

PUAS XAV TAU ZAUB MOV?



Muaj ntau yam kev pab tshiab kom koj tau tej yam tseem ceeb uas koj xav tau.

Puas xav tau zaub mov noj tas sim no?



Thaum cov tsev kawm ntauwv kaw thiab thaum lub Caij Ntug Sov, muab tau tej plua mov pub dawb. Cov me nyuam uas muaj 18 xyoo rov hauv txais tau tej plua mov thiab khoom noj txom ncauj pub dawb dhau ntauwv Kev Pab Zaub Mov Thaum Lub Caij Ntug Sov (Summer Food Service Program, SFSP) thiab Kev Pab Thaum Lub Caij Ntug Sov (Seamless Summer Option, SSO). Kom nrhiav tau ib qho chaw muab tej plua mov noj thaum lub caij ntug sov uas nyob ze koj mus xyuas hauv www.summerfoodoregon.org, ntaus ntauwv text "Food" los sis "Comida" mus rau 877-877, los sis hu 2-1-1.



SNAP (yav nram ntej hu ua nyiaj muas noj) uas pab koj yuav zaub mov noj. Hnub no ua ntaub ntauwv thov. Nrhiav txhua yam ntaub ntauwv uas koj xav tau nyob hauv govstatus.egov.com/or-dhs-benefits nyob ntauwv koj mam li ua ntauwv thov kev pab SNAP, nyiaj ntsuab, kev tuav pov hwm, kev pab them nqi zov me nyuam thiab kev pab thaum muaj kev ua phem hauv vaj hauv tsev nyob hauv tib qhov chaw no. Ntaus **211** los sis hu koj [lub hoob kas DHS hauv koj zos](#) yog muaj lus nug. Tau kev pab zaub mov noj thaum koj tseem tos seb koj txais puas tau nyiaj poob hauj lwm.



Tej chaw pub zaub mov noj, tej chaw mus nqa thiab chaw xa mus: Oregon Qhov Chaw Pub Zaub Mov muaj ntau tshaj 1,400 qhov chaw pub zaub mov noj thiab kev pab muas noj yeej qhib cia thooob plaws lub xeev Oregon thiab Sab Qab Teb tim Sab Hnub Poob hauv Washington. Tej zaum lawv yuav cia koj tsav tsheb/taug kev los nqa los yog xa mus rau koj lub tsev. Xyuas hauv oregonfoodfinder.org rau tej chaw hauv nroog, los sis hu **2-1-1** kom tau kev pab.



WIC muab kev pab noj qab haus huv thiab txhawb pab kev pub niam mis rau tej yim neeg uas muaj me nyuam hnub nyoog 5 xyoos rov hauv thiab rau cov poj niam uas lub cev xeeb tub. Mus xyuas hauv healthoregon.org/wic thiab ntaus lub khawm hu ua WIC Interest Form. Koj kuj muaj cai hu mus rau **2-1-1** thiab thov lawv cia koj nrog ib tug kws paub txog kev xeeb tub thiab me nyuam kev noj qab nyob zoo tham. Peb yeej zoo siab tos txais neeg tshiab!



Puas xav tau tej plua mov yog koj muaj hnub nyoog 60 xyoo rov saum los sis muaj kev xiam hoob qhab dab tsi?

Qhov Chaw Pab Neeg Laus thiab Neeg Xiam Hoob Qhab (Aging and Disability Resource Connection, ADRC) hauv Oregon Kev Pab Neeg Laus Tau Tej Plua Mov Noj (Oregon's Older Adult Meals Program ("Meals on Wheels")) muab tej plua mov rau tib neeg noj thooob plaws lub xeev Oregon. Leej twg uas muaj hnub nyoog 60 xyoo rov saum txais tau tej plua mov no. Tsis muaj tej kev cai qhia seb yus muaj nyiaj npaum li cas thiab lawv tsis sau ib tug nqi rau tej plua mov no. Lub koom haum ADRC kuj pab muab tib neeg uas xiam hoob qhab, txawm muaj hnub nyoog li cas los xij, mus rau tej chaw txais kev pab tau zaub mov noj. Mus xyuas ntauwv adrcforegon.org los sis hu rau **1-855-673-2372**.



Puas xav tau xov xwm ntxiv txog tej kev pab?

Yog xav paub ntxiv txog zaub mov thiab lwm yam kev pab, nov kuj hais txog kev pab kho mob thiab kev pab thaum poob hauj lwm, mus xyuas ntauwv govstatus.egov.com/or-covid-19.

Koj muaj cai tiv tauj rau 2-1-1 thaum hu mus rau **2-1-1**, xa ntauwv text txog koj tus zauv cheeb tsam ZIP mus rau **898211**, los yog mus xyuas ntauwv 211info.org.

Koj kuj hu tau rau Qhov Chaw Pab Neeg Laus thiab Neeg Xiam Hoob Qhab hauv Oregon nyob ntauwv **1-855-673-2372** los sis xyuas hauv adrcforegon.org.