

လံာ်နဲာ်ကျဲာ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်မၤစၢၤအလီၢ်တဖၣ်
လီၤဆီၣ်တၢ်လၢဖိသၣ်အတၢ်လိာ်ဘၣ်တကပၤ
လၢအဘၣ်တၢ်မၤစၢၤအိၤကလီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်ဒီးမ့တမ့ၢ်လၢအပူၤဘၣ်ဝဲတဖၣ်
ဘၣ်တၢ်စးကျဲးရၤလီၤအိၤအကတၢ်တဘျီ ၆ ၂၀၁၀ နံာ်



Center for People in Need
3901 North 27th Street Unit 1 - Lincoln, NE 68521
www.centerforpeopleinneed.org
402-476-4357

211

နမ့ၢ်လိာ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတမံၤလၢလၢဒီးတသ့ၣ်ညါနကဘၣ်လဲၤဆူလဲာ်ဘၣ်န့ၣ်, ကိးနီၣ်ဂံၢ်
၂၁၁ န့ၣ်တက့ၢ်. ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢအဖီၣ်လီၤတဖၣ်ကစံးဆၢနၤတၢ်လၢ
နဘၣ်သးသ့ၣ်ညါတမံၤလၢလၢဘၣ်ဃး ဟံာ်ဃီ, တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်,
တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသၣ်, ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးပုၤသုတၢ်မူတၢ်ဘျီ, ပုၤလၢအအိၣ်ဒီး
သးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, ပုၤသးပုၤဂံၢ်ဒီးအဂုၤအဂၤလၢအဘၣ်ဃးဒီးပုၤဂံၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢ
တၢ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤဘၣ်ဆူ

www.me211.org န့ၣ်တက့ၢ်.

(အိၣ်ဒီးကျိာ်ကိးကျိာ်ဒဲး)

Neighborhood FOOD Program
တၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤကလိၤတၢ်အိၣ်လၢပုၤတၢ်အပူၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ

Center For People In Need
 3901 North 27th St., Unit 1
 Lincoln, Ne 68521
 402-476-4357

Center For People In Need အိၣ်ဒီးတၢ်နီၤလီၤကလိၤတၢ်အိၣ်လၢပုၤတၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ, ဝဲတၢ်လီၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဖျါအိၣ်လၢလၢတဖၣ်, နိသိးပုၤတၢ်ကိးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်အဂီၢ်တၢ်မၤသကိးအိၣ်ဒီးလုၣ်ခၢၣ်အတၢ်အိၣ်အတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်အိၣ်ကလိၤကိးန့ၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်ဖျါအိၣ်လၢလၢတဖၣ်အံၤအသိးန့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်ခံန့ၣ်

ဟါလီၤခီ ၁:၀၀ - ၂:၀၀ န့ၣ်ရံၣ် F Street Community Center, 1225 F St.
 ဟါလီၤခီ ၄:၀၀ - ၆:၀၀ န့ၣ်ရံၣ် Center for People in Need, 3901 N. 27th St., Unit 1

မ့ၢ်လွံၢ်န့ၣ်
 ဟါလီၤခီ ၁:၀၀ - ၂:၀၀ န့ၣ်ရံၣ် Malone Community Center, 2032 U St.
 ဟါလီၤခီ ၃:၀၀ - ၄:၀၀ န့ၣ်ရံၣ် Oak Lake Evangelical Free Church
 3300 N 1st St.

လၢတၢ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျဲၤအဂီၢ် ဝံသးစူၤကိးဘၣ်လိတဲစီနီၣ်ဂံၢ် ၄၀၂-၄၇၆-၄၃၅၇

**တဘၣ်ဆိကမိၣ်လၢနဂၢ်ဟဲတုၤဆိအယိနကိးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်လၢအဂ့ၢ်န့ၣ်တဂ့ၢ်. တၢ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်အကလုာ်ကလုာ်ဒီးကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်လီၤအိၣ်က့ၢ်က့ၢ်, ဒီးတမ့ၢ်လၢတၢ်အိၣ်တဖၣ်ကနိးသိးလိာ်အသးဘၣ်.

လုၣ်ခၢၣ်အတၢ်အိၣ်အတၢ်န့ၣ်, ဟံၣ်နီၣ်အိၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဖိအတၢ်ဟဲန့ၣ်လၢတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်အိၣ်ကလိၤအဂီၢ်အဖိလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖိဖိအနီၣ်ဂံၢ်	တၢ်ဟံၣ်နီၣ်ဟံၣ်ဖိဖိတလိတဘျီအတၢ်ဟဲန့ၣ်
၁	၁၉၄၉နီၣ်
၂	၂၀၀၀နီၣ်
၃	၂၆၄၀နီၣ်
၄	၃၁၈၀နီၣ်
၅	၃၇၂၀နီၣ်
၆	၄၂၆၀နီၣ်

Clinic with a Heart

Clinic with a Heart အီးထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢ မုၢ်ခဲနံၤကီးနွံဒဲးဖဲ Center for People in Need ပုၤလၢအဖဲဆိဒီးဘၣ်တၢ်ကွၢ်အီၤဆိန့ၣ်လီၤ. တလိၣ်တၢ်မၤပၢၣ်စၢၤ တၢ်ထံၣ်လိာ် Ap-
pointment ဘၣ်. တၢ်စးထီၣ်အီၤလၢဟါခိ ၅:၃၀ - ၇:၀၀ နၣ်ရံၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်
တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ဒ်, တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ဝဲ, နီၢ်ခိအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, နီၢ်သး
အတၢ်ဆါတဖၣ်, တၢ်စါအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်မဲၣ်ချဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်
ကွၢ်တၢ်ဆါအဖးအံၤတလိၣ်တၢ်မၤတၢ်ထံၣ်လိာ်အိၣ်သကိးအလံာ်ဘၣ်. နဟဲဒီးထံၣ်
လိာ်သးဒီးကသံၣ်သရၣ်ပုၤကွၢ်ပုၤဆါတဖၣ်သ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ကိးလါဒဲးအဆိကတၢ်တနွံမုၢ်တနံၤကီးနံၤဒဲးဘၣ်တၢ်အီးထီၣ်အီၤဖဲ Center for People In Need 3901 N. 27th St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ဝဲ, နီၢ်ခိအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, နီၢ်သးအတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ကိးလါဒဲးအဆိကတၢ်တနွံမုၢ်လွံၢ်နံၤကီးနံၤဒဲး F.Street Community Center, 1225 F St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်
- ကိးလါဒဲး ခဲနွံတနွံ မုၢ်ခဲနံၤကီးနံၤဒဲး Center for People In Need 3901 N. 27th St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ဝဲ, နီၢ်ခိအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, နီၢ်သးအတၢ်ဆါတဖၣ်ဒီးတၢ်စါအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်
- ကိးလါဒဲး ခဲနွံတနွံ မုၢ်လွံၢ်နံၤကီးနံၤဒဲး F.Street Community Center, 1225 F St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်
- ကိးလါဒဲး သၢနွံတနွံမုၢ်ခဲနံၤကီးနံၤဒဲး Center for People In Need 3901 N. 27th St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ဝဲ, နီၢ်ခိအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, နီၢ်သးအတၢ်ဆါဒီးဝဲ
- ကိးလါဒဲး သၢနွံတနွံမုၢ်လွံၢ်နံၤကီးနံၤဒဲး F.Street Community Center, 1225 F St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်
- ကိးလါဒဲး လွံၢ်နွံတနွံမုၢ်ခဲနံၤကီးနံၤဒဲး Center for People In Need 3901 N. 27th St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်, ဝဲ, နီၢ်ခိအတၢ်တူၢ်ဘၣ်, နီၢ်သးအတၢ်ဆါတဖၣ်ဒီးတၢ်စါအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်

- ကီးလါဒီး လွိုင်နွံတနွံမုာ်လွိုင်နံၤကီးနံၤဒီး F.Street Community Center,
1225 F St. တၢ်ကွၢ်တၢ်ဆါအကလုာ်ကလုာ်

လုနံၤခၢၣ်ဖိသၢ်တၢ်ဟံၣ်ကီၤကွၢ်ကီၤတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွၢ်အလီၢ် 402-477-4000

1420 P St. 402-477-0128

www.lincolnchildrenmuseum.org

Have a Heart အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢမိၢ်ဟံၣ်ဒီးဖိသၢ်တဖၣ်အဂီၢ် (ဖိသၢ်တုၤလၢ
၁၈နံၣ်တဖၣ်) လၢအအိၣ်လၢဟံၣ်တဖၣ်ယီၤအပူၤကဘၣ်ဟ့ၣ် ၅ဒီးလၢဟံၣ်ဖိယီၤဖိ
ခဲလၢၢ်အဂီၢ်, ဒီးဖဲနအိၣ်ဒီးလဲၤတဘျီလၢလၢအိၣ်နံၣ်အတီၢ်ပူၤ

ယကဘၣ်ပတံၤထီၣ် Have a Heart နီၣ်လဲၣ်.

မၤပဲၤ Have a Heart အလံာ်ပတံၤထီၣ်, ဒုးနံၣ်နတၢ်ဟဲန့ၣ်အလံာ်ဖီတၢ်ကလုာ်ကလုာ်
တဖၣ်ဆူ တၢ်ဟံၣ်ကီၤကွၢ်ကီၤတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွၢ်အတၢ်ကွၢ်ကီၤအလီၢ်အပူၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်အအိၣ်,
ဒီးတၢ်ကထၢနၤ ၅ဒီးလၢန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟဲန့ၣ်အလံာ်ဖီတၢ်အတၢ်အုၣ်ကီၤ

ဒ်သိးနကဒုးနံၣ်အီၤလၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအဂီၢ်

မဲးဒီးခးအခး

လုနံၤခၢၣ်အဲးကံၤရှၢၣ်နံၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ

ဟဲးဒီးစတး Head Start

မၤပဲၤIRS အလံာ်နီၣ်ဂံၢ် ၁၀၄၀

ဟံၣ်ဖိယီၤဖိအတၢ်ဟဲန့ၣ်

တၢ်ဟဲန့ၣ်ကဘၣ်ဒ်သိးလိာ်အသးမ့တမ့ၢ်စ့ၤန့ၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိယီၤဖိအတၢ်ဟဲန့ၣ်လၢအဘၣ်တၢ်
ဟံၣ်ဖျါအီၤလၢလၢတဖၣ်

ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၂၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၂၅၃၂၆ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၃၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၃၁၇၆၄ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၄၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၃၈၂၀၂ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၅၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၂၄၄၆၄၀ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၆၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၅၁၀၇၈ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၇၇၁ တၢ်ဟဲန့ၣ်၅၇၅၁၆ဒီလၣ်
ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၈၇၁ မ့တမ့ၢ်အါန့ၢ် ၈၇၁ အတၢ်ဟဲန့ၣ်၆၃၉၅၄ဒီလၣ်

တၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢတၢ်လဲၤဟးဆူတၢ်ဟံၣ်ကီၤဖိသၣ်အတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲၤအလီၤ

- ထဲဒၣ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိအနီၣ်ဂံၢ်လၢအအိၣ်ဖျါလၢလံာ်အုၣ်သးအလီၤ, ပှၤအဂၤလဲၤလၢအလီၤတသ့ဘၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်က့ၤစ့ၤကိးလၢစ့ဘၣ်.
- တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒီလီၤအံၤ, တပၣ်ယုၣ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလီၤဆီတဖၣ်ဘၣ်.
- Have a Heart အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအံၤ, မ့ၢ်ဒၣ်ထဲလၢတၢ်လဲၤကွၢ်ကီၤအဂီၢ်ဇိၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်တလီၤန့ၢ်အပှၤ မ့တမ့ၢ် အတၢ်ဘၣ်ဘျးလၢအဂၤတအိၣ်ဘၣ်. တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအံၤဆီတလဲအသးသ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်န့ၣ်လီၤလုၢ်ခၢၣ်ပဒိၣ်အကွဲၤအတၢ်ဘျး

တၢ်ဘျးတၢ်န့ၣ်လီၤကွဲၤတၢ်မၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

န့ၣ်တြၢ်စကၣ်အတၢ်ပၤလိာ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်လၢဖိသၣ်လၢကန့ၣ်လီၤကွဲၤသ့ၣ်တဖၣ်ကမၤကွၢ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဘျးဒီးလၢအန့ၣ်လီၤကွဲၤဒီးဘၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. ကတီၢ်ဆီကွဲၤဖိ ဒီးဖိသၣ်ဆံးလၢတၢ်ဘျးန့ၣ်လီၤဒီးတီၤဖုၣ်ကွဲၤသ့ၣ်တဖၣ်တုၤလၢ သၢတီၤကွဲၤဖိတဖၣ်, ယုတီၤကွဲၤဖိတဖၣ်, ခွဲတီၤကွဲၤဖိတဖၣ်ကဘၣ်မၤကွၢ်အမဲာ်ချ့, အနာ်, အမဲ, အထီဒီးအစီၤန့ၣ်လီၤ. ပှၤယုတီၤဒီးပှၤခွဲတီၤတဖၣ်ကဘၣ်မၤကွၢ်စ့ၤကိးအသ့ၣ်အတၢ်ထီၣ်ဒီးအဂုၢ်ယံအထံန့ၣ်လီၤ. ပှၤလၢအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဂ့ၤဘၣ်တဖၣ်, ကဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအဝဲသ့ၣ်လၢကွဲၤအကသံၣ်သရၣ်မ့ၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကဒုးသ့ၣ်ညါမိာ်ပာ်တဖၣ်လၢအဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂုၢ်န့ၣ်လီၤ. မိာ်ပာ်လၢတအဲၣ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်အဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့

သွပ်တဖန်, ကဘဉ်ဒုးနဲဒ်အဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အလံာ်အုၣ်သးလၢအမၤတၢ်ဝဲတဖန်တချုးဒဲးလၢလါမ့ၤထီၣ် ၁သီဒဲးဘဉ်, အစဲၤခဲကတၢ်လါဒဲးဘဉ်န့ၣ်လီၤ.

လၢကတီၤဆိက့ၤ, တီၤဖုၣ်က့ၤဖိ, ဒီးနွံတီၤက့ၤဖိတဖန်မ့တမ့ၢ်ဖိသဉ်ကိးဂၤလၢကထီၣ်ပဒိၣ်အက့ၤတဖန်ကန့ၣ်လီၤက့ၤအဂီၢ်, တၢ်မၤကွၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အလံာ်အုၣ်ကီၤကဘဉ်တၢ်ဒုးနဲဒ်အီၤလၢယုလါအတီၢ်ပူၤတချုးဒဲးလၢကန့ၣ်လီၤက့ၤဒဲးဘဉ်အခါန့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်ပုၤဘဉ်ထွဲသွပ်တဖန်ကဘဉ်ပတံၤထီၣ်လံာ်ခိဖျိလၢတၢ်ကွဲးဘဉ်ပးအဖိသွပ်တဖန်အဂ့ၢ်ခိဖျိ ကသံၣ်သရၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤကဘဉ်တၢ်ဟံၣ်ကီၤယၢ်အီၤလၢက့ၤဖိသဉ်တဖန်အတၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါအလံာ်ပူၤလၢတၢ်ကဆိးကါအီၤလၢက့ၤအတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အုၣ်ကီၤဘဉ်ပးဖိသဉ်အတၢ်မၤကွၢ်အတၢ်ထံၣ်ခိဖျိကသံၣ်သရၣ်, ကသံၣ်သရၣ်အနဲၣ်ရၣ်, မ့တမ့ၢ်ပုၤဘဉ်မ့ဘဉ်ဒါလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တကပၤလၢအအိၣ်ဒီးလံာ်အုၣ်သးလၢယုလါအတီၢ်ပူၤတဖန်, တချုးဒဲးလၢဖိသဉ်သွပ်တဖန်ကန့ၣ်လီၤက့ၤဒဲးဘဉ်အခါမ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်လၢအအိၣ်ဟဲန့ၣ်လီၤက့ၤလၢတၢ်လီၢ်အဂၤတဖန်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ

က့ၤဖိသွပ်တဖန်ကဘဉ်ဒုးနဲဒ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအလံာ်အုၣ်သးဖဲအန့ၣ်လီၤက့ၤအကတီၢ်, ဖဲကန့ၣ်လီၤဆူလုန့ၣ်ခါပဒိၣ်က့ၤကိးဖျါဒဲးအခါန့ၣ်လီၤ. က့ၤဖိလၢတဆဲးဘဉ်ကသံၣ်ဒီသဒၢသွပ်တဖန်န့ၣ်လီၤက့ၤတသ့ဘဉ်. က့ၤဖိသွပ်တဖန်လၢအဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတသ့ခိဖျိလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဖိခိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအတၢ်ဒုၣ်တၢ်ထုဖိခိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၤတဖန်ကဘဉ်ဆဲးကျိးက့ၤအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဝဲၤဒီးန့ၣ်လီၤ. က့ၤဖိလၢတဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢသွပ်တဖန်ကဘဉ်ပးထီၣ်လၢက့ၤပူၤဖဲတၢ်ဆူးတၢ်ဆါရၢ်လီၤသးအခါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢလၢဖိသဉ်တဖန်အဂီၢ်

အလီၢ်အိၣ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကဘဉ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတချုးန့ၣ်လီၤဒဲးက့ၤဘဉ်အခါန့ၣ်လီၤ.

လုန့ၣ်ခါ, လဲနဲဒဲးစထၢၣ်အတၢ်ပၤဆူၣ်ချ့မၤစၢၤဝဲၤကျိၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢလၢ

တလက်ပူလက်ကလံဘက်တရီဆူဖီသပ်လီအလီအိတ်သွတ်တဖန်နဲ့လီ၊ နိုနိုတခီ တာကဘက်ဟဲ့ဗိုဗို၊ စု၅၅လီ၊ ဘက်ဆပ်၊ ဆူဗျူမၤစၤဝဲကျိတဂ့ၢ်လီၤပုၤနီတ ဂၤဘက်၊ ဖိသပ်သွတ်တဖန်ကဘက်မ့ၢ်ပုၤလၢ

- အအိတ်ဒီးမဲးဒီးခွး မ့တမ့ၢ် ခံးဒိတ်နဲးရှၢၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ
- ဖိသပ်လၢတအိတ်ဒီးတၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့အလံာ်အုၣ်ကီၤတဖန်
- အမဲရကၤအုၣ်ဒယၢၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤအၣ်လၢၣ်စကၣ်ဖိတဖန်
- ဖိသပ်လၢအအိတ်ဒီးတၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့အလံာ်အုၣ်ကီၤအဂ့ၢ်အဂၤတဖန်ဘက်ဆပ်၊ လၢတပၣ်ယုၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်အုၣ်ကီၤတဖန်အဂီၢ်
- တလိၣ်လၢဖိသပ်တဖန်ကဘက်အိတ်ဒီးအလံာ်အုၣ်သးလီၤတၢ်လီၤဆဲးဘက်
- တဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢတၢ်ဟဲန့ၢ်အဖိခိတ်ဘက်.

တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢသ့ၤလဲ လုၣ်ခၢၣ်လဲနဲးစထၢၣ်ဆူၣ်ချ့မၤစၤဝဲကျိဒီးက သံၣ်ဒီသဒၢအိတ်ဝဲဒ်ဒ်အမ့ၢ် - တၢ်ဆါထူၣ်တဖန် diptheria, တၢ်ဆါထူၣ်ပျံးဝဲး Tetanus, Pertussis, Haemophilus influenza type B, poliomyelitis, measles, mumps, rubella, hepatitis B, pneumococcal, flu and varicella သွတ်တဖန်နဲ့လီၤ.

လၢတၢ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်ဆဲးကျိးဘက်

လုၣ်ခၢၣ်လဲနဲးစထၢၣ်တၢ်ပၤအဆူၣ်ချ့မၤစၤဝဲကျိၤ 402 441-8065

3140 N St.

ဝံသးစူၤလဲၤတၢ်ဆိတ်ခီန့ၣ်ရံၣ်တချုးဒီးလၢအကၢ်တၢ်ဒီးဘက်အခါ, လၢတၢ်ကမၤပုၤ လံာ်လံာ်တဖန်အဂီၢ်, ဝဲန့ၣ်လဲၤအခါလဲၤစိတ်ယုၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအလံာ်မၤနီၣ်မၤ ယါသ့ၣ်တဖန်နဲ့တက့ၢ်. အလီၢ်တအိတ်လၢတၢ်ကမၤတၢ်ထံၣ်လီၤအိတ်သကိးသးအဂီၢ် ဘက်.

အိးထီၣ်မုၢ်တနံၤ, မုၢ်ခံနံၤ, မုၢ်သၢနံၤ, မုၢ်ယဲာ်နံၤ, ၈:၀၀-၄:၀၀ မ့မ့ၢ်လွံၢ်နံၤတခီအိး ထီၣ်လၢ ၈:၀၀-၅:၀၀, ကိးလါဒီးမုၢ်ယုၣ်နံၤတၢ်တနံၤ ၁၀:၀၀-၁:၀၀န့ၣ်ရံၣ်

လံာ်ရိဒါးလၢလုန့ၣ်ခါၣ်အပူၤတဖၣ်

Anderson Branch Library
3635 Touzalin Ave.
402-441-8540

Williams Branch Library
5000 Mike School St.
402-441-8580

Bennett Martin Library
136 S. 14th St.
402-441-8500

Bethany Branch Library
18010 North Cotner Blvd.
402-441-8550

Eiseley Branch Library
1530 Superior St.
402-441-4250

Gere Branch Library
2400 S. 56th St.
402-441-8560

South Branch Library
2675 South St.
402-441-8570

Walt Branch Library
6701 S. 14th St.
402-441-4460

လၢတၢ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်ကိးဖိန့ၣ်သ့ၣ်လီၤ. နဒီးန့ၣ်လံာ်ရိဒါးအလံာ်အုၣ်သးတဖၣ်သ့ၣ်လၢတလၢာ်ဒီးအပူၤကလံၤဘၣ်ဒီးနတီၣ်ထီၣ်အီၤလၢအုၣ်န့ၣ်ထဲနဲးသ့ၣ်ဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကတီၤဆိကွီဖိတဖၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ

ဖိသၣ်ဆံးဆံးဖိတဖၣ်အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအရ့ၣ်ဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.

ပတံထီၣ်ဘၣ်သကိးကတီၤဆိကွီဖိတဖၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤန့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအံၤမ့ၢ်ဝဲဒၣ်လၢပူၤတၢ်ဟဲန့ၣ်စ့ၤတဖၣ်အဂီၢ်အမ့ၢ်ပုၤမိၢ်ဒါးဒီးဟံၣ်ဖိလီၤဖိတဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးဖိသၣ်အိၣ်ဖျဲၣ်လီၤသီတဖၣ်ဒီးတူၤလၢယဲၢ်န့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပအိၣ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအမ့ၢ် -
တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢကပလၢာ်ဘၣ်ပူၤတၢ်အတၢ်အိၣ်သးဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိအဘၣ်ယးဒီးတၢ်လဲၤဟးအိၣ်သကိးဟံၣ်ဖိတဖၣ်လၢဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
ပအိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးတၢ်မၤလိအတၢ်လဲၤခီဖျိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
တၢ်မၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်အုၣ်အိၣ်ချ့ၤဒီးတၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်တၢ်မၤစၢၤဖိသၣ်တဖၣ်လၢအမၤစၢၤလီၤအသးတသ့ဘၣ်တဖၣ်

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်လးပှၤတၢ်အတၢ်မၤစၢၤအလီၢ်အကျဲတဖၣ်

တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢကမၤအါထီၣ်တၢ်န့ၣ်န့ၣ်လီၤသး

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါဒီးပှၤတၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢတလၢၣ်ပှၤ
လၢၣ်ကလံၤတဖၣ်လၢဟံၣ်ဖိယီၤဖိတဖၣ်အဂီၢ်

လံာ်ပတံထီၣ်တဖၣ်တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်လီၢ်ဒ်တၢ်ပၢ်ဖျါအီၤလၢလၢတဖၣ်အသိးအံၤ
န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်, နလဲၤလၢနီၢ်ကစၢ်မ့တမ့ၢ်ကိးလီ
တဲစိသ့ဝဲဝဲ

Lincoln Public Schools

5901 O St.

Lincoln, NE 68510

402-436-1995

Community Action Partnership of Lancaster and Saunders Coun-
ties (ခဲအံၤဘၣ်တၢ်ကိးအီၤလၢ Lincoln Action Program)

210 O St.

Lincoln, NE 68508

402-471-4515

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဂၤအဂၤတဖၣ်

WIC - Women, Infants and Children 402-441-6200

Lincoln-Lancaster County Health Department

3140 N St.

Family Service 402-441-8655

501 S. 7th St.

WIC မှတ်တမ်းလိာတန်နီလီတန်အိန်နိုဂ်နိုဘိတဖန်ဆူပုမိဒါ, မိဒုးအိန်နိုဖိတဖန်, မိလအိန်ဖျိုဝံသီတဖန်, ဖိသန်အိန်ဖျိုလီသီတဖန်ဒီးဖိသန်ဆံးတုလါ ၅နိုတဖန်နိုလီ. ပုလအဒီးနိုဘန်တန်ရဲတန်ကျဲသုတဖန်မုဝဲပုလအတန်ဟဲနန်အိန် ၁၈၅မုးကယတဖန်ဒိပဒိန်တန်ဟိပနိုတန်ဟဲနန် ၃၇၀၀၀ ဒီလန်လါဟံဂ်ဖိယိဖိ ၄၇၁အဖိခိန်နိုလီ. တန်ဟုန်တန်အိန်အစရိတလါစးထိန်လါ ၃၃-၁၂၂ ဒီလန်နိုလီ.

တန်ကိခါတန်အိန်အတန်ရဲတန်ကျဲ
လုန်ခန်လဲနဲခဲးစထန်အတန်ပာဆူဂ်ချမၤစၤဝဲကျဲ

3140 N St. 402-441-8000

တန်အိန်ခိလီအိန်ဝဲဒန်လါဖိသန် ၂-၁၈နိုတဖန်အဂီ, ဘန်ဆန်ကဘန်ဒီးသနုထိန်အသးလါဟံဂ်ဖိယိဖိအတန်ဟဲနန်အဖိခိန်နိုလီ. တန်ရဲတန်ကျဲအံအိန်ဒန်ဖဲတန်ကိခါကျဲပျိအကတိန်ဇိ, ဖဲဖိသန်တဖန်တအိန်ဘန်မုဆါခိလါကိဘန်အတန်နိုလီ. ကိးဖိန်လါတန်သုန်ညါအါထိန်တန်ဒုးအိန်ကလိတန်အိန်အလီနိုတကွန်.

Salvation Army 402-474-6263
2625 Potter St.

နဒီးနိုဘန်ဖိသန်အဒဲဖန် Diapers, တန်ထွါခဲဒီးကသံဂ်ဖျိဖိသန်တဖန်သုဝဲဒန်ခဲလါတဘျိနိုလီ. လါနကဒီးနိုဘန်တန်မၤစၤဖဲတန်လီအံဒီးသနုထိန်သးလါတန်ဟဲနန်အဖိခိန်နိုလီ.

Behave'n

Behave'n, Inc. မှတ်တမ်းလိာအမၤဖိသန်တဖန်အဂီနိုလီ. တန်ရဲတန်ကျဲအံဘန်တန်သုးကျဲဒုးအိန်ထိန်အိလါ Janie ဒီး Roger Peterson လါကမၤအါထိန်ဖိသန်အတန်သုတန်ဘန်လါဟံဂ်, လါကိဒီးလါပုတဝါပုအဂီနိုလီ.

Behave'n, Day Center, Inc. မှတ်တမ်းလိာကိးတန်ဒီးဖိသန်ဒီးအဟံဂ်ဖိယိဖိအတန်အိန်မူတန်လီသုန်မံသးမံအဂီနိုလီ.

- Behave'n မုဆါခိအတန်ရဲတန်ကျဲတန်မၤလိအလီ
- Behave'n မုဆါခိအတန်ရဲတန်ကျဲလါပုတဝါပု
- Behave'n အလိတန်ကစိန်

- B'yond အတ်မလီအလီ
- Behave'n အတ်ဟုတ်တီသိန်လီ
- Behave'n တ်ပာဆာမိပ်အတ်ရဲတီကွဲ

Behave'n Corporate Office

8922 Cuming St.

Omaha, NE 68114

Phone : 402-926-4373

Fax : 402-926-3898

တံဆိကတီ : ဂီဒီ ၆:၀၀-ဟါဒီ၆:၀၀န့ရဲ
မုတ်နံ-မုတ်ယံနံ (ကတ်တံလါမုတ်နံဒိန်မုတ်နံထီတဖန်)

Lincoln

1145 High St.

Lincoln, NE. 68502

Phone : 402-423-6464

Fax : 402-423-6465

တံဆိကတီ : ဂီဒီ ၆:၀၀-ဟါဒီ၆:၀၀န့ရဲ
မုတ်နံ-မုတ်ယံနံ (ကတ်တံလါမုတ်နံဒိန်မုတ်နံထီတဖန်)

www.behavenkids.com

ဂိုဂီၤအူအတၢ်လိာ်ဘၣ်

Adult Abuse (Nebraska Health and Human Service) 800-652-1999

မၤစၢၤပူၤဒိၣ်တၢ်ခိၣ်ပွဲၤလၢအဘၣ်တၢ်မၤအိၤလၢတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးတဖၣ်အပူၤ

TDD 402-471-9570

Animal Abuse (Break the Link) 402-441-0212

မၤစၢၤဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိလၢတၢ်တအံးထွဲကွၢ်ထွဲအိၤဒီးမၤအၢမၤနးအိၤတဖၣ်

Child Abuse and Adult/Elder Abuse Reporting Hotline 800-652-1999

မၤစၢၤဖိသၣ်ဒီးပူၤဒိၣ်တၢ်ခိၣ်ပွဲၤလၢအဘၣ်တၢ်မၤအိၤလၢတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး

Drug/Alcohol Drug Crisis Line 402-475-5683

မၤစၢၤပူၤလၢအစဲတၢ်မူတၢ်ဘျးဒီးသံးတဖၣ်

Fire/Medical Emergency 911

ကိးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဘၣ်လးမ့ၣ်အူအဝဲၤဒးလၢဂိုၢ်ဂီၤအူတမံၤလၢလံာ်အဖီခိၣ်

HIV/AIDS Nebraska Hotline 800-782-2437

တၢ်မၤစၢၤဘၣ်လးပူၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအူးဒ်တဖၣ်

Planned Parenthood တၢ်မၤစၢၤဘၣ်လးတၢ်ဒီသဒေဖိအဂ့ၢ်အကျိၤ 402-441-3332

Poison Center Children's Hospital ဖိသၣ်အတၢ်ဆါဟံၣ် 800-222-1222

Police-Emergency ဝၢၤကီၢ်အဝဲၤဒးလၢဂိုၢ်ဂီၤအူတမံၤလၢလံာ် 911

Police-Non-Emergency 402-441-7204

ကိးဝၢၤကီၢ်အဝဲၤဒးလၢတၢ်ဂ့ၢ်တမံၤလၢလံာ်အဖီခိၣ်

Voices of Hope Crisis Center 402-475-7273

တၢ်မၤစၢၤပူၤတဂၤလၢလံာ်လၢအတူၢ်ဘၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး

Suicide/Mental Health (Lancaster County Mental Health) 402-441-7940

တၢ်မၤစၢၤပူၤလၢအသးအိၣ်မၤသံလီၤက့ၢ်အသးတဖၣ်ဒီးပူၤလၢအသးတထံတဆးတဖၣ်

Youth/Family Crisis (Cedars Youth Services) 402-437-8888

တၢ်မၤစၢၤပူၤသးစၢ်ဒီးဟံၣ်ဖိယီဖိတဖၣ်လၢအတူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်တၢ်မၤနၢၤ

CFPIN အလံာ်ဒုးနဲာ်ကျဲာ်တဖာ်



လံာ်နဲာ်ကျဲာ်တဖာ်အိာ်ဝဲဒာ်အကလုာ်ကလုာ်ဒိအမုာ်-

- လံာ်အလွဲာ်ဘီလုာ်အိာ်ဆူာ်အိာ်ချ့တကပးအဂီာ်
- ထူအလွဲာ်လုာ်အိာ်တိာ်အိာ်တကပးအဂီာ်
- တယုာ်သုာ်အလွဲာ်လုာ်ဟံာ်ဃီတအိာ်, ဘာ်ဟးမံာ်ဖျိးတဖာ်အဂီာ်
- အလွဲာ်လုာ်လုာ်လုာ်လဲာ်ထီာ်ကျဲာ်လီာ်အဂီာ်
- အလွဲာ်လုာ်လုာ်အိာ်မူအိာ်ဆူာ်အိာ်ချ့အဂီာ်
- အလွဲာ်ဂီာ်စာ်လုာ်ကစဲးကရဲးကလုာ်ကလုာ်အဂီာ်
- အလွဲာ်လုာ်အဲးလုာ်သုာ်အတိာ်လိာ်ဘာ်တကပးအဂီာ်

လံာ်တဖာ်အံာ်အိာ်ဝဲဒာ်လုာ် ရာရုာ်, စပဲးနူးရဲးဒိအိာ်ရဲာ်ဘာ်အကျိာ်န့ာ်လီာ်.

ဒိာ်ဖျဲာ်ထုာ်လဲးဘိ

စဲာ်ထုာ်အိာ်ဒိးအိာ်ဖျဲာ်ထုာ်အဖးလုာ်ကမုာ်အဂီာ်လုာ်, မုာ်ခဲာ်ဟါလီာ်ဒိ ၄:၀၀-၈:၀၀န့ာ်ရံာ်, မုာ်ယုာ်နဲာ် ဂီာ်ဒိ ၉:၀၀-ဟါဒိ ၂:၀၀န့ာ်ရံာ်န့ာ်လီာ်.

နဲာ်ဆိးကါဒိာ်ဖျဲာ်ထုာ်အဖးသုာ်, တအိာ်ဒိးအပူာ်ကလံာ်, လုာ်လိာ်ဘာ်အကလုာ်ကလုာ်ဖိဒိာ်ဒိအမုာ်, အဲာ်ထုာ်နဲး, တာ်ပတံထီာ်တိာ်ဖဲးတိာ်မးအကလုာ်ကလုာ်အဂီာ်, မးလိာ်ဒိလံာ်လဲာ်, အဲကလံးကျိာ်ဒိးအဂုာ်အဂါသုာ်တဖာ်သုာ်န့ာ်လီာ်.

