



ABLE BODIED ADULT WITHOUT DEPENDENTS (ABAWD) (ပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပွဲၤစ့ၣ်လၢမ့ၢ်ပုၤသဘျုး)

ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ခွဲးယၢ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်- တၢ်လၢနဘၣ်သ့ၣ်ညါလၢကပၤယၢ်နတၢ်န့ၢ်ဘျုးအဂီၢ်

နမ့ၢ်တဖၣ်မၤတၢ်န့ၢ်နတၢ်န့ၢ်ဘျုးတဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အဆၢကတီၢ်လီၤ

နကွၢ်ဆိကမိၣ်န့ၢ်လၢအမ့ၢ် Able Bodied Adult without Dependents (ABAWD) (ပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပွဲၤစ့ၣ်လၢမ့ၢ်ပုၤ သဘျုး) တဂၤလၢ Basic Food (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်) မ့ၢ် လၢနဖဲးမၤတၢ်သ့ၣ်ဒီးဖိလံၤတအိၣ်ဘၣ်အယိန့ၢ်လီၤ

နဒီးန့ၢ် Basic Food (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်) အတၢ်န့ၢ် ဘျုးလၢသၢလၢအဂီၢ်လၢ ၃၆ လၢတဘျီဖဲတမ့ၢ်တတုၤထီၣ်တၢ်ဖဲးတၢ်မၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်န့ၢ်လီၤ

နကပၤယၢ်န Basic Food (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်) အတၢ်န့ၢ်ဘျုးကသ့ၣ်လဲၣ်

နကဘၣ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢလၢတဖၣ်အံၤတခါ မ့တမ့ၢ် အါ ခါ ဒ်သိးကပၤယၢ်နတၢ်န့ၢ်ဘျုးလၢကအါန့ၢ်သၢလၢဂီၢ်ဆူဖိ ခိၣ်န့ၢ်လီၤ

- မၤတၢ်သးအိၣ်မၤကလီၤတၢ်အတၢ်မၤလၢ Workfare တၢ်တီၢ် ကျဲၤလၢလါ စုၣ်စုၣ်ဂီၢ်နတၢ်န့ၢ်ဘျုးတလၢဂီၢ်စုၣ်စုၣ်အနီၣ်ဂံၢ်ကဆၢတံၢ်န့ၢ်ရံၣ်တဖၣ်လၢနကဘၣ်မၤကလီၤတၢ်ဒ်သိးကပၤယၢ်နတၢ်န့ၢ်ဘျုးအဂီၢ်လီၤ
- မၤတၢ်အထီၣ်ဃူအစ့ၤကတၢ်တနွံ ၂၀ န့ၣ်ရံၣ် မ့တမ့ၢ် တလါ ၈၀ န့ၣ်ရံၣ်န့ၢ်လီၤ
- မၤသကိးတၢ်လၢကီၢ်စဲၣ်တၢ်န့ၢ်ဖဲးန့ၢ်မၤဖိးသဲးစး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သိၣ်လိအတၢ်တီၢ်ကျဲၤ ဒ်အမ့ၢ်-
 - Basic Food Employment and Training (BFET) (ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ခွဲးယၢ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်န့ၢ်မၤဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သိၣ်လိ) ကွၢ်အါထီၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂုၤဂၤဖဲ www.dshs.wa.gov/bfet;
 - တၢ်တီၢ်ကျဲၤတဖၣ် ပုၣ်ဃုာ်ဒီး Workforce Innovation and Opportunity Act (WIOA) (ပုၤမၤတၢ်ဖိဂံၢ်လိတၢ်ထူးထီၣ်ဘျီတၢ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်သဲးစးတၢ်ဘျုး) န့ၢ်လီၤ ကွၢ်အါထီၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂုၤဂၤဖဲ <https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/wioa>;
 - AmeriCorps VISTA; မ့တမ့ၢ်
 - Limited English Proficiency (LEP) Pathway (တၢ်သ့အဲကလံးကျိၣ်တလၢတပွဲၤတၢ်မၤလိကျိၤကျဲ)

တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢတၢ်ဖဲးမၤသကိးတၢ်အဂီၢ်

ဆဲးကျဲၤပုၤဖဲ နန့ၢ်လီၤမၤသကိးတၢ်မ့ၢ်တသ့အစ့ၤကတၢ်တလါ ၈၀ န့ၣ်ရံၣ်မ့ၢ်လၢန-

- နီၢ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤ မ့တမ့ၢ် နီၢ်သးဂ့ၢ်ဝီတလၢပွဲၤ-
- ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျုးလၢ Labor & Industries (L&I) (ပုၤမၤ တၢ်ဖိဒီးစဲးဖိကဟ့ၣ်တၢ်မၤ)- တၢ်ပၤဆှၢရဲၣ်ကျဲၤသူးလီၢ်လံၤ မ့တမ့ၢ် နီၢ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပွဲၤတၢ်အုၣ်ကီၤလီၤဆိ-
- အိၣ်ဘၣ်လၢတၢ်အိၣ်သးလၢအမၤတံၢ်တံၢ်တၢ်န့ၢ်ဖဲးန့ၢ်မၤအဂီၢ်- ဒ်အမ့ၢ်ယံာ်ထၢပုၤဟံၣ်ဃီတအိၣ်-
- ကွၢ်ထွဲပုၤလၢအကွၢ်ထွဲလီၤကျဲၤနီၢ်ကစၢ်တသ့မ့ၢ်လၢသးန့ၢ် မ့တမ့ၢ် နီၢ်ခိၣ်ကွၢ်ဂီၤတလၢပွဲၤအယိ-

- နှင်လီသကိးတင်လက်အတင်ကူစါယါဘျါတင်လီဆီ မ့တမ့ တင်ကူစါမၤဘၣ်လိာ်ဖိးဖံက့ၤသကဲာ်ပဝးတင်တိာ်ကျဲၤ-
- ပတံထီၣ်လၢကဒိးန့ၢ်ဘၣ်တင်တန့ၢ်ဖိးန့ၢ်မၤအတင်န့ၢ်ဘျးအဂီၢ်-
- ဆဲးလီမံလၢက့ၢ်အစ့ၤကတၢ်ဆၢကတီၢ်တတ်- မ့တမ့
- ဒိးန့ၢ် (ပုၤဘၣ်ကီဘၣ်ခဲကျိၣ်စ့တင်တိစါၤမၤစါၤအတင်န့ၢ်ဘျး) မ့တမ့ Matching Grant Funds (ကျိၣ်စ့ဆီၣ်ထွဲတင်တိာ် ကျဲၤ)။

တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢနကဘၣ်ဟံဖျါထီၣ်အီၤ

နကဘၣ်တဲဘၣ်ပုၤဖဲလၢ-

- နမၤလၢပုၤန့ၢ်တင်န့ၢ်လီၤမၤသကိးတင်အန့ၢ်ရံၣ်ဟံပနီၣ်သးလၢတလါအဂီၢ်တန့ၢ်
- နတၢ်မၤအန့ၢ်ရံၣ်စ့ၤန့ၢ်တန့ၢ် ၂၀ န့ၣ်ရံၣ်
- နဟံၣ်ပုၤဃီပုၤကျိၣ်စ့တင်ဟဲန့ၢ်အါန့ၢ်တင်ဟံပနီၣ်အီၤလၢ WAC 388-478-0060 အသိး

နမၤန့ၢ်အါထီၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၣ်ဘၣ်ဃး အတၢ်လိာ်ဘၣ်တ ဖၣ်သ့ဖဲ www.dshs.wa.gov/abawd န့ၣ်လီၤ

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တဖၣ် မ့ၢ်လိာ်ဘၣ်တၢ်မၤစါၤ ဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သိၣ်လိအတၢ်တိာ်ကျဲၤ မ့တမ့

အဲၣ်ဒီးတီၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဆီတလဲန့ၢ် ကိးပုၤလီတဲစိဖဲ ၁-၈၇၇-၅၀၁-၂၂၃၃ တက့ၢ်

ကွၢ်ဘၣ်ပပုၤယဲၤသ့ဖဲ www.washingtonconnection.org လၢကပတံထီၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျး တီၣ်ထီၣ်တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ် မ့တမ့ တီၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဆီတလဲအဂီၢ်တက့ၢ်