်အတၢ်အုၣ်သး(အဒိဒ်သိးOHP ID အကး, ပုၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘါအနီၢ်ဂံၢ်, တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဖျိအလံာ်အုၣ်သး)-
 - လိၢ်လဲၢ်တခါလၢအဒူးန့ၣ်နဖိအကတီၢ်အံၤအတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအလီၢ်အကျဲဒီး
 - ဖိသ့ၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဒိပ်ထိပ်တဂၤအဂီၢ် လိၢ်လဲၢ်တခါလၢအဒူးန့ၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဒိပ်ထိပ်တၢ်အတၢ်အိၣ်သးဟံးပနီၣ်(တၢ်ဟံးလီၤဖိသ့ၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဒိပ်ထိပ်အဂီၢ်အလံာ်ပရၢ),
-မ့ၢ်တမ့ၢ်-
 - လံၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ဘျးတၢ်အဖိတဂၤအဂီၢ် လိၢ်လဲၢ်တခါလၢအဒူးန့ၣ်စ့တၢ်ဟဲန့ၣ်အတၢ်ကြးဘၣ်တုၤထီၣ်ထီၣ်ဘး(အဒိဒ်သိးတၢ်ဒီးန့ၢ် SNAP အလံာ်ပရၢ)
- ဖဲနမ့ၢ်တသ့ၣ်ညါလီၤတၢ်လၢတၢ်မနုၤတခါန့ၣ်တၢ်ဟံးကဲအိၣ်ဒ်တၢ်အုၣ်သးလဲၣ်န့ၣ်,ကိးဘၣ်နလီၢ်ကဝီၤ WIC အကရၢတက့ၢ်.

တၢ်အိၣ်လၢယမၤန့ၢ်အံၤသ့ၣ်ဘျးဒီး WIC မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

WIC အတၢ်အိၣ်တၢ်အီၤတဖၣ်ဟံးဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်,တၢ်ဒီးတၢ်လဲၣ်, တၢ်ချဲတၢ်သ့ၣ်ဒီတဖျါ,တၢ်န့ၢ်ထံ,တၢ်အိၣ်တဖၣ်, တၢ်န့ၢ်ထံဆိၣ်, တၢ်န့ၢ်ထံလီၤသကၤ,ဖိသ့ၣ်တၢ်အိၣ်,ဖိသ့ၣ်တၢ်န့ၢ်ထံကမ့ၢ်,ပထိးတဖၣ်ဒီးသဘ့ဟီၣ်လၢအသိန့ၣ်လီၤ. ဟံၣ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်တဘျီကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအတၢ်ဒ်သိးလိၢ်အသးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်လိၣ်ဘၣ်လီၤဆိတဖၣ်(အဒိ ထီၣ်နီၢ်ကိၢ်လိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ထီၣ်နီၢ်အထံ)န့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်ယကပူၤဝဲဒၣ်WIC အတၢ်အိၣ်တၢ်အီၤတဖၣ်ဒ်လဲၣ်.

နကဒီးန့ၢ်ဘၣ် WIC အကးတဘျီ (လီၢ်ကိးဒီးစ့ debit ကးတဘျီ) လၢတၢ်သ့ၣ်အံၤလၢ WIC ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲတၢ်အိၣ်တၢ်အီၤအကျး တခါလၢလၢအပူၤသ့ၣ်ညါန့ၣ်လီၤ. မၤလီၤတၢ်န့ၣ်ဒၣ်လၢနသ့ၣ်ဘျီကးတဘျီအံၤတချ့းတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အလဲအကွၢ်အဂီၢ်လၢအဂၤတခါလၢလၢအခါ(အဒိဒ်သိး SNAP)န့ၣ်တက့ၢ်.

နသ့ၣ်ဒၣ်နလီၤတဲစီချ့းစိၤလၢတၢ်ကထုးန့ၢ် WIC Shopper အအဲး(ဖ)လၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤန့ၣ်တက့ၢ်. အဟ့ၣ်န့ၢ်ဒီးခဲးယၢ်လၢနကသ့ၣ်ဒၣ်န WIC တၢ်အိၣ်အလဲ, တၢ်အိၣ် လၢနပူၤအံၤ ဒီး WIC သ့အစရိတခါ,တၢ်ဖိအိၣ်ဖိအိၣ်အကျဲအကျဲလၢအပူၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးအဂၤဆူညါန့ၣ်လီၤ.

