

# NYS ကလေးဘဝအစောပိုင်းဝန်ဆောင်မှုများဆိုင်ရာ မိသားစုလမ်းညွှန် - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှ အသက် 5 နှစ်အထိ

နယူးယောက်ပြည်နယ်အတွင်းရှိ ကလေးများနှင့် မိသားစုများအား ကလေးဘဝအစောပိုင်းဝန်ဆောင်မှုများရယူနိုင်စေရန် ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်မည့် ရင်းမြစ်လမ်းညွှန်

## အိမ်သို့လာရောက်ပေးခြင်း (ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ကာလတွင် - 5)

အိမ်တိုင်ရာရောက် ပံ့ပိုးသူများသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများ၊ မွေးကင်းကလေးငယ်များနှင့် အသက် 5 နှစ်အထိ ကလေးငယ်ရှိသော မိသားစုများအတွက် အိမ်အထိလာရောက် ပံ့ပိုးပေးပြီး ကျန်းမာသော ကလေးသူငယ်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို မြှင့်တင်ပေးဆောင်ပေးနေပါသည်။ သင့်မိသားစုအတွက် အိမ်တိုင်ရာရောက်ပံ့ပိုးမှုကို အခမဲ့ပံ့ပိုးပေးအပ်နေပါသည်။ သင့်အနီးရှိ အိမ်တိုင်ရာရောက်ပံ့ပိုးမှုအစီအစဉ်ကိုရှာရန်- [www.bit.ly/homevisitingnys](http://www.bit.ly/homevisitingnys)

## အိမ်တိုင်ရာရောက်ပံ့ပိုးမှုအစီအစဉ်များသည် မိသားစုများကို ဖော်ပြပါ ကဲ့သို့သော အသိုင်းအဝိုင်းရင်းမြစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးပါသည်-

- ဆေးကုသမှု၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ
- ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု
- ကလေးသူငယ်ဘဝအစောပိုင်း ပညာရေးပျိုးထောင်မှု (Early Head Start) နှင့် သင်ယူလေ့လာမှုဆိုင်ရာ ပျိုးထောင်မှု (Head Start)
- အစောပိုင်းပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ
- အစားအသောက်၊ အိမ်ရာနှင့် အလုပ်အကိုင်



## ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု (အသက် ၆ ပတ်မှ အသက် 12 နှစ်အထိ)

ဖော်ပြပါနှင့် သက်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို NYS ကလေးသူငယ်ဆိုင်ရာရုံး(NYS Office of Children) နှင့် မိသားစုဝန်ဆောင်မှုများ(Office of Children and Family Services, OCFS) တို့က ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။

- ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုကို ရှာဖွေခြင်း
- ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ငွေပေးချေခြင်း

ဤဝတ်ဆိုင်တွင် အထောက်အကူရသည့် ဗီဒီယိုများ၊ လက်ကမ်းစာစောင်များ၊ ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ ဒေသတွင်းရင်းမြစ်နှင့် ဆရာဝန်ထံသို့ပြောင်းပေးသည့် အေဂျင်စီအဆက်အသွယ်များပါဝင်သည်။ [www.ocfs.ny.gov](http://www.ocfs.ny.gov)

### QUALITYstarsNY (QSNY)

QSNY သည် NYS အရည်အသွေးအဆင့်သတ်မှတ်မှုနှင့် တိုးတက်ဖော်ဆောင်မှုစနစ်ဖြစ်ပြီး အစောပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုခံယူနေရသည့် အဆင့်နှင့် ပညာရေးအစီအစဉ်များတွင် ရှိနေသည့် ကလေးငယ်များအနေဖြင့် ထူးချွန်မှုကို လက်လှမ်းမီရရှိနိုင်စေရန်နှင့် အဆိုပါ ကလေးငယ်များ၏မိသားစုကလည်း ၎င်းတို့ရွေးချယ်လိုက်သည့် အစီအစဉ်များ၏အရည်အသွေးကို ယုံကြည်နိုင်စေရန်ဖြစ်သည်။

[www.qualitystarsny.org](http://www.qualitystarsny.org)



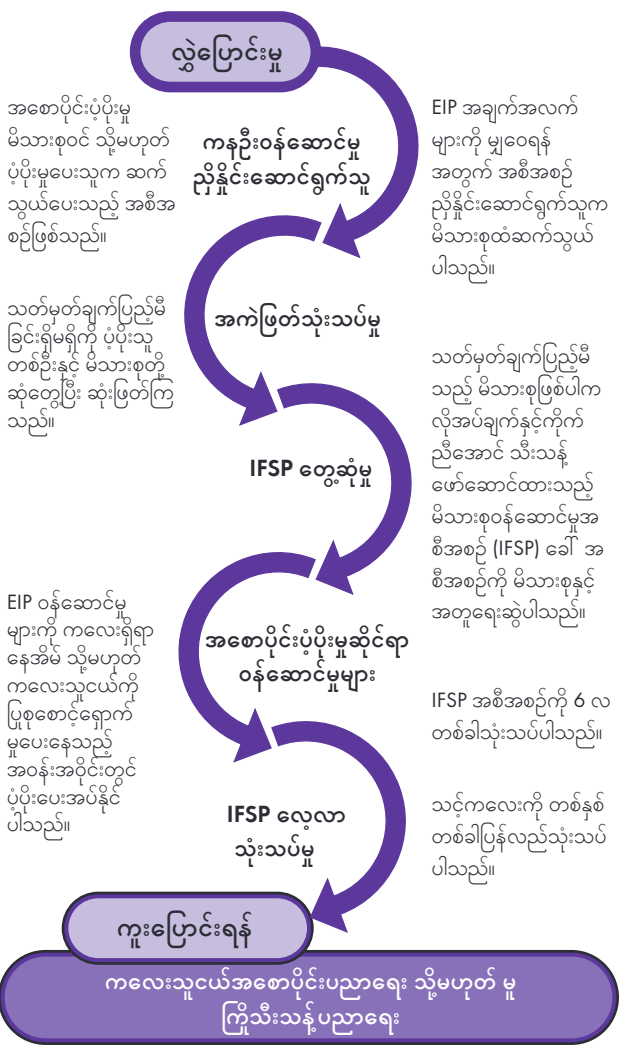
### ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအတွက် အဆင့်များ

- စောစောတင်ပါ**  
သင့် မိသားစုအတွက် သင့်တော်သည့် ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်မှုကို ရှာဖွေခြင်းသည် အချိန်ယူရနိုင်ပါသည်။ သင့်ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်ကတည်းက စုစုပေါင်းပိုင်းပိုင်းကောင်းသည်။ ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို NYS မိဘပေါ်တယ် (NYS Parent Portal) တွင် ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။ [www.nysparenting.org](http://www.nysparenting.org)
- သင့်ဒေသတွင်း CCR&R ကို ခေါ်ဆိုလိုက်ပါ**  
သင့်ဒေသတွင်းရှိ အစီအစဉ်များနှင့် သက်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် သင့်ဒေသတွင်း Child Care Resource and Referral Agency (ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုရင်းမြစ်နှင့် ဆရာဝန်လွှဲပြောင်းမှုအေဂျင်စီ) နှင့် ဆက်သွယ်ပါ။ အဆိုပါစာရင်းကို OCFS ဝတ်ဆိုင်တွင် ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။ [www.bit.ly/ChildCareReferral](http://www.bit.ly/ChildCareReferral)
- ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ကုန်ကျငွေကို ပေးချေနိုင်စေရန် ထောက်ပံ့ပေးမည့် ငွေကြေးအကူအညီ (Help Paying for Care)**  
သင်သည် ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ကုန်ကျငွေကို ပေးချေနိုင်စေရန် ထောက်ပံ့ပေးမည့် ငွေကြေးအကူအညီကို ရယူရန် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီနိုင်သည်ကို သိပါသလား။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် သင့်ဒေသတွင်း CCR&R ကို ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ဖော်ပြပါဝတ်ဆိုင်သို့ သွားရောက်ပါ။ [www.bit.ly/ChildCareFunds](http://www.bit.ly/ChildCareFunds)
- လာရောက်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့် မေးခွန်းများမေးမြန်းခြင်း**  
လာရောက်ကြည့်ရှုခြင်းသည် သင့်ကလေးနှင့် မိသားစုအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပြီး ဆုံးဖြတ်နိုင်စေမည့် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။ သင့်အတွက် အရေးကြီးသည့် အချက်များကို စာရင်းပြုစုထားပါ။

## အစောပိုင်းပံ့ပိုးမှု (အသက် 0 - 3 နှစ်အထိ)

မစွမ်းမသန်ဖြစ်ခြင်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုနှောင့်နှေးခြင်းဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းချက်ကိုယ်စီရှိနေသည့် မွေးကင်းစကလေးများနှင့် အသက် 3 နှစ်အထိရှိသော ကလေးငယ်များကို ပံ့ပိုးပေးသည့် အစောပိုင်းပံ့ပိုးမှု အစီအစဉ် (Early Intervention Program, EIP) သည် ကောင်တီတိုင်းတွင်ရှိပါသည်။ ၎င်းဝန်ဆောင်မှုများကို သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသည့် မိသားစုများအတွက် အခမဲ့ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။ သင့်ကောင်တီရှိ ပံ့ပိုးမှုကိုရှာရန်-

[www.bit.ly/earlyinterventionnys](http://www.bit.ly/earlyinterventionnys)



### အစောပိုင်းပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုနမူနာတွင် ပါဝင်သည်များ-

- စကားပြောကုထုံး
- အလုပ်ပေးကုထုံး
- ကာယကုထုံး
- မိသားစုအကြံပေးဆွေးနွေးခြင်း

## သင်ယူလေ့လာမှုဆိုင်ရာ ပျိုးထောင်မှု (Head Start) (အသက် 0 - 5 နှစ်အထိ)

သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသော မိသားစုများအား ၎င်းတို့၏ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ တက်လှမ်းနိုင်အောင် ထောက်ပံ့ပေးမည့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပံ့ပိုးမှုများကို သင်ယူလေ့လာမှုဆိုင်ရာ ပျိုးထောင်မှု (Head Start) နှင့် ကလေးသူငယ်ဘဝအစောပိုင်း ပညာရေးပျိုးထောင်မှု (Early Head Start) အစီအစဉ်များက ကမ်းလှမ်းပေးအပ်ပါသည်။ အစီအစဉ်များသည် မိသားစုများအတွက် တစ်နေ့လုံး၊ နေ့ဝက်နှင့် အိမ်တိုင်ရာရောက် ထောက်ပံ့ပေးသည့် ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်များကို အခမဲ့ပေးအပ်ပါသည်။ သင့်အနီးအနားရှိ အစီအစဉ်ကို ရှာမည်ဆိုပါက ဖော်ပြပါသို့သွားရောက်ပါ။ [www.bit.ly/headstartprograms](http://www.bit.ly/headstartprograms)

သင်ယူလေ့လာမှုဆိုင်ရာ ပျိုးထောင်မှု (Head Start) အတွက် ပံ့ပိုးမှုများ အစောပိုင်းလေ့လာသင်ယူမှု • ကျန်းမာရေး • စိတ်ကျန်းမာရေး သီးသန့်ပညာရေး • မိသားစုကျန်းမာသူခရီးရုံး



## ပြည်နယ်က ငွေကြေး ထောက်ပံ့ပေးသည့် မူကြို (အသက် 3 - 4 နှစ်အထိ)

မူကြိုသည် ကလေးများအား ကျောင်းတက်၍ရစေရန် ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။ အစီအစဉ်များကို သင့်ဒေသကျောင်း သို့မဟုတ် အသိုင်းအဝိုင်းအခြေပြု အဖွဲ့အစည်းများမှတစ်ဆင့် သင့်မိသားစုထံသို့ အခမဲ့ကမ်းလှမ်းပေးအပ်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် သင့်ဒေသတွင်းကျောင်းခရိုင်တွင် မေးမြန်းစုံစမ်းပါ။ [www.bit.ly/earlylearningnys](http://www.bit.ly/earlylearningnys)

## မူကြိုသီးသန့် ပညာရေး (အသက် 3 - 5 နှစ်)

မူလတန်းသီးသန့်ပညာရေး (Preschool Special Education) အစီအစဉ်သည် မသန်မစွမ်းမှုရှိသည့်ဟု ထုတ်ဖော်သိရှိရသည့် ကျောင်းသားများ၏လိုအပ်ချက်နှင့် ပြည့်မီစေမည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုများကို သင့်ဒေသတွင်းကျောင်းခရိုင်မှ တစ်ဆင့် သင့်မိသားစုထံသို့ အခမဲ့ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ [www.bit.ly/specialdnys](http://www.bit.ly/specialdnys)

### မူကြိုသီးသန့် ပညာရေးတွင် လိုအပ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီအောင် သီးသန့်ဖော်ဆောင်ထားသည့် ပညာသင်ကြားရေးအစီအစဉ်နှင့် ၎င်းအစီအစဉ်အား နှစ်စဉ်သုံးသပ်မှုတို့ ပါဝင်ပါသည်-

- IEP**  
လိုအပ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီအောင် သီးသန့်ဖော်ဆောင်ထားသည့် ပညာသင်ကြားရေးအစီအစဉ် (Individualized Education Program, IEP) ကို သင့်ကလေး၏လိုအပ်ချက်များနှင့် ရည်မှန်းချက်များပြည့်မီစေရန်အတွက် တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်ထားပါသည်။
- နှစ်စဉ်အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှု**  
သင့်ကလေး၏တိုးတက်မှုကို အကဲဖြတ်သုံးသပ်ရန်နှင့် နောက်နှစ်အတွက် ရည်မှန်းချက်များကို ဆုံးဖြတ်ပေးရန်အတွက် တွေ့ဆုံပွဲတစ်ရပ်ကို နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းကျင်းပပေးသွားပါမည်။



# NYS ကလေးဘဝအစောပိုင်းဝန်ဆောင်မှုများဆိုင်ရာ မိသားစုလမ်းညွှန် - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှ အသက် 5 နှစ်အထိ

နယူးယောက်ပြည်နယ်အတွင်းရှိ ကလေးများနှင့် မိသားစုများအား ကလေးဘဝအစောပိုင်းဝန်ဆောင်မှုများရယူနိုင်စေရန် ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်မည့် ရင်းမြစ်လမ်းညွှန်



## မိသားစုအထောက်အပံ့

**လစာဖြင့် မိသားစုအရေးကိစ္စခွင့်**  
 NYS သည် မွေးဖွားလာသည့် ကလေးကို ပြုစုပေးနိုင်ရန်၊ ကျန်းမာရေး အခြေအနေ ဆိုးဆိုးရွားရွားဖြစ်နေသော ချစ်ခင်ရသူတစ်ဦးကို ပြုစု စောင့်ရှောက်ရန် သို့မဟုတ် တစ်စုတစ်ဦးအား နိုင်ငံခြားတွင် စစ်မှုထမ်းရန် ဖိတ်ခေါ်ခံရသည့်အခါ မိသားစုပေါ် သက်ရောက်နေသည့် ဖိအားများကို လျော့ပါးသက်သာရာရစေရန်အတွက် အလုပ်အကိုင်ကို အကာအကွယ် ပေးထားသော၊ လစာဖြင့် ခွင့်ခံစားခွင့်ကို ကမ်းလှမ်းပေးအပ်ပါသည်။ အကူအညီရယူရန် ဖုန်းနံပါတ် **1.844.337.6303** သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.bit.ly/paidleave](http://www.bit.ly/paidleave) သို့ဝင်ရောက်ပါ။

**နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ အမေရိကန်နိုင်ငံသားသစ်များဆိုင်ရာ ရုံးခန်း (The NYS Department of State, Office for New Americans)**  
 ရွှေ့ပြောင်းအခြေချသူအားလုံးကို အခမဲ့ပံ့ပိုးပေးအပ်နေသည့် ဝန်ဆောင်မှုများတွင် ရပ်ရွာအသိုင်းအဝိုင်း ရွှေ့ဆောင်လမ်းပြများ၊ လုပ်သားအင်အားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၊ မိဘတိုင်းအင်အားတက်တက်စကား သင်ကြားပေးခြင်းနှင့် ဥပဒေရေးရာ ဝန်ဆောင်မှုများပါဝင်သည်။ ဖုန်းနံပါတ် **1.800.566.7636** သို့ဖုန်းခေါ်ပါ သို့မဟုတ် [www.bit.ly/onanys](http://www.bit.ly/onanys) သို့ဝင်ရောက်ပါ။

**NYS ယာယီနှင့် မသန်စွမ်းသူများ ကူညီစောင့်ရှောက်ရေးရုံး၊ ဒုက္ခသည်များအတွက် ပံ့ပိုးကောင်းမွန်သော ဝန်ဆောင်မှုများ အစီအစဉ်**  
 အသစ်ရောက်ရှိလာသော ဒုက္ခသည်မိသားစုများအတွက် ဘာသာစကားသင်တန်းများ၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများကိုသို့သော ဝန်ဆောင်မှုများရရှိရန် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ **518.402.3096** သို့ဖုန်းခေါ်ပါ သို့မဟုတ် [www.bit.ly/rsnys](http://www.bit.ly/rsnys) သို့ဝင်ရောက်ပါ။

**Kinship Care**  
 ၎င်းတို့၏ဝတ်ဆိုင် [www.nysnavigator.org](http://www.nysnavigator.org) နှင့် ခေါ်ဆိုခ အခမဲ့ဖုန်းနံပါတ် **1.877.454.6463** မှတစ်ဆင့် အချက်အလက်များ၊ လွှဲပြောင်းပေးခြင်းများနှင့် အကူအညီများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

**NY ကလေးသူငယ်အလွဲသုံးစားမှုကာကွယ်တိုက်ဖျက်ရေးအဖွဲ့ (Prevent Child Abuse NY)**  
 မိဘအကူအညီပေးရေး ဖုန်းလိုင်းအပါအဝင် မိဘအုပ်ထိန်းမှုဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့များနှင့် ရင်းမြစ်များကို ထောက်ပံ့ပေးသည်။ **1.800.244.5373** သို့ဖုန်းခေါ်ပါ သို့မဟုတ် [www.preventchildabuse.org](http://www.preventchildabuse.org) သို့ဝင်ရောက်ပါ။

## ဖွံ့ဖြိုးမှုအပိုင်းတွင် မသန်စွမ်းဖြစ်မှုများ

**NYS ၏ မိဘများမှ မိဘများသို့အစီအစဉ်**  
 ဖွံ့ဖြိုးမှုအပိုင်းတွင် မသန်စွမ်းမှုဖြစ်နေသော ကလေးများကို ပြုစု စောင့်ရှောက်ပေးနေရသော မိသားစုများအား လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးရန်ဖြစ်သည်။ **1.800.305.8817** သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.parenttoparentnys.org](http://www.parenttoparentnys.org) သို့ဝင်ရောက်ပါ။

## နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ မိသားစုစုံညီတွေ့ဆုံမှု (Families Together of NYS)

လူမှုရေး၊ စိတ်ခံစားမှုနှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများရှိသော မိသားစုများနှင့် ကလေးများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ Call **518.432.0333** သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.ftnys.org](http://www.ftnys.org) သို့ သွားရောက်ပါ။



## စိတ်ကျန်းမာရေး

**နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ စိတ်ကျန်းမာရေးရုံး (The NYS Office of Mental Health)**  
 သင်ကြားနေရသည့် မွေးကင်းစ စိတ်ဓာတ်ကျမှု၊ ကလေးစိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် သင့်မိသားစုဆိုင်ရာ အခြားသော လူမှုစိတ္တ လိုအပ်ချက်များအတွက် ဒေသဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးပါသည်။ အကျပ်အတည်းနှင့် ကြုံနေရပါက သင့်အမည်ကိုဖော်ပြခြင်းမပြုဘဲ **800.562.1414** သို့ စာပို့နိုင်ပါသည်။ **1.800.273.TALK (8255)** သို့လည်း ခေါ်ဆိုနိုင်သလို [www.bit.ly/mentalhealthnys](http://www.bit.ly/mentalhealthnys) သို့လည်း သွားရောက်နိုင်ပါသည်။

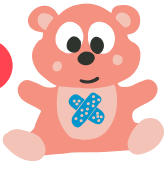
**Postpartum Resource Center ရင်းမြစ်စင်တာ York** သည် ကလေးမွေးဖွားပြီးနောက် မိသားစုများတွင် လိုအပ်နေသည့် စိတ်ကျန်းမာရေးအကူအညီကို ရရှိကြောင်း သေချာစေပါသည်။ အကူအညီလိုင်း **1.855.631.0001** သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.postpartumny.org](http://www.postpartumny.org) သို့ သွားရောက်ပါ။

## အရက်/ဆေးစွဲမှုဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှုများ

**နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ အရက်/ဆေးစွဲမှုများဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပံ့ပိုးမှုများရုံး (NYS Office of Addiction Services and Supports)**  
 သင် သို့မဟုတ် သင်ချစ်ခင်ရသော သူတစ်ယောက်သည် အနိုင်ခံရရန်ကန်နေရပါက **1.877-8-HOPENY (1.877.846.7369)** သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် **HOPENY** (စာတိုပို့ရန် ကုဒ် **467369**) သို့ စာပို့ပါ။ ဆေး/အရက်စွဲမှုဆိုင်ရာ ကုသမှု၊ အခက်အခဲကြိုမူ/ကိုယ်တွင်းအဆိပ်ဖြေမှု၊ အတွင်းလူနာ၊ အိမ်တွင်းလူနာ သို့မဟုတ် ပြင်ပလူနာဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုများအတွက် **FindAddictionTreatment.ny.gov** သို့မဟုတ် [www.bit.ly/oasasnys](http://www.bit.ly/oasasnys) သို့ သွားရောက်ပါ။

## ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး

**အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု**  
**နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုကာကွယ်ရေးရုံး (NYS Office for the Prevention of Domestic Violence)**  
 သင် သို့မဟုတ် သင်သိသောသူတစ်ယောက်သည် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု၏ သားကောင်ဖြစ်ပြီး အကူအညီ၊ အရေးပေါ်အမျိုးအမတ် သို့မဟုတ် အချက်အလက်များရယူလိုပါက သင့်အသိုင်းအဝိုင်းရှိ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုအစီအစဉ်သို့ခေါ်ဆိုပါ။ [www.bit.ly/dvhelpnys](http://www.bit.ly/dvhelpnys) သို့ သွားရောက်ပါ သို့မဟုတ် NYS Domestic and Sexual Violence အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း **1.800.942.6906** သို့ခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်နှင့် စပိန်/ဘာသာစကားမျိုးစုံဖြင့် ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ နားမကြားခြင်း သို့မဟုတ် နားလေးခြင်း **711** ဖြင့် ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။



**ကျန်းမာစွာကြီးပြင်းလာခြင်း (Growing Up Healthy) အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း**  
 ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ အာဟာရနှင့် မိသားစုလိုအပ်ချက်များဆိုင်ရာ အခြားအချက်အလက်များကို ပံ့ပိုးပေးအပ်ပါသည်။ အင်္ဂလိပ်စပိန်နှင့် အခြားဘာသာစကားများဖြင့် တစ်ပတ်လျှင် 7 ရက်၊ 24 နာရီပတ်လုံး ရယူနိုင်ပါသည်။ ခေါ်ဆိုမှုအချက်အလက်အားလုံးကို လျှို့ဝှက်ထားပေးပါမည်။ **1.800.522.5006**

**Medicaid + Child Health Plus**  
 သင်သည် အချို့သောငွေကြေးလိုအပ်ချက်များနှင့်ကိုက်ညီပါက သင့်မိသားစုသည် Medicaid သို့မဟုတ် CHP အတွက် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီနိုင်ပါသည်။ နယူးယောက်ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးအာမခံဈေးကွက် (NY State of Health Marketplace) မှတစ်ဆင့် လျှောက်ပါ သို့မဟုတ် Medicaid သို့မဟုတ် CHP Helpline ကို သို့ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် လျှောက်ထားပါ။ **1.800.698.4KIDS**

**နယူးယောက်ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးအာမခံဈေးကွက် (NY State of Health Marketplace)**  
 ဈေးနှုန်းသက်သာသော အရည်အသွေးပြည့် ကျန်းမာရေးအာမခံအစီအစဉ်ဝယ်ယူရာတွင်၊ နှိုင်းယှဉ်ရာတွင်နှင့် စာရင်းသွင်းရာတွင် သင့်အား ထောက်ပံ့ပေးမည့် အခွန်လိုင်းရင်းမြစ်။ [www.nystateofhealth.ny.gov](http://www.nystateofhealth.ny.gov)

**သွားဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ရင်းမြစ်များ**  
 ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှင့် ကလေးများ၏ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် အရင်းအမြစ်များကို ရှာကြည့်ပါ။ **1.855.355.5777** TTY **1.800.662.1220** သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.bit.ly/dentalnys](http://www.bit.ly/dentalnys) သို့ သွားရောက်ပါ။

**ထိခိုက်ဒဏ်ရာမရရှိစေရန် ကာကွယ်မှု**  
 SAFE KIDS NY သည် ကလေးငယ်များထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းကို ကာကွယ်ရန်နှင့် ဒေသတွင်းမဟာမိတ်များထားရှိရန် ရည်ရွယ်ဖွဲ့စည်းထားသော အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ **516.881.7000** သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [www.bit.ly/safekidsnys](http://www.bit.ly/safekidsnys) သို့ သွားရောက်ပါ။

## အခြေခံလိုအပ်ချက်များ (အစားအသောက်၊ အဝတ်အစား၊ အမိုးအကာ)

**WIC (အမျိုးသမီးများ၊ နို့စိုက်ကလေးငယ်များနှင့် ကလေးများအတွက် အထူးဖြည့်စွက်အာဟာရအစီအစဉ်)**  
 WIC သည် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသည့် မွေးကင်းစကလေးများ၊ ကလေးများနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်၊ နို့တိုက်နေသည့် သို့မဟုတ် မီးဖွားပြီးသည့် အမျိုးသမီးများ၏ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်စေရန် ပံ့ပိုးကူညီပေးခြင်းပေးပါသည်။ [www.bit.ly/wicnys](http://www.bit.ly/wicnys)



**SNAP (အာဟာရဖြည့်စွက်စာပံ့ပိုးပေးအပ်မှုအစီအစဉ်)**  
 SNAP သည် သင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများ ဝယ်ယူရာတွင် ကူညီပေးသည်။ [www.bit.ly/snapnys](http://www.bit.ly/snapnys)

**HEAP (အိမ်တွင်းသုံးစွမ်းအင် ပံ့ပိုးမှုအစီအစဉ်)**  
 သင့်အိမ်ကို အန္တေးဓာတ်ပေးရန်အတွက် ကုန်ကျစရိတ်ပေးရာတွင် HEAP က ထောက်ပံ့ပေးပါသည်။ [www.bit.ly/heapnys](http://www.bit.ly/heapnys)

**ဒေသတွင်းရှိ အစားအသောက်ဘဏ်**  
 သင့်ဒေသအတွင်းရှိ အစားအသောက်ဖြန့်ဖြူးရေးစင်တာနှင့် ချိတ်ဆက်ရန် လိုအပ်သောအကူအညီများအတွက် NYS ကျန်းမာရေးဌာနဝန်ဆိုင်ရာ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ [www.bit.ly/foodbanknys](http://www.bit.ly/foodbanknys)

**နားခိုရန်အတွက် နေစရာပံ့ပိုးမှု**  
 လက်ရှိကာလတွင် အိမ်ရာမရှိဖြစ်နေပါက သို့မဟုတ် အိမ်ရာမဖြစ်တော့မည့် အခြေအနေနှင့် ကြုံတွေ့နေရပါက သင့်ဒေသဆိုင်ရာ လူမှုဝန်ထမ်းဌာနသို့ ဆက်သွယ်ပါ။ [www.bit.ly/housingnys](http://www.bit.ly/housingnys)

**211nys**  
**211** သည် အခြေခံလိုအပ်ချက်နှင့် အထောက်အပံ့များ လိုအပ်နေသော NY ရှိ မိသားစုများအတွက် ကူညီပေးနိုင်မည့် မှတ်ရလွယ်ကူသော ဖုန်းနံပါတ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

*\*ပံ့ပိုးပေးအပ်မှုအစီအစဉ်များ၊ ကျန်းမာရေးအာမခံနှင့် အခွန်လျှော့ချခွင့်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များအတွက် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီမှုနှင့် စာရင်းသွင်းခြင်းကို <https://mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin> တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။*



**NYS မိဘပေါ်တယ် (NYS PARENT PORTAL)**

[WWW.NYSparenting.org](http://WWW.NYSparenting.org)

Download on the App Store

GET IT ON Google play

မိဘများနှင့်မိသားစုများ သုံးစွဲရလွယ်ကူသော ဝတ်ဆိုင်များမှာ အောက်ပါတို့ဖြစ်သည်-

- NYS မိဘလမ်းညွှန်
- နယူးယောက်ပြည်နယ်၊ ကလေးသူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကျောင်းချိန်နောက်ပိုင်း စောင့်ရှောက်ပျိုးထောင်ပေးမှုအစီအစဉ် ရှာဖွေရန် အညွှန်းဝတ်ဆိုင် (The NYS Child Care and After School Program Locator)
- စနစ်ပေါင်းစုံ ရှာဖွေရန် ဝတ်ဆိုင် (Multiple Systems Navigator)
- ကျောင်းသားတိုင်း ကျောင်းတက်စေရန် အထောက်အကူပြု ဝတ်ဆိုင်

ကလေးအထူးကုဆရာဝန်-
WIC Center:
အစားအသောက်ဖြန့်ဖြူးရေးစင်တာ-
အိမ်တိုင်ရာရောက် လာရောက်ကြည့်ရှုပေးသည့် အစီအစဉ်-
ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်ရေးအရင်းအမြစ်နှင့် လွှဲပြောင်းရေးအေဂျင်စီ (Child Care Resource & Referral Agency)-
ကောင်တီ၏ အစောပိုင်းကာလ ပံ့ပိုးမှု-
ကလေးသူငယ်ဘဝအစောပိုင်း ပညာရေးပျိုးထောင်မှုနှင့် သင်ယူလေ့လာမှုဆိုင်ရာ ပျိုးထောင်မှု (Early Head Start / Head Start) ၏ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သူ-
ကျောင်းခရိုင်-

ကျန်းမာရေးအာမခံအတွက် စာရင်းသွင်းရန်-

[www.nystateofhealth.ny.gov](http://www.nystateofhealth.ny.gov)

**1.800.541.2831**

အဆိပ်သင့်လူနာအရေးပေါ်ကုသရေးဌာန-

**1.800.222.1222**

အကြပ်အတည်းကာလ စာတိုပို့ရန်ဖုန်းလိုင်း-

**741-741** သို့ “Got5” ဟု စာတိုရိုက်၍ပို့ပါ