



# တၢ်လၢနကဘၣ်ဟဲစိၣ်ဆူန WIC တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သး

(ပှၤပတံထီၣ်တၢ်အသီ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤသီထီၣ်လိာ်အုၣ်သး)

တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သးလၢ- \_\_\_\_\_  လၢနီၢ်ကစၢ်  လၢလီၤယံၤ

တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သးအမ့ၢ်နံၤ- \_\_\_\_\_ တၢ်ဆၢကတီၢ်- \_\_\_\_\_

WIC ကသံၣ်ဒၢ- \_\_\_\_\_

WIC လီတဲစိ/အံမ့(လ)- \_\_\_\_\_

**နမ့ၢ်ကဘၣ် ရဲၣ်ကျဲၤဆီ ကဒါက့ၤ မ့တမ့ၢ်**  
**လဲၤပှၤကွဲၣ်နတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်**  
**ထံၣ်လိာ်သးန့ၣ် ကိးလီတဲစိဆူ WIC တက့ၢ်.**

ပှၤပတံထီၣ် WIC ဃုထၢသ့ၣ်လၢ ကမၤဝံၤမၤပှဲၤ အတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သး လၢနီၢ်ကစၢ်လၢကသံၣ်ဒၢ မ့တမ့ၢ် လၢလီၤယံၤ ခိဖျိလီတဲစိန့ၣ်လီၤ.

1. **ထဲလၢ တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သး လၢနီၢ်ကစၢ်အဂီၢ်**, ပှၤတဂၤလၢလၢလၢ အပတံထီၣ် WIC န့ၣ် **ကဘၣ်အိၣ်ဝဲလၢ** တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်ထံၣ်လိာ်သး အခိၣ်ထံးတဘျီန့ၣ်လီၤ.

2. **တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်အမ့ၢ်မတၢ် (ID)** - ဟံးဃာ် ID တခါလၢ နဒီးန့ၣ်အီၤသ့ၣ်လၢ စရီလၢလၢအံၤ လၢပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ် လၢအပတံထီၣ်တၢ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် မၤသီထီၣ်လိာ်အုၣ်သးလၢ WIC အဂီၢ်တက့ၢ်.

**ID အက့ၢ်အဂီၢ်လၢ တၢ်တူၢ်လိာ်အီၤသ့တဖၣ်အကျါ ပၣ်ဃုာ်ဒီး-**

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• ProviderOne ခး (ကဘၣ်စူးကါအီၤသ့အဲအံၤ)</li> <li>• ပှၤနီၣ်သိလ့ၣ်အလဲးစ့ၣ်လိာ်အုၣ်သး မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲၣ် ID ခး</li> <li>• ပှၤသုးဖိ ID</li> <li>• ကလုာ်ဒုၣ် ID ခး</li> <li>• တၢ်ဖဲးတၢ်မၤ မ့တမ့ၢ် ကီၢ် ID</li> <li>• လံာ်ဟးကီၢ်</li> <li>• ပှၤအိၣ်ဆိးလၢထံကီၢ်ပှၤ လၢတမ့ၢ်ထံကီၢ်ဖိအခး, တၢ်ကဲထံကီၢ်ခါးစး ID, မ့တမ့ၢ် ထံဖိကီၢ်ဖိ ID ခးလၢထံကီၢ်အဂၤတဘျီ (အဒိ- ခးလၢ, Immigration and Customs Enforcement (ICE, တၢ်န့ၣ်လီၤကီၢ် ဒီးတၢ်ဃုခိသ့ဝဲကျါ) ID ခး)</li> <li>• တၢ်အိၣ်ဖျဲၣ်လိာ်အုၣ်သး</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ဆူၣ်ချ့တၢ်အုၣ်ကီၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤသုးဖိတၢ်ကူစါတၢ်ဆါခး</li> <li>• ပှၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢခး</li> <li>• ပှၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးအတၢ်ဆဲးလီၤမံၤခး</li> <li>• ဖိသုၣ်အိၣ်ဖျဲၣ်သီတဖၣ် ဒီး ဖိသုၣ်တဖၣ်- တၢ်ဖိတၢ်လံၤ လၢတၢ်ကွဲးရဲၣ်ဃာ်လၢထး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆါဟံၣ်တၢ်အိၣ်ဖျဲၣ်တၢ်ကွဲးနီၣ်, စုာ်ခး, ခိၣ်ဒုကီၢ်ကီၢ်, တၢ်စံၣ်လီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်လံာ်တီလံာ်မီ, တၢ်သမံထံမိး ဖိသုၣ်အိၣ်ဖျဲၣ်သီ အတၢ်န့ၣ်ဟူ မ့တမ့ၢ် တၢ်သမံထံအဂၤ, တၢ်မၤကွဲးဖိသုၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်အိၣ်ဖျဲၣ်လၢဟံၣ်တၢ်ကွဲးနီၣ်, ကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် သရၣ်မုၢ်လၢဒုးအိၣ်ဖျဲၣ်ဖိသုၣ် အတၢ်ကွဲးနီၣ် လၢလံာ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကရၢကရိအမံၤ မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ဂ့ၢ်ဝီတၢ်ကွဲးနီၣ် လၢအိၣ်ဒီးဖိသုၣ်အိၣ်ဖျဲၣ်မုၢ်နံၤ</li> </ul> |
|--|---|

**တီၢ်နီၣ်-** တၢ်ဒီးန့ၣ် WIC အသီ နတကဲထီၣ် ပှၤဘၣ်ဒီးသန့ၤသးလၢပဒိၣ်အတၢ်မၤစၢၤဘၣ် ဒီးတမၤဘၣ်ဒိ နတၢ်န့ၣ်လီၤကီၢ်တၢ်အိၣ်သးဘၣ်. နတလိၣ်ကဲ အမဲရကၤထံကီၢ်ဖိ ဒ်သိးကကြၢးဘၣ်လၢ Washington WIC အဂီၢ်ဘၣ်.

3. **တၢ်အုၣ်သးလၢ နအိၣ်ဆိးလၢ Washington အပှၤ** - ဟဲစိၣ်တၢ်တမံၤလၢ အပိာ်ထွဲတဖၣ်အကျါ လၢအိၣ်ဒီးနမံၤ, ကျဲ, ဝှံ, ကီၢ်စဲၣ်ဒီး ဟီၣ်ကဝီၤနီၣ်ဂံၢ်တက့ၢ်. *WIC တူၢ်လိာ်လံာ်တၢ်တလါတဖၣ် ဒ်တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးတၢ်အုၣ်သးတခါ တသ့ဝဲဘၣ်.*

- ProviderOne ခး (ကဘဉ်စူးကါအီသုအခဲအံၤ)
- Washington ပုၤနီၣ်သိလ့ၣ်အလဲးစ့ၣ်လံာ်အုၣ်သး မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲၣ် ID ခး
- တၢ်စူးကါတၢ်အဘူးအလဲ (ကံသဝံ, လီမ့ၣ်, ထံ, တၢ်ကဃာ်, မ့တမ့ၢ် လီတဲစီ)
- Medicaid, Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, တၢ်ဟ့ၣ်မၤပွဲၤတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတၢ်ဆီၣ်ထွဲတၢ် ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ) မ့တမ့ၢ် Temporary Assistance for Needy Families (TANF, တစီၢ်တလီၢ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲလၢဟံၣ်ဖိဃီဖိဘဉ်ကီ)

ဘဉ်ခဲတဖၣ်အဂီၢ်)  
အတၢ်ဘိးဘဉ်သ့ၣ်ညါလံာ်ပရၢ

- တၢ်ဒီးလဲတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပိၣ်လီၤတၢ် အတၢ်ကွဲးဖျါ မ့တမ့ၢ် လံာ်တူၢ်လိာ်စ့
- ပုၤဟ့ၣ်တၢ်ဖးတၢ်ဆဲးလီၤမံၤခး, မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲၣ် မ့တမ့ၢ် လီၢ်ကဝီၤလံာ်တီလံာ်မီ လၢအလိၣ်ဘဉ် တၢ်အိၣ်ဆိးလၢကီၢ်စဲၣ် မ့တမ့ၢ် လီၢ်ကဝီၤအတၢ်အုၣ်သး
- တၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်မၤအလဲလံာ်အုၣ်သး မ့တမ့ၢ် ပုၤသုးဖိအတၢ်ဟံးန့ၢ်ခွဲး ဒီး တၢ်ဒီးန့ၢ်စ့ တၢ်ကွဲးဖျါ
- အဂၤ. တၢ်အဒိတဖၣ်- ဆူၣ်ချုတၢ်အုၣ်ကီၤ မ့တမ့ၢ် ပုၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤခး လၢအိၣ်ဒီးအိၣ်ဆိးလီၢ်ကျဲ

4. **စ့ဟဲန့ၢ်အတၢ်အုၣ်သး** - ဟဲစီၢ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိအစ့ဟဲန့ၢ်အဂီၢ်ထံး **ခဲလၢကီၢ်** တက့ၢ်. ဟံၣ်ဖိဃီဖိတဒုၣ်အပူၤ ပဉ်ဃုာ်ဒီး ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးသကိး ဒီးနီၤလီၤစ့ဟဲန့ၢ် ဒီးဟံၣ်ဃီတၢ်လၢကီၢ်ဘျုးလၢကီၢ်စ့တဖၣ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်အဒိတဖၣ်အပူၤ ပဉ်ဃုာ်ဒီး-

- ProviderOne ခး (ကဘဉ်စူးကါအီသုအခဲအံၤ)
- တၢ်ဖဲးတၢ်မၤ (တၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်မၤ အလဲလံာ်အုၣ်သး တဖၣ် လၢအပူၤကွံာ်အသီ 30 အဂီၢ်)
- ပုၤသုးဖိအတၢ်ဟံးန့ၢ်ခွဲး ဒီး တၢ်ဒီးန့ၢ်စ့ တၢ်ကွဲးဖျါ
- နီၢ်ကစၢ်တၢ်ဖဲးတၢ်မၤ
- တၢ်ဖဲးတၢ်မၤတအိၣ် တၢ်န့ၢ်ဘျုးတၢ်ကွဲးဖျါ
- ကမျၢၢ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲတၢ်ဟံၣ်ဖျါ (Food Distribution Program on Indian Reservations (FDPIR, တၢ်ရၤလီၤတၢ်အိၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ လၢပုၤအဒုၣ်ယၤဖိအတၢ်အိၣ်ဆိးလီၢ်တဖၣ်), SNAP, TANF)

- တစီၢ်တလီၢ်တၢ်ကွဲးထွဲလံာ်တီလံာ်မီ
- ဖိသုၣ်အဂီၢ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲ
- မါ/ဝါအဂီၢ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲ
- တၢ်ဟ့ၣ်မၤပွဲၤတၢ်ဘိၣ်တၢ်ဘၢစ့ဟဲန့ၢ် (SSI)
- ကူၣ်သ့စ့ဆီၣ်ထွဲ မ့တမ့ၢ် စ့ဆီၣ်ထွဲတဖၣ်
- တၢ်ဟ့ၣ်အလဲလၢ ပုၤအမဲရကၤထူလံၤဖိအဂီၢ်
- ကျိၣ်စ့လၢ ဘူးတံၢ် မ့တမ့ၢ် တံၤသကိးတဖၣ်အအိၣ်
- ပုၤသုးဖိလီၢ်လံၤအတၢ်န့ၢ်ဘျုးတဖၣ်
- တၢ်အိၣ်ဘျုးလၢတၢ်မၤ/ပုၣ်စ့ၣ် (ပုၤတမ့ၢ်သုးဖိ မ့တမ့ၢ် ပုၤသုးဖိ)
- ပုၤမၤတၢ်ဖိအဂီၢ်စ့ဟ့ၣ်လိး, နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတဆူၣ်တကျၢၤ မ့တမ့ၢ် ပုၤဖဲးမၤတၢ် ဒီးတၢ်ထုးထီၣ်ပနံၣ်တၢ်မၤလီၢ်

5. **တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါတၢ်ကွဲးနီၣ်တဖၣ်** လၢဖိသုၣ်အိၣ်ဖျုၣ်သီ ဒီးဖိသုၣ်လၢ အသးနံၣ်ခံနံၣ်အဖိလၢ, မ့ၢ်အိၣ်.

တၢ်ကရၢကရိအံၤ မ့ၢ်ကရၢဟ့ၣ်လီၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ထဲသိးတုၤသိးန့ၢ်လီၤ. Washington WIC တအိၣ်ဒီးတၢ်ကွဲးတလီၤတၢ်ဘဉ်န့ၢ်လီၤ. လၢကဃုထီၣ်လံာ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါတၢ်လၢအကွၢ်ပနီၣ်ဒိအဂၤအဂီၢ်, ကိး 1-800-841-1410 တက့ၢ်. ပုၤစူးကါတၢ်မၤစၢၤလၢအန့ၢ်တအၢ မ့တမ့ၢ် န့ၢ်ဟူတၢ်ကီတဖၣ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤကိး 711 (Washington Relay (ဝဉ်ရှ့ၣ်တၢ် တၢ်ဆုၢ်ခီတၢ်ကစီၣ်)) မ့တမ့ၢ် ဆုၢ်အံၤမ့(လ) ဆူ [wic@doh.wa.gov](mailto:wic@doh.wa.gov) တက့ၢ်. DOH 962-1034 February 2025 Karen

