

# အိမ်မဟာန် တာ်အိန်ဆူင်အိန်ချအဂု်အကျိလောပုဟ်လဲလါဘာ်ကိဘာ်ခဲဒဲ ကဝီတဖၣ်အဂီၢ်

ကသံၣ် ဘာ်တာ်နီၤဖးအိၤခံကလုာ်လါအမုၢ်ဝဲ -  
 ကသံၣ်လါကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်လီၤလါကဘာ်လဲၤဟံၣ်န့ၢ်အိၤလါကသံၣ်ကျး ဇီး ကသံၣ်လါနလဲၤပုၤအိၣ်ဒဲဒဲသ့.

- **ကသံၣ်လါကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်လီၤလါကဘာ်လဲၤဟံၣ်န့ၢ်အိၤလါကသံၣ်ကျး** - မုၢ်ကသံၣ်လါကသံၣ်သရၣ်တဲန့ၢ်လါနကဘာ်အိၣ်အိၤ. ကသံၣ်သရၣ်ကအိၣ်အိၤကသံၣ်လါကသံၣ်ကျးအပူၤ လီၤလီၤဆီဆီလါနဂီၢ်လါနတာ်ဆိးက့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နတာ်အိန်ဆူင်အိန်ချအအတာ်အုၣ်ကီၤ (အိန်ဂုၤရဲး) ကလီးနံန့ၢ်နကသံၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်လီၤ. နတကြားနီၤလီၤနကသံၣ်လါကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၢ်အိၣ်အိၤအပူၤအိၣ်အိၤနီၤတဂၢ်ဘာ်. နမုၢ်အိန်မုၢ်ထီၣ်က့ၤလဲၤဘာ်ဆၣ်နကြားအိၣ်နကသံၣ်တုၤအလၢာ်နကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်လီၤအသိးန့ၣ်လီၤ.
- **ကသံၣ်လါနလဲၤပုၤအိၣ်ဒဲဒဲသ့** - နလဲၤပုၤအိၣ်ကသံၣ်အဲအဲလါကျးပုၤကိးဆါကတီၢ်ဒီးသ့န့ၣ်လီၤ. နတလိာ်ကသံၣ်သရၣ်အလဲၣ်အုၣ်သးလါနကလဲၤပုၤအိၣ်ကသံၣ်လါကျးပုၤဘာ်. နကဘာ်ဟ့ၣ်ဒဲဒဲအပူၤ, နတာ်အိန်ဆူင်အိန်ချအတာ်အုၣ်ကီၤသး တလိးနံန့ၢ်နကသံၣ်အပူၤလါနကတဲာ်နဲဒဲလဲၤအပူၤအိၣ်ဘာ်. သ့ကသံၣ်ဒဲလဲၤဒဲဒဲန့ၣ်အိန်ဖျါလါကသံၣ်အအါအလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

## ကသံၣ်လါနလဲၤပုၤအိၣ်ဒဲဒဲသ့ တဖၣ်နကသ့ အိၤလါတာ်ကူၤစါမန့ၢ်တဖၣ်အဂီၢ်-

- တာ်ခုၣ်ဘာ် တာ်ကျး ဇီး တာ်ဆါတိးက့အပနီၣ်တဖၣ်
- ခိၣ်ဆါ ဇီး တာ်ကိာ်အိၣ် (ဖုၤန့ၢ်ဒဲး ၁၀၁ ဒဲးကရံၤ)
- လီၤဆါယီၤဆါတဆဲးတက့ၢ်
- တာ်ဆါလါအမုၢ် တာ်တဖိးလိးဒီးမူခိၣ်ကလဲၤဆီတလဲတာ်ဆါ
- ဖိာ်မုၢ်သ့ၣ်ဆါ



နကြားပုၤဟံၣ်ဘာ် တာ်ထီၣ်တာ်ကီၢ် ဒဲးသိးနတာ်ကအိၣ်ဘာ်လါနဟံၣ်ဒီးမၤလိသ့နသးတက့ၢ်.  
 နတာ်ကိာ်မုၢ်အါန့ၢ် ၁၀၁ န့ၣ်ကြားလါနသ့ၣ်မုၢ်နံၤဖးမုၢ်သိးဒီးနကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ.

## တာ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၣ်ဘၢၤလါနတာ်အိန်ဆူင်အိန်ချလါဟံၣ်အဂီၢ်

- အိၣ်တာ်ထံာ်နိမ့အါ. ထံ မုၢ်တာ်ဂ့ၤကတာ်လါနကအိၣ်. နလိၤမုၢ်ဃုထီၣ်န့ၣ်ကကဲထီၣ်တာ်ကိာ်ခဲလါနတာ်အိန်ဆူင်အိန်ချအဂီၢ်သ့.
- ဟံးန့ၢ်တာ်အိန်ဘုးမ့အါ
- မၤဃာ်နဖးဖိပူၤတာ်ကိာ်တာ်ခုၣ်ဖဲနီၢ်ဂီၢ် ၇၀-၇၅ အပူၤတက့ၢ်. ကူၤကတာ်ကူၤတာ်ကလါဘာ်န့ၣ်မုၢ်ဒီးဖုံတက့ၢ်. နမုၢ်ကူၤကတီၢ်တလါန့ၣ်ကမၤအါထီၣ်တာ်ကိာ်လါနပူၤသ့,နကဆိးက့ဒီးတာ်ကိာ်ကအါထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

## တာ်ဆါကတီၢ်လါနကြားဆဲးကျိးနကသံၣ်သရၣ်ဒဲးသိးနကလဲၤဒီးက့ၢ်နသးအဂီၢ်-

- တာ်ဆါကတီၢ်ဒီးနါအုၣ်ဘာ်- ကဟးဖဲထီၣ်လါနပသိၣ်, နါအုၣ်ဖဲလါနနါဒဲခံပူၤလီၤ. နမုၢ်ကူးလီၤဒီးကဟး (ပံာ် ပံာ်ဘျီၣ်ဘျါ) ဖဲထီၣ်လါနပသိၣ်ဒီး, နကြားလဲၤထံၣ်လီၤဒီးကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ. နနါအုၣ်မုၢ်လီၤဆ့ (အလွဲာ်တအိၣ်ဘာ်) တမုၢ်တာ်ဂ့ၤကိာ်ဘာ် နတလိာ်လဲၤထံၣ်လီၤဒီးနကသံၣ်သရၣ်ဘာ်, နနါအုၣ်မုၢ်လီၤလါအလွဲာ်လါမ့တမုၢ်အလွဲာ်ဘီ အခိပညီမုၢ်နဒီးနတာ်ဆါဒီးနကြားလဲၤဒီးပုးနသးလါကသံၣ်သရၣ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- နတာ်ကိာ်ထီၣ်အါန့ၢ်ဒဲး ၁၀၁
  - ဆံၣ်ဆါတာ်ဆါ
- နဆိးက့လါတဘာ်ဘးဒီး တာ်တဖိးလိးဒီးမူခိၣ်ကလဲၤဆီတလဲတာ်ဆါ
  - ဖဲးဘုၣ်ဖျိၣ်ဆါထီၣ်တာ်ဆါ
  - လိာ်ဘာ်အါထီၣ်ကသံၣ်လါကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်ဒဲးအိၣ်တဖၣ်
- သ့ၣ်ဖိးအါထီၣ်တာ်ဆါ

## တာ်ဆါကတီၢ်လါနကြားလဲၤဆူဂုၢ်ဂီၢ်အုၣ်တာ်ဆါဟံၣ်-

- တသ့ၣ်နီၣ်ထံာ်လါဘာ်
- ဃံကံာ်
- သးနါပုၤဆါ
- ဘာ်ကျးယီၤ / သ့ၣ်လီၤအါနးနးကလဲာ်
- ခိၣ်ဘာ်ဒိ
- ဘျီးလီၤဒီးသ့ၣ်
- တာ်ထီၣ်
- ကသါတန့ၢ်ဘာ် / တာ်သးဘံးထီၣ်
- တာ်တဖိးလိာ်သးတာ်ဆါထီၣ်နးနးကလဲာ်

## တာ်ဆါကတီၢ်လါကြားကိး ၉၁၁-

နသိလုၣ်မုၢ်တအိၣ်ဒီးနမုၢ်လိာ်လဲၤဆူတာ်ဆါ ဟံၣ်လါအချုသတူၢ်ကလဲာ်ဒီး ကိး ၉၁၁ တက့ၢ်. တာ်ဆါကတီၢ်လါနကြားကိး ၉၁၁ မုၢ်ဝဲ :

- မုၢ်အုၣ်အိၣ်တာ်
- တာ်မၤကမုၢ်သဲစး
- သိလုၣ်ဘာ်ဒိ

# နကလီးနတင်အိပ်ဆူအိပ်ချ၊ တင်ဆိဟ်အလဲဖဲဝုအိပ်မတ်ဟ်အပူအသးသုဒ်လဲ

## မဲးဒီးခး

- ဘဉ်တင်ဟ်လီၤအီၤလၢ ပဒိတ်တင်အိပ်ဆူအိပ်ချအဝဲၤဒး (DHHS) ဆူပုၤလၢအတၢ်ဟဲန့ၢ်တဖၣ် ဒီးကဘဉ်မ့ၢ်ပုၤလၢအကြးဒီးန့ၢ်ဝဲဒၣ်သုၣ်ကတၢၢ်ဒ်ပဒိတ်ဟ်ပနီၣ်ဃာ်အသး
- ပုၤကြးဒီးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ် တၢ်ကကွၢ်အီၤဖျိ :
  - မတၢ်အိပ်လၢဟ်ပုၤလဲၣ် (ပုၤအိပ်ပဲၤဂၤ ဒီး အသးန့ၢ်အိပ်ဆဲးအါ)
  - ဟ်ပိဃီဖိအတၢ်ဟဲန့ၢ် (နဟ်ပိဃီဖိအတၢ်ဟဲန့ၢ်လၢနဟ်ပုၤအိပ်တလၢဆဲးအါ)

## မတၢ်လၢကြးဒီးန့ၢ် မဲးဒီးခးလၢ ဝုၢ်န့ၢ်တြိဂံတၢ်အပူလဲၣ်

- ပုၤဘဉ်ကီၢ်ဘဉ်ခဲလၢဟဲတုၤလီၤ (ဖဲ ၈ လၢအတီၢ်ပုၤ) • မိၢ်ဒါ
- ဖိသၣ်လၢအသးန့ၢ်အိပ်စ့ၢ်န့ၢ်ဒီး ၁၉ န့ၣ်တဖၣ် • ပုၤလၢအအိပ်ဒီးသ့ၣ်ဆၢတၢ်ဆါတဖၣ်
- သးပုၤလၢအသးန့ၢ်အိပ်အါန့ၢ်ဒီး ၆၅ န့ၣ်တဖၣ် • မိၢ် မ့ တမ့ၢ် ဟ် ကဲလၢအအိပ်ဃုာ်ဒီးအမိ
- မိၢ်ပုၤလၢအအိပ်ဃုာ်ဒီးဘဉ်ဆၢဒီးန့ၢ်ဘဉ် စုၤလၢပဒိတ်တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ကိးလၢ(ADC cash)

## တၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချ အတၢ်အုၣ်ကီၢ်သး (အံၤဂူရဲး)

- တၢ်မၤလီၢ် - ဆဲးကျိးဒီးန့ၢ်တၢ်မၤလီၢ် အတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲပုၤမၤတၢ်ဖိအဝဲၤကျိၤ ဖိသးနကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အဂီၢ်.
- အိပ်ဘါမါ တၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ - တီၣ်ထီၣ်အီၤသ့ၣ်ပုၤလၢအဘဉ်မုာ်ဘဉ်ဖါလၢကတီၣ်ထီၣ်လံာ်ပတံၤအံၤ ဒီးအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်အိပ်ဝဲလၢ ဝါဝါလဲ တၢ်ဆိဟ်အလဲ (World Community Health Center) မ့တမ့ၢ် ချါဖူလဲ တၢ်ဆိဟ်အလဲ (Charles Drew Health center) ဒီးအဝဲသ့ၣ်အိပ်တၢ်လီၢ်တဖၣ်အိပ်ဖျါဒ်လဲအံၤအသးန့ၢ်လီၤ.

## တၢ်မၤစၢၤလၢပုၤလၢအလိၣ်နီၢ်ကီၢ်အဂီၢ်တဖၣ်

ပုၤလၢအတၢ်ဟဲန့ၢ်တဖၣ်တဖၣ် ဒီးမ့ၢ်ပုၤလၢအအိပ်ဒီးတၢ်ဆါထၢ ဒီးကဘဉ်ထံၣ်လိာ်သးဒီးကသံၣ်သရၣ် ဒီး အီၤကသံၣ် ထီၣ်တဖၣ် (အဒိ န့ၣ်မ့ၢ် - ဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါ, တၢ်ဆါပျုၢ်ထိး, မိၢ်န့ၣ်တမၤတၢ်ပျုၢ်, သးတဘဉ်လီၣ်ဘဉ်တဖၣ်တၢ်ဆါ, ဃာ်ဃၢၤတဖၣ်)

- ပတီၢ် ၁ - ဆဲးကျိး (၄၀၂) ၄၄၄-၆၂၁၅ ဖိသးနကသ့ၣ်မ့ၢ်န့ၢ်ဖးမ့ၢ်သီလၢနကဟဲတီၣ်ထီၣ်လံာ်ပတံၤထီၣ်အဂီၢ် တၢ်လၢနကဘဉ်ဟဲစိၣ်လၢတၢ်ထံၣ်လိာ်သးတဘျီအံၤမ့ၢ်ဝဲ -
  - ပုၤကတီၢ်ကျိၣ်ထံတၢ်, နမ့ၢ်လိၣ်ဘဉ်.
  - နမၤန့ၢ်ဝါ လၢပုၤလၢအဖျိသးတဖၣ်အဂီၢ်
  - နတၢ်ဂီၤ ဒီး နလံာ်လၢအဟဲဖျါထီၣ်န့ၢ်လၢနမ့ၢ်ပုၤလၢဟဲလၢကီၢ်ဂၤ (ကြိးသ့ၣ်တဖၣ်)
  - နစုတၢ်ဟဲဖျါ လၢအဟဲလၢနဟ်ကီၢ်စုတၢ်အအိပ်လၢ ၃ လၢအတီၢ်ပုၤ.
  - လံာ်တၢ်အၢၣ်လီၤလၢဘဉ်ဃးဒီးန့ၢ်အိပ်ဟ်အဂီၢ်, နမ့ၢ်မ့ၢ်အိပ်လၢလံာ်အဝဲန့ၢ်အပူမး
- နမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤန့ၢ်, နမ့ၢ်ဒီးအိပ်လၢနကဘဉ်တီၣ်ထီၣ်တလၢတဘျီတၢ်ဟဲဖျါထီၣ်တဖၣ်န့ၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤအခါန့ၢ်လီၤ. နနီၢ်မိၢ်က့ၢ်ဂီၤမ့ၢ်လၢပုၤဒီးန့ၢ်မ့ၢ်ကဲတမီ နကြးထီၣ်က့ၢ်မ့ၢ်မၤလိတၢ်တမံၤမံၤ ဖိသးနကမၤန့ၢ်ရဲၣ်လၢနကတီၣ်ထီၣ်န့ၢ်သးတလၢတဘျီအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.
- ဒီးခိလး တၢ်ပၤကဝီၤအတၢ်ဆိဟ်အလဲ ကွၢ်ထွဲဒီးကူစါနတၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချန့ၢ်လီၤ. တၢ်ဆိဟ်အလဲအိပ်ဝဲဝဲ ၄၁၀၂ ဝီလ်ဂူ ဒဲးပၤန့ၢ်ကျဲ 4102 Woolworth Ave. ပုၤလၢဒီးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢကျဲအဝဲအံၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချတကပၤန့ၢ်ကကွၢ်ထွဲဒၣ်န့ၢ်လၢနတၢ်လၢဘဉ်ဘျီလၢစုၤလၢအလၢဖဲ တၢ်ဆိဟ်အလဲအံၤန့ၢ်လီၤ. ဘဉ်ဆၢတၢ်ဆိဟ်အလဲတဖျါအံၤမ့ၢ်ဆုၤလီၤန့ၢ်ဆုၤတၢ်ဆိဟ်အလဲဒီးဒီးကဆဲးကွၢ်ထွဲန့ၢ်လီၤ.

## တၢ်ဆိဟ်အလဲလၢအပူၤဘဉ်တဖၣ်

တၢ်ဆိဟ်အလဲလၢအပူၤဘဉ်တဖၣ်အံၤ ဃုန့ၢ်အပူၤန့ၢ် ကွၢ်ထွဲလၢနဟ်ပိဃီဖိအတၢ်ဟဲန့ၢ်န့ၢ်လီၤ.

နကဘဉ်ဟဲစိၣ်နဟ်ပိဃီဖိအတၢ်ဟဲန့ၢ်အတၢ်ဟဲဖျါဖိသးဒီးဖဲနဟဲမၤကွၢ်န့ၢ်ဒီးအပူၤကဘဉ်ဝဲဒၣ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.

- ချါဖူလဲ တၢ်ဆိဟ်အလဲ ၄၀၂-၄၅၁-၃၅၅၃ Charles Drew Health Center: 2915 Grant St.
- ဝါဝါလဲ ဒီးမူနထံၣ် တၢ်ဆိဟ်အလဲ (၄၀၂) ၇၃၄-၄၁၁၀ One World Community Health Center: 4920 S 30<sup>th</sup> ST.
- တၢ်ဆိဟ်အလဲလၢကျဲပုၤ - ဆဲးကျိး အိပ်မဟ်ပဒိတ်ကီၢ် ဖိသးနကသ့ၣ်ညါကီၢ်တၢ်ဆိဟ်အလဲလၢအဘူးကတၢၢ်လၢနဟ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

## တၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢကျိၣ်စုအဂ့ၢ်

တၢ်ဆိဟ်အလဲတဘျီပျုၢ်လၢအအိပ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်ဘဉ်ဃးကျိၣ်စုလၢတၢ်ဆိဟ်အလဲအဂီၢ်အဂ့ၢ်. နမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘဉ်လံာ်ဃုက့ၢ်နတၢ်ဆိဟ်အလဲအဘူးအလဲဒီးအပူၤဖးဒိၣ်န့ၢ်, ဆဲးကျိးတၢ်ဆိဟ်အလဲန့ၢ်ဒီးသံကွၢ်အီၤမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အိပ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤအကျိၣ်အကျဲဘဉ်ဃးဒီးကျိၣ်စုတကပၤစ့ၢ်ကိးခါ. အဝဲသ့ၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဘဉ်ဃးဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢကျိၣ်စုမ့ၢ်အိပ်ဒီးဃုအီၤဖိသးအဝဲကဆုၤန့ၢ်လံာ်ပတံၤထီၣ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်အိပ်ဒီးနတၢ်အုၣ်ကီၢ်အခး (အံၤဂူရဲး)လၢတၢ်မၤလီၢ်ဘဉ်ဆၢ မၤပုၤလံာ်ပတံၤထီၣ်လၢတၢ်ဆိဟ်အလဲဟ့ၣ်လီၤန့ၢ်အံၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်. ဘဉ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကဒီးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလဲလၢ ၁၀၀ မျးကယၤသ့ဝဲဒၣ်လၢပုၤတနီၤနီၤအကျိၣ်န့ၢ်လီၤ. န(အံၤဂူရဲး)မ့ၢ်လိးန့ၢ်န့ၢ်တနီၤဒီးနကစၢ်မ့ၢ်ဘဉ်လိးက့ၢ်တနီၤန့ၢ် နဃုတီၣ်ထီၣ်လံာ်ဖိသးနကလိးက့ၢ်တဘျီတဖၣ်ဘဉ်တဖၣ်ဝဲဒၣ်န့ၢ်လီၤ.

\* တမ့ၢ်လၢနဟ့ၣ်တၢ်ဆိဟ်အလဲဘဉ်န့ၢ် ထီၣ်တဖၣ်ဆဲးကျိးဘဉ်နတၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချတၢ်အုၣ်ကီၢ်သး (အံၤဂူရဲး) ကစၢ်ဒ်သးနကသ့ၣ်ညါဘဉ်လၢနဂ့ၢ်နကျိၣ်ဘဉ်တၢ်တီၣ်ထီၣ်အီၤလဲၣ်ခါန့ၢ်တက့ၢ်\*

\* တၢ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အုၣ်မ့ၢ်အိပ်ဒီးတဘဉ်ပျုၢ်ဒီးသးအုၣ်လၢနကကိး ၉၁၁ ဒီဖျါနစုကလၢအဆိန့ၢ်တဂ့ၢ်. နတၢ်အိပ်ဆူအိပ်ချန့ၢ်မ့ၢ်တၢ်ဆိဟ်အလဲဒိၣ်ကတၢၢ်န့ၢ်လီၤ\*