

နအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢကဆိထီၣ်တၢ်ညၢနတမံသးမံအဂ့ၢ်

TEFAP ပှၤမၤစၢၤဖဲးမၤတၢ်အံၤ ရဲၣ်ကျဲၤမၤတၢ်ဒ်သိးကဟံးဃာ်ဂၢ်ကျဲၤ လီၤခိၣ်ဃၢၤတၢ်လီၤကပူၤဖျဲးဒီး သကဲၣ်ပဝးလၢပံၤထံကွၢ်တလီၤ တၢ် ဒီး ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်ခွဲးဂ့ၢ်ယၢ်ဘၣ်အထဲသိးတုၤသိး ဒ်သိးကဟ့ၣ် တၢ်အိဉ်တၢ်အိဆူ ပှၤပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်တဖၣ် လၢတကွၢ်မဲာ် ကလုာ်ပတီၢ် ဖဲးဘၣ်လွဲၣ် ကလုာ်ဂံၢ်ထံး မုၢ်ခွါ (ပၣ်ဃုာ်ဒီး မုၢ်ခွါတၢ်အိဉ်ဖျါ ဒီး မုၢ်ခွါတၢ်သးစဲ) တၢ်နီၣ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ သးန့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဆၢက့ၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကၢ်က့ၤတၢ် လၢ ဂံၢ်ခိၣ်ထံးကမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီခွဲးယၢ် အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ န့ၣ်လီၤ။

ပှၤပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်တဖၣ် အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ် လၢကဆိထီၣ်တၢ်ညၢနတမံသးမုၢ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်နဝဲလၢ ဘၣ်တၢ်ဟံစုရဲၣ်ကျဲၤအီၤလၢ တၢ်တထဲ သိးတုၤသိး လၢအဂ့ၢ်အဝီတအိဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟံညၢနတမံသးလၢ တၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤအနုပယွဲ အသနီၣ်န့ၣ်လီၤ။ မ့ၢ်ဝဲဒၣ်နတၢ်ခွဲးတၢ် ယၢ်လၢကန့ၢ်ဘၣ် တၢ်စံးဆၢလၢအဆၢကတီၢ်အကြးအဘၣ် လၢတအိဉ်ဒီးတၢ်ပျံၤတၢ်ဖုးဘၣ် တၢ်မၤကၢ်က့ၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးလၢကန့ၢ် ဘၣ်တၢ်အိဉ်တၢ်အိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။ ပှၤပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်အတၢ်ဆိထီၣ်တၢ်သးတမံအဂ့ၢ် ကဘၣ်တၢ်ဟံဖျါထီၣ်အီၤလၢတယံၣ်န့ၢ်ဘၣ် 30 သီ ဖဲတၢ် ဆိထီၣ်တၢ်သးတမံအဂ့ၢ်ဝဲလီၤခိၣ် န့ၣ်လီၤ။

တၢ်ဆိထီၣ်တၢ်သးတမံန့ၣ်အကျဲတကမၢ်နီတမံဘၣ်လီၤ။ ပှၤဆိထီၣ်တၢ်သးတမံတဂၤ ဆိထီၣ်ဝဲသ့လၢကျဲတမံမၤလၢလၢအံၤ-

- Food Shelf/ တၢ်တိာ်ကျဲၤ အမံၤ-
- Food Bank - အမံၤ-
 - လီပရၢ/လီတဲစိ-
- MN Food Helpline: 1-888-711-1151
- MN Hunger တၢ်ဃုာ်လီၤဘျီလီၤတၢ်သးတမံခိဖျိပှၤယဲၤလံာ်ကိဉ်ဒိ
- MN DCYF OEO MNTEFAP.DCYF@state.mn.us
- နုလီၤကဝီၤ ဒီး/မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စၢ်ပှၤခၢၣ်စး
- ဆိထီၣ်ဆူ USDA



USDA တၢ်ဘိးဘၣ်ရၢလီၤတၢ်တအိဉ်ဒီးတၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ်

ဒ်လၢ ကီၢ်စၢ်ဖျိကမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီခွဲးယၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီ ဒီး U.S. Department of Agriculture (ကီၢ်အမဲရကၤစံၣ်ပဲၤသ့ၣ်ဖျဲးဝဲၤကျဲၤ) (USDA) ကမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီခွဲးယၢ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သီဒီးကျဲသန့တဖၣ် အိဉ်ဝဲအသိး တၢ်ကရၢကရိအံၤ ဘၣ်တၢ်တြိကွၢ်အီၤလၢ တၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ် သန့ထီၣ်သး လၢ ကလုာ်ပတီၢ် ဖဲးဘၣ်လွဲၣ် ကလုာ်ဂံၢ်ထံး မုၢ်ခွါ (ပၣ်ဃုာ်ဒီး မုၢ်ခွါတၢ်အိဉ်ဖျါ ဒီး မုၢ်ခွါတၢ်သးစဲ) တၢ်နီၣ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ သးန့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဆၢက့ၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကၢ်က့ၤတၢ် လၢ ဂံၢ်ခိၣ်ထံးကမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီခွဲးယၢ် အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ န့ၣ်လီၤ။

တၢ်တိာ်ကျဲၤအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျဲၤ ကအိဉ်ဝဲလၢကျိာ်အဂ့ၢ်ဂၤတလၢထီၣ်ကွၢ်အဲကလံးကျိာ်န့ၣ်လီၤ။ ပှၤတဖၣ်လၢအိဉ်ဒီးနီၣ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ လၢအလိာ် ဘၣ်ဝဲ တၢ်ဆဲးကျဲၤဆဲးကျဲးတၢ်လၢကျဲၤဂၤဒ်သိးကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်တိာ်ကျဲၤအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျဲၤအဂီၢ် (အဒိ ပှၤမဲာ်ဘျီာ်အလံာ် လံာ်စဲကျဲးဖးဒိၣ် တၢ်ကလုာ် အမဲရကၤစုကျိာ်) န့ၣ်ကြးဆဲးကျဲၤဘၣ်ကီၢ်စၢ် မ့တမ့ၢ် လီၤကဝီၤကရၢလၢဟံးမ့ၢ် လၢအပၤဆုၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဝဲတၢ်တိာ်ကျဲၤ မ့တမ့ၢ် USDA အ TARGET Center ဖဲ (202) 720-2600 (တၢ်ကလုာ် ဒီး TTY) မ့တမ့ၢ် ဆဲးကျဲၤ USDA ခိဖျိ ကီၢ်စၢ်ဖျိတၢ်ဆုၢ်ခိလီကျိာ် ဖဲ (800) 877-8339 န့ၣ်လီၤ။

လၢကတီၣ်ထီၣ် တၢ်သးတမံ တၢ်တိာ်ကျဲၤတခါအတၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ် အဂီၢ် ပှၤဆိထီၣ်တၢ်ဖိ ကြးမၤပှဲၤလီၤ လံာ်ကိဉ်ဒိ AD-3027, USDA တၢ်သးတမံ တၢ်တိာ်ကျဲၤတခါအတၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ် အလံာ်ကိဉ်ဒိတဘျီာ် လၢမၤန့ၢ်ဘၣ်အီၤသ့လၢပှၤယဲၤဖိခိၣ် ဖဲ-

<https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/ad-3027.pdf>, ခိဖျိ USDA ဝဲလီၤ ထီၣ်ရီၤတတီၤ ခိဖျိတၢ်ကိးလီတဲစိ (866) 632-9992, မ့တမ့ၢ် ခိဖျိတၢ်ကွဲးလံာ်ပရၢဆူ USDA န့ၣ်လီၤ။ လံာ်ပရၢ ကဘၣ်ပၣ်ဃုာ်ဒီး ပှၤဆိထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အမံၤ လီၤအိဉ်ဆိးထံး လီတဲစိနီၣ်ဂံၢ် ဒီး တၢ်ကွဲး ဟံဖျါထီၣ် တၢ်ပံၤထံကွၢ်တလီၤတၢ်အဂ့ၢ်အဝီလၢဘၣ်တၢ်ဟံမၢ်ဘၣ်အီၤ လၢအဂ့ၢ်အလၢအပှဲၤအပူၤ ဒ်သိးကဒးသ့ၣ်ညါဘၣ် ပှၤမၤစၢၤနီၣ်ခိၣ် လၢ Civil Rights (ASCR) အဂီၢ် ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်လုာ်သ့ၣ်ခါပတၢ် ကမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဝီခွဲးယၢ်လၢဘၣ်တၢ်ဟံမၢ်အီၤ အတၢ်ကဲထီၣ်သးဒီးအနုၤသီ န့ၣ်လီၤ။

တၢ်ကဘၣ်တီၣ်ထီၣ် လံာ်ကီၣ်ဒိ AD-3027 မ့တမ့ၢ် လံာ်ပရၢ လၢတၢ်မၤလၢပဲၤအီၤဝံၤ ဆူ USDA ခီဖျါ-

1. လံာ်ပရၢ-

U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410; မ့တမ့ၢ်

2. ဖဲးဒိဆူလံာ်-

(833) 256-1665 မ့တမ့ၢ် (202) 690-7442; မ့တမ့ၢ်

3. လီပရၢ-

Program.Intake@usda.gov

တၢ်ကရၢကရိအံၤမ့ၢ်ပှၤမၤစၢၤဖဲးမၤတၢ်အိၣ်ဒီးခွဲးယၢ်တၢ်ထဲသီးတုၤသီးတဖုန့ၣ်လီၤ။

MN TEFAP တၢ်သ့ၣ်တမံသးမံကျဲသန့ 3/2025