

အက ကြောင်းစုံ



သင့်ဒေသတွင်း WIC ရုံးခန်းသို့
ဆက်သွယ်ရန် -

ထပ်မံသိရှိလိုပါက သွားရောက်ကည့်ရှုရန် - <http://nj.gov/health/fhs/wic> သို့မဟုတ်
1-800-328-3838 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်သည်။

WIC တွင် မည်သူတို့ ပါဝင်နိုင်သနည်း။

- ◆ ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည်များ
- ◆ 12 လ အရွယ်အထိ ကလေးငယ်များကို နို့တိုက်ကျွေးဆဲ မိခင်များ
- ◆ 6 လအရွယ်အထိ ကလေးငယ်တို့၏ မိခင်များ
- ◆ နို့စို့ကလေးငယ်နှင့် အသက် 5 နှစ်အထိ ကလေးများ (New Jersey တွင် နထိုင်သူဖြစ်ရမည်၊ ဝင်ငွေဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီရမည်)

WIC တွင် မည်သည့်အကျိုးအမြတ်များ ပါရှိသနည်း။

- ◆ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော အစားအစာများကို ရယူစားသုံးနိုင်ခြင်း
- ◆ အာဟာရဆိုင်ရာ ပညာပေးခြင်း
- ◆ နို့တိုက်ကျွေးမှုဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်မှုများ
- ◆ ရပ်ရွာမှ အထောက်အပံ့ရရှိရန် ညွှန်ဆိုပေးခြင်း

လစဉ် အစားအစာပက်ကဏ္ဍတွင် မည်သည်တို့ ပါဝင်သနည်း။

ပါဝင်သူတိုင်းသည် လစဉ် \$60.00 တန်ဖိုးရှိသော ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သည့် WIC အစားအစာများကို လက်ခံရရှိမည် ဖြစ်သည်။ အောက်ပါတို့မှ ရွေးချယ်ရယူနိုင်သည် -



❖ ဆန်ထွက်၊ ဂျုံထွက်ပစ္စည်းများ	❖ ပရိုတင်း	❖ အသီးအရွက်များ/အသီးများ	❖ နို့ထွက်ပစ္စည်း	❖ နို့စို့ကလေး
ဂျုံပင်မုန့် ဆန်လုံးညို ဂျုံပါစတာ ဂျုံ/ပခြင်းဖြင့်လုပ်သော မက်ဆီကို ချာပါတီ မနက်စာ ကောက်ပဲသီးနှံ	ဥများ မမြုပ်ထောပတ် ပဲခြောက်နှင့် စည်သွတ်ပဲ တို့ဖူး	လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ရခဲခဲရိုက် စည်သွတ်ဖူး ဖျော်ရည်	နို့ ပဲနို့ ဒိန်ခဲ ဒိန်ချဉ်	နို့စို့ကလေးအတွက် ကောက်ပဲသီးနှံ ကလေးအတွက် အသီးအရွက်များ ကလေးအတွက် အသီးများ နို့မုန့်

ဖက်ဒရယ် လူမှုအခွင့်အရေး ဥပဒေနှင့် U.S. စိုက်ပျိုးရေးဌာန (USDA) ၏ လူမှုအခွင့်အရေး စည်းကမ်းချက်များနှင့် မူဝါဒများနှင့်အညီ USDA၊ ၎င်း၏ အဂျင်စီများ၊ ရုံးများနှင့် USDA အစီအစဉ်များတွင် ပါဝင်နေသော သို့မဟုတ် ထိုအစီအစဉ်များကို ဦးစီးနေသည့် ဝန်ထမ်းများနှင့် အဖွဲ့အစည်းများကို လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ ဇာတိနိုင်ငံ၊ လိင်ကွဲပြားမှု၊ မာန်စွမ်းမာ၊ အသက်အရွယ် သို့မဟုတ် USDA မှ လုပ်ဆောင်ခဲ့သော သို့မဟုတ် ငွေထောက်ပံ့ခဲ့သော အစီအစဉ် သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် လူမှုအခွင့်အရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များအား တုံ့ပြန်သည့်အခါဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း သို့မဟုတ် လက်တုံ့ပြန်ခြင်း မလုပ်ဆောင်ရန် တားမြစ်ထားသည်။

ဤအစီအစဉ်ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်၍ အခြား ဆက်သွယ်မှု နည်းလမ်းများကို (ဥပမာ - Braille (မျက်မမြင်စာ)၊ စာလုံးကျွတ်ဖြင့် ပုံနှိပ်ခြင်း၊ အသံတိပ်ခွဲ၊ American Sign Language (လက်ပတ်စကား)) လိုအပ်သည့် မာန်စွမ်းသု ပုဂ္ဂိုလ်များသည် အကျိုးအမြတ်များအတွက် ၎င်းတို့ လျှောက်ထားခဲ့သည့် အဂျင်စီ (ပြည်နယ်အဆင့် သို့မဟုတ် နယ်မြေတွင်း) ထံသို့ ဆက်သွယ်ရမည်။ နားမကင်းသူများ၊ နားလေးသူများ သို့မဟုတ် စကားပြောဆိုင်ရာ အခက်အခဲ ရှိသူများသည် ဖက်ဒရယ်ထပ်ဆင့်ဝန်ဆောင်မှု၏ (800) 877-8339 မှတစ်ဆင့် USDA သို့ ဆက်သွယ်ရပါမည်။ ထိုအပြင် ဤအစီအစဉ်နှင့် ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်တို့ကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ မဟုတ်သော အခြားဘာသာများနှင့်လည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။

အစီအစဉ်တစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများအကြောင်း တိုက်ကြားလိုပါက [အစီအစဉ်နှင့် ပတ်သက်၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများဆိုင်ရာ တိုင်ကြားမှုပုံစံ \(USDA Program Discrimination Complaint Form\) \(AD-3027\)](#) ကို အင်တာနက်ပေါ်တွင် [How to File a Complaint](#) မှ ရယူပြီးဖြည့်သွင်းခြင်းဖြစ်စေ၊ USDA ရုံးတွင် ထိုတိုင်ကြားမှုပုံစံကို ဖြည့်သွင်းခြင်းဖြစ်စေ၊ ထိုတိုင်ကြားမှုပုံစံတွင် ပါရှိသည့် သတင်းအချက်အလက် အားလုံးကို စာတစ်စောင်တွင် ရေးသားဖြည့်သွင်း၍ USDA သို့ လိပ်စာပေးပို့ခြင်းဖြစ်စေ လုပ်ဆောင်ရမည်။ ထိုတိုင်ကြားမှုပုံစံ မိတူတူတစ်စောင်ကို တောင်းဆိုရန် (866) 632-9992 သို့ ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ ထိုဖြည့်သွင်းထားသည့် ပုံစံ သို့မဟုတ် စာကို USDA သို့ အောက်ပါအတိုင်း တင်သွင်းရမည် -

- (1) စာတိုက်လိပ်စာ - U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) ဖက်စ် - (202) 690-7442 သို့မဟုတ်
- (3) အီးမေးလ် - program.intake@usda.gov.

ဤအဖွဲ့အစည်းသည် တူညီသော အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးသူ ဖြစ်သည်။

