

# Roḷ lak ñan Jerbal im Jibāñ ko ikijen Kaajiriri

## Jimwe ko am ñan baḡ im kwalok milik ej böbrae jen court

[Revised Code of Washington \(Code eo an Washington emōj Kakāāl\) 43.10.005](#) (ilo Kajin Pälle) & [Federal Fair Labor Standards Act \(Kien eo an Jerbal eo Ejimwe\) Section 7](#) (ilo Kajin Pälle) ej aikuj an jikin jermal ko lelak ñan rijermal ko rej Kaajiriri:

- Juon jūkeejul ebidodo ñan baḡ, etal ñan ien taktō, im ewōr jibāñ ko ewōr unin
- Juon jikin eo emāke lak ñan kwalok milik im ejjab mōn kabojak im ej juon jikin ej böbrae kakwōn milik
- 2 yiiō in jibāñ ko elap kōjbarok ie im ewōr unin

Ñe kwōj juon jikin jermal ak juon rijermal im ej aikuj tōl ion bōrōro im jibāñ ilo kaajiriri, etal ñan [Washington State Office of the Attorney General \(Opīij eo an Attorney General\)](#) ñan jibāñ (peij eo anlain ej bellōk ilo 18 kajin ko).

- **Jab māroñ in loe uwaak ñan kajitōk ko am?** Etal ñan [pregnancy@atg.wa.gov](mailto:pregnancy@atg.wa.gov) ak kūrloḷ (833) 389-2427 ñan tōl eo
- [Pepa in Kwalōk Inepata ko ikijen Bōrōro im Kaajiriri](#) (ilo Kajin Pälle)

## Kain jibāñ ko ñan jinen im jemen ajiri im rej jermal

### Kōkkōrārā, niñniñ, kab ajri kwōle būrookraḡ (WIC)

Women, Infants, and Children Nutrition Program (WIC, Kōkkōrārā, niñniñ, kab ajri kwōle būrookraḡ) ej juon jikin im baamle ko rej jermal remāroñ in bōke ḡōñā ko ñan ejmour, jibāñ ilo kaajiriri im jibāñ ilo roḷ lak ñan jermal im baḡ. WIC ej ñan armij ro rej bōrōro, kāāl im jinen im jemen ajiri eo rej kaajiriri, im ajiri ro lalin 5 yiiō. Eitin jimetan in ajiri ro ilo ijo jej pād ie rej kōjerbale WIC.

[Lale ñe kwōj māroñ in tōprak](#) (ilo Kajin Pälle).

Elōñ lak jen 200 WIC clinic ko ilo Washington. Ñan bukōt juon WIC clinic tūrim:

- Kūrloḷ Help Me Grow WA Hotline ilo 1-800-322-2588
- Tāākij "WIC" ñan 96859
- [Etal ñan ParentHelp123 an ResourceFinder](#) (ilo Kajin Pälle)

WIC ej jibāñ kakōḡanḡan ejmour an baamle ilo:

- Jelalōkjen ikijen ḡōñā

- Jibāñ ilo Kaajiriri
- Mōñā ko eman ñan ejmour
- Etaale ejmour eo am

[Lōmṇak ko kin ia ñan baṃ im uwaak ko ñan jikin jermal ko im ebin aer kabbōk jibāñ ilo kaajiriri](#) (ilo Kajin Pälle).

## Ewi joñan aitok in an rijermal ro aikuj in baṃ?

Rijermal ro renij aikuj ien ko rebidodo in jibāñ ñan baṃ kinke jibāñ ko ilo taktō ejjab pād ilo juon wōt ien im jikin. Lōmṇak kake men kein ñan ien: ien eo ej bōk ñan baṃ ej ikōtaan 15-20 minit, ilo am lōmṇak ke rejjab ion jabdewōt men ebin im enij kaḷapḷok ien eo kin unin taktō. Ien ñan itotak, kepooj aolep kain im karreo jej aikuj in lōmṇak kake, ekkar ñan kien. Emāroñ in bōk jen 30-40 minit ko ñan baṃ, ilo ad lōmṇak kake jikin eo ñan baṃ im ebidodo etal ñan e.

Juon armij eo ej kaajiriri enij aikuj in kwalok milik ilo joñan ikutkut an niñniñ eo mōñā, im emāroñ in lak in 2-3 awa ilo raan in jermal eo. Jikin jermal ko rejjab aikuj in kōllā ki rijermal ro elapḷok ien nabōj in 10-minit ien kakije ko emōj kōllā ak jikin jermal ko rej aikuj in lelak juon scheule ebidodo ñan loore aikuj ko an taktō.

### Kwōj ke aikuj bar ien ñan baṃ ak kakije in taktō?

Lale ñe kwōj māroñ in tōprak ñan [len Kakije im Emōj kōllāiki an Baamle im Takto](#) (ilo Kajin Pälle)(bellok ilo 16 kajin ko).

## Baṃ im jibāñ ilo kaajiriri ej bōk eddo jen injurān ilo Affordable Care Act (Kien eo an Lale eo Eman)

### Baṃ ko:

[Medicaid](#) (ilo Kajin Pälle), [WIC](#) (ilo Kajin Pälle), im [injurān eo ej māke lak](#) (ilo Kajin Pälle) ej bōk eddo in baṃ ñan aikuj ko rej oktak. Katak elaplak [ijin](#) (ilo Kajin Pälle).

Ñe kwōj aikuj jibāñ ilo am kwalok milik, tōbar e juon jikin taktō kwōj leke, [juon rijibāñ kaajiriri](#) (ilo Kajin Pälle), [WIC](#) (ilo Kajin Pälle), [La Leche League](#) (ilo Kajin Pälle), ak [jikin jibāñ kin kaajiriri](#) (ilo Kajin Pälle) ñan jibāñ. Elōñ armij ro renij jibāñ eok ilo ial in am! Juon baṃ eo eman joñan ñan aikuj ko am enij kōmman bwe kwōn tōbar konan ko am ilo naajdik niñniñ eo nejim.

### Jibāñ ilo Kaajiriri:

Injurān in taktō rej aikuj in kwalok jibāñ ilo kaajiriri, rōjañ, im kain jermal ko ilo ien am kaajiriri. Jermal kein rej aikuj in iwaj mōkta im elikin lōtak. Katak elaplak ilo [healthcare.gov](#) (ilo Kajin Pälle).

### Ta eo injurān eo aō ej bōk eddo in?

Ñan lale, kūrḷok nōmba eo ilo likin kaat in injurān eo am im kajitōk men kein ilal:

- Ta jeramman ko ikijen kajiriri im ej letok?
- Ij ke aikuj pepa in kwalok kin uno jen taktō eo aō ñan baṃ eo aō?

- Ij ke māroñ in kajitōk ak wiaki baṃ eo mokta jen an niñniñ eo nejū lōtak?
- Kain baṃ rot ko?
- Imāron in ke bōke juon kain baṃ?
- Ij ke aikuj in wiaki ak reen e juon kain aō baṃ jen juon jikin (waanjoñak., jen juon jikin ebbōk uno, jikin wia, ak juon kōṃbani in wia kake uno)?
- Elmen aō māroñ in wia ki baṃ in? (waanjoñak. jen make pojo eo aō ilo an bar roḷ tok, kajitōk buñtōn rot ñan an māroñ in roḷtok)
- Ej ke bōk eddo in reen baṃ jarom?

### **Kwōj ke aikuj jibañ kabbōk ri jibañ kin kaajiriri ak bōk jen armij-ñan-armij?**

[Bukōt juon ri jibañ kin kaajiriri ilo ijo jikin](#) (ilo Kajin Pälle) ak lale [Jikin jibañ kin kaajiriri eo](#) (ilo Kajin Pälle).

## **Milik eo am ej ṃōñā, ejjab juon jorren**

Elōñ unin ko remāroñ in jelet joñan an to an milik eo am māroñ in kwōn. Unin kein emāroñ in kōba ippān joñan milik eo, joñan bwil ak milo ko ñe milik eo ej kōmman, joñan bwil ak molo an icebox eo, im joñan erre in jikin eo. Katak elaplōk kin wāwein am māroñ in [kōjbarok am kakwōn](#) (ilo Kajin Pälle) milik eo am.

Milik an armij ejjab juon men eo im emāroñ in kōmman bwe en ajeeded nañinmej ilo icebox. Ilo mol, milik an armij [ej obrak kin men ko rej katolak baerōj im kij ko](#) (ilo Kajin Pälle) im rej kōmman an ṃōñā ko jejjōt ñan niñniñ eo nejim. Katak elaplōk kake jen US Department of Labor (Rā eo an Jerbal) and the Occupational Safety & Health Administration (OSHA, Oprij in Kōjbarok im Ejmour) [kōjbarok am kakwōn milik](#) (ilo Kajin Pälle).

Jibañ ko jōt ñan roḷtok ñan jikin jermal ilo am baṃ:

- [Lain in Jibañ kin Kaajiriri](#) Ipelakid **1-800-994-9662** (ilo Kajin Pälle)
- [Lale Peejneñ ñan Kaajiriri](#) (ilo Kajin Pälle)
- [Roḷ lak ñan Jerbal \(WIC\)](#) (ilo Kajin Pälle)
- [Rōjañ jikin jermal eo am ñan būrin kain kattoto ilo kajem](#) (ilo Kajin Pälle)



**DOH 340-402 June 2022 Marshallese**

Ñan kajitōk pepa in ilo bar juon jekjek, kūrloḷ 1-800-525-0127. Armij ro rej jaroñroñ, jouj im kūrloḷ 711 (Washington Relay) ak email [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).