



အခြေခံ အစားအသောက် အရည်အသွေး သတ်မှတ်မှု လိုအပ်ချက်များ သင်၏အကျိုးခံစားခွင့်ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရေးအတွက် လိုအပ်သည့်အရာ Basic Food Eligibility Requirements: What You Need to Know to Keep Your Benefits

သင့်အနေဖြင့် အလုပ်မလုပ်ပါက သင့် အကျိုးခံစားခွင့်ကိုလည်း အချိန် ကန့်သတ်ထားမည်ဖြစ်သည်

ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် အခြေခံအစားအသောက်အတွက် သင်သည် မှီခိုမှုမရှိဘဲ ရပ်တည်နိုင်သော အရွယ်ရောက်ပြီးသူ (ABAWD) တစ်ဦး အဖြစ် မှတ်ယူပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင်သည် အလုပ်လုပ်နိုင်သူဖြစ်ပြီး သင့်အိမ်ထောင်စုတွင်လည်း ကလေးမရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် လုပ်ငန်းလိုအပ်ချက်များနှင့် ပြည့်မီမှုမရှိပါက လ ပေါင်း 36 လ တွင် သုံးလစာအတွက် အခြေခံ အစားအသောက်ဆိုင်ရာ အကျိုးခံစားခွင့်ကို လက်ခံရရှိနိုင်ပါသည်။

သင်၏ အခြေခံအစားအသောက် အကျိုးခံစားခွင့်ကို မည်ကဲ့သို့ ထိန်းသိမ်းရမည်နည်း

သင့်အကျိုးခံစားခွင့်ကို သုံးလထက်ပိုပြီး ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန်အတွက် အောက်ဖော်ပြပါ လုပ်ရှားမှုများအနက် တစ်ခု တစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက် ပိုသော လုပ်ရှားမှုကို ဆောင်ရွက်ပေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

- လစဉ်လတိုင်း သက်သာချောင်ချိရေးဆိုင်ရာ လက လက်တွေ့လုပ်ရှားမှုအစီအစဉ် တစ်လျှောက်လုံးတွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် အပြည့်အဝ ပါဝင် လုပ်ရှားရမည်။ အဆ အဆိုပါ အစားအသောက် အကျိုးခံစားခွင့်ကို ထိန်းသိမ်းသွားရန်အတွက် သင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် ဆောင်ရွက် ရမည့် နာရီအရေအတွက်ကို သင့် လစဉ်အကျိုးခံစားခွင့်က ဆုံးဖြတ်သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။
- ပျမ်းမျှအားဖြင့် တစ်ပတ်လျှင် အနည်းဆုံး နာရီ 20 သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် နာရီပေါင်း ၈၀ ခန့်အထိ လုပ်ဆောင်ရမည်။
- ပြည်နယ်က သတ်မှတ်ထားသည့် အလုပ်အကိုင်တစ်ခု သို့မဟုတ် အောက်ဖော်ပြပါ လေ့ကျင့်ရေး အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်လုပ်ရှားခြင်း-
 - အခြေခံ အစားအသောက် အလုပ်အကိုင်နှင့် သင်တန်း (BFET)။ ထပ်မံသိရှိလိုပါက www.dshs.wa.gov/bfet တွင် ဝင်ရောက် လေ့လာပါ။
 - လုပ်သားအင်အား ဆန်းသစ်တီထွင်မှုနှင့် အခွင့်အလမ်းဆိုင်ရာ ဥပဒေ (WIOA) တွင် ပါဝင်သော အစီအစဉ်များ။ ထပ်မံသိရှိလိုပါက <https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/wioa> တွင် ဝင်ရောက်လေ့လာပါ။ သို့မဟုတ်
 - AmeriCorps VISTA

ပါဝင်လုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ အတားအဆီးများ

သင့်အနေဖြင့် အောက်ပါအခြေအနေများကြောင့် တစ်လလျှင် အနည်းဆုံး နာရီပေါင်း 80 ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခွင့် မပြည့်ပါက ကျွန်ုပ်တို့ထံ ဆက်သွယ်ပါ-

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးချို့တဲ့မှု။
- အလုပ်သမားနှင့် စက်မှုလုပ်ငန်းများ (L&I)။ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများဆိုင်ရာ အုပ်ချုပ်ရေး သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂလိက မသန်စွမ်း အာ အာမခံ စသည်တို့ထံမှ အကျိုးခံစားခွင့် ရရှိခြင်း။
- အလုပ်အကိုင်ရရှိမှုကို တားဆီးထိန်းချုပ်ထားသည့် အခြေအနေတစ်ခုတွင် နေထိုင်နေခြင်း။
- အသက်အရွယ်ကြီးလာခြင်း သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းဖြစ်ခြင်းကြောင့် မိမိကိုယ်မိမိ ပြုစုစောင့်ရှောက်နိုင်ခြင်းမရှိသော လူ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း။
- ဓာတု မှီခိုကုသမှုတစ်ခု သို့မဟုတ် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း။
- အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များ လျှောက်ထားခြင်း သို့မဟုတ် လက်ခံရရှိခြင်း။
- ကျောင်းတွင် အနည်းဆုံး အချိန်တစ်ဝက်ခန့် စာရင်းပေးသွင်းထားခြင်း သို့မဟုတ်
- ဒုက္ခသည် ငွေသားထောက်ပံ့ရေးအကျိုးအမြတ်များ သို့မဟုတ် ကိုက်ညီသည့် သေဘာတူညီချက် ရန်ပုံငွေများ လက်ခံရရှိခြင်း။ သို့မဟုတ်
- LEP Pathway သို့မဟုတ် CLEVER ပရိုဂရမ်တွင် ပါဝင်ခြင်း။

သင် အစီရင်ခံတင်ပြရမည့် အရာများ

သင့်အနေဖြင့် အောက်ပါအချက်များကို ကျွန်ုပ်တို့ထံ တင်ပြရမည်-

- သင့်အနေဖြင့် တစ်လအတွင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှု နာရီများ၏ လိုအပ်သော အရေအတွက်ကို အပြည့်အဝ မပြုလုပ်နိုင်ခြင်း။
- သင့်အလုပ်အနေဖြင့် တစ်ပတ်လျှင် နာရီပေါင်း 20 အောက် လျော့နည်းနေခြင်း။
- သင့် အိမ်ထောင်စုဝင်ငွေအနေဖြင့် WAC 388-478-0060 ၏ ကန့်သတ်ပမာဏထက် များပြားနေခြင်း။
- သင် သို့မဟုတ် သင့်အိမ်ထောင်စုဝင် တစ်ဦးသည် WAC 388-470-0006(8)(a) ရှိ ကန့်သတ်ပမာဏနှင့် ညီ ညီမျှသော သို့မဟုတ် ကျော်လွန်သော ထိ သို့မဟုတ် လောင်းကစားဂိမ်းတွင် ပမာဏအများအပြားအနိုင်ရရှိခြင်း။

ABAWD လိုအပ်ချက်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး www.dshs.wa.gov/abawd သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

သင့်အနေဖြင့် မေးမြန်းလိုသည်များရှိပါက၊ သင်တန်းအစီအစဉ်တစ်ခုသို့ ဆက်သွယ်ရန် အကူအညီလိုအပ်ပါက သို့မဟုတ် အပြောင်းအလဲ မျှ များကို အစီရင်ခံလိုပါက 1-877-501-2233 သို့ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

အကျိုးခံစားခွင့် လျှောက်ထားခြင်း၊ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်တစ်စောင် တင်သွင်းခြင်း သို့မဟုတ် အပြောင်းအလဲများကို အစီရင်ခံခြင်းတို့ အတွက် www.washingtonconnection.org ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။