

ကျွန်ုပ်၏တာဝန်များမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း။

သင်သည် သင်၏ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုရှိ ကလေးများကို ကျွေးမွေးသော အစားအသောက် အနပ်အရေအတွက်နှင့် သင်ကျွေးမွေးသော အစားအစာများကို ပြသပေးသည့် မီနူးများ၏ နေ့စဉ်မှတ်တမ်းများကို သိမ်းဆည်းထားရမည်။ သင်၏ CACFP စပွန်ဆာသည် ၎င်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပြုလုပ်ပုံအကြောင်း လေ့လာရန် သင့်အား ကူညီပေးမည်ဖြစ်သည်။

မည်သည့်အချိန်တွင် လျှောက်ထားသင့်သနည်း။

သင့်တွင် တရားဝင်ပြီး သက်တမ်းကျန်ရှိသေးသော မှတ်ပုံတင် သို့မဟုတ် လိုင်စင် လက်မှတ် ရှိသောအခါ သို့မဟုတ် သင်သည် ကလေးများနှင့် မိသားစုဝန်ဆောင်မှုများ (OCFS) တံမှ အဆိုပါလက်မှတ်များ ရယူခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်ကို လုပ်ဆောင်နေသောအခါ သင် လျှောက်ထားနိုင်သည်။ တရားဝင်ကင်းလွတ်ခွင့်ရ ထောက်ပံ့ပေးသူများသည် အမည်စာရင်းသွင်းထားကြောင်း အသိပေးစာ လက်ဝယ်ရရှိချိန်တွင် လျှောက်ထားနိုင်သည်။

မည်သို့ စတင်ရမည်နည်း။

သင်၏အနီးအနားရှိ နေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာ ထောက်ပံ့ပေးသူများ၏ CACFP စပွန်ဆာကို ဖုန်းခေါ်ဆို ရှာဖွေပါ။ သူတို့သည် ပရိုဂရမ်ကို အခမဲ့ရယူရန် သင့်အား ကူညီပေးမည်ဖြစ်သည်။

CACFP စပွန်ဆာကို ရှာဖွေရန် မည်သည့်နေရာသို့ ဖုန်းခေါ်ရမည်နည်း။

ဖုန်းခေါ်ဆိုခ အခမဲ့ဖြစ်သော **1-800-522-5006** မှတစ်ဆင့် Growing Up Healthy ဟော့လိုင်းသို့ ဖုန်းခေါ်ပါ။



အောက်ပါလိပ်စာရှိနယူးယော့ခ်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာန CACFP သို့လည်း သွားရောက်နိုင်ပါသည်-

CACFP
Child and Adult Care Food Program
New York State Department of Health

150 Broadway, Room 600
Albany, NY 12204
1-800-942-3858 (နယူးယော့ခ်တွင်သာ)
(518) 402-7251
ဖက်စ် (518) 402-7252
cacfp@health.ny.gov
health.ny.gov/CACFP

ဤအဖွဲ့အစည်းသည် တန်းတူအခွင့်အရေးပေးအပ်သူ ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့ကို ဖော်လိုလုပ်ထားပါ-
health.ny.gov
facebook.com/NYSDOH
twitter.com/HealthNYGov
youtube.com/NYSDOH



နေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာများရှိ ကောင်းမွန်သော အစားအစာရအတွက် ငွေပေးချေမှုများ



သင်၏နေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာသည် ကလေးများအား သင် ကျွေးမွေးသော အစားအသောက်များနှင့် အဆာပြေမှုများအတွက် ကူညီငွေပေးချေမည့် အစားအစာပရိုဂရမ်တစ်ခုနှင့် ပူးပေါင်းရန် အကျိုးဝင်နိုင်သည်။

CACFP
Child and Adult Care Food Program
New York State Department of Health



ကလေးနှင့် အရွယ်ရောက် ပြီးသူ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး အစားအစာပရိုဂရမ်

ကလေးများ၏မိဘများက အလုပ်သွားနေသောအခါ သို့မဟုတ် ကျောင်း တက်နေသောအခါ သင်သည် ကလေးများကို သင့်အိမ်တွင် ပြုစုစောင့်ရှောက် ပါသလား။ သင်၏ နေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာရှိ ကလေးများကို ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများ ကျွေးမွေးရာတွင် အကူညီရယူ လိုပါသလား။

နယူးယော့ခံပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာန၏ ကလေးနှင့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး အစားအစာပရိုဂရမ် (CACFP) ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု အဖြစ် ပါဝင်လိုက်ပါ။

ဤအစားအစာပရိုဂရမ်သည် သင်၏ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုတွင် အမည်စာရင်း သွင်းထားသော အသက် 13 နှစ်နှင့်အောက် ကလေးများကို ကျွေးမွေးသည့် အစားအသောက်များနှင့် အဆာပြေမှုန့်များအတွက် ငွေပေးချေရန် သင့်အား ကူညီပေးသည်။ နေ့ပိုင်း ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာ ထောက်ပံ့ပေးသူအများ စုသည် အကျိုးဝင်နိုင်သည် - ပရိုဂရမ်သို့ ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်းသည် အခမဲ့ ဖြစ်သည်။



CACFP ၏ အကျိုးကျေးဇူးများမှာ မည်သည်တို့ ဖြစ်သနည်း။

- ကလေးများကို အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအသောက်များနှင့် အဆာပြေမှုန့်များကို ကျွေးမွေးသည်။ ကလေးများသည် ဘဝတစ်သက်တာ တည်မြဲနေမည့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော စားသောက်မှုအကျင့်များကို တည်ဆောက် ရယူကြသည်။
- ကလေးများသည် ဘေးကင်းပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက်များနှင့် အဆာပြေမှုန့်များကို စားသောက်နေကြကြောင်း မိဘများက သိရှိကြသည်။ မိဘများသည် ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဆီသို့ အစားအစာထုပ်ယူသွားရန် မလိုအပ်ပါ။
- ထောက်ပံ့ပေးသူများသည် အစာအာဟာရ၊ အစာစားချိန်နှင့် ကလေးဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ ခေါင်းစဉ်များစွာနှင့်ပတ်သက်သည့် ပုံမှန် လေ့ကျင့် သင်ကြားရေးနှင့် လမ်းညွှန်မှုကို လက်ခံရရှိသည်။ ရင်းစားရငွေသည် ပိုမို၍ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများဝယ်ယူနိုင်ရန် ထောက်ပံ့ပေး သူများကို ကူညီပေးသည်။
- CACFP မှတစ်ဆင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများက အကျိုးခံစားခွင့်များ ရရှိကြ သည်။ CACFP တွင် အမည်စာရင်းသွင်းထားသော ကလေးများသည် ပိုမို၍ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက်ပုံစံများကို ပိုင်ဆိုင်ကြပြီး အခြားကလေးများကဲ့သို့ မကြာခဏ နေမကောင်းမဖြစ်ကြကြောင်း လေ့လာ မှုများက သက်သေပြထားသည်။ ထောက်ပံ့ပေးသူများထံ CACFP ၏ ငွေ ပေးချေမှုများသည် အလုပ်လုပ်နေသော မိသားစုများအတွက် ကလေးပြုစုစောင့် ရှောက်စရိတ်များကို ကူညီလျှော့ချပေးသည်။

ငွေ မည်မျှအထိ ကျွန်ုပ် လက်ခံရရှိမည်နည်း။

သင်၏ လစဉ်အစားအစာကျသင့်ငွေသည် ကျွေးမွေးသော အစားအသောက် များနှင့် အဆာပြေမှုန့်များ၊ စားသောက်သော ကလေးများအရေအတွက်တို့ အပေါ်တွင် အခြေခံသည်။ ဝင်ငွေနည်းသော မိသားစုများကို ကျွေးမွေးသော နေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာ ထောက်ပံ့ပေးသူများသည် ရင်းစားရငွေကို ပိုမိုလက်ခံရရှိသည်။

အစားအသောက်လိုအပ်ချက်များမှာ မည်သည် တို့ ဖြစ်သနည်း။

အစားအသောက်လိုအပ်ချက်များသည် ရိုးရှင်းပြီး မျိုးနွယ်စုဆိုင်ရာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အနှစ်သက်ဆုံးများအပါအဝင် အစားအစာမျိုးပေါင်း များစွာကို ခွင့်ပြုပေးထားသည်။

မနက်စာ တွင် နွားနို့၊ သစ်သီး သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် အစေ့အဆန် သို့မဟုတ် ပေါင်မုန့်တို့ ပါဝင်သည်။ သင်သည် အစေ့အဆန် သို့မဟုတ် ပေါင် မုန့်နေရာတွင် အသားနှင့် အသားအစားထိုးစားစရာကို တစ်ပတ်လျှင် သုံး ကြိမ်အထိ ကျွေးမွေးနိုင်သည်။

နေ့လယ်စာ နှင့် **ညလယ်စာ** တို့တွင် နွားနို့ ပေါင်မုန့် သို့မဟုတ် အစေ့အဆန်၊ အသား သို့မဟုတ် (ငါး၊ ချိစ် သို့မဟုတ် ပဲများကဲ့သို့သော) အသားအစားထိုး စားစရာနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက် နှစ်မျိုး သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်တစ်မျိုး နှင့် သစ်သီးတစ်မျိုးတို့ကို လိုအပ်သည်။

အဆာပြေမှုန့်တွင် အောက်ပါတို့အနက် အနည်းဆုံး နှစ်မျိုးပါဝင်သည်- နွားနို့၊ အသား သို့မဟုတ် အသားအစားထိုးစားစရာ၊ ပေါင်မုန့် သို့မဟုတ် အစေ့ အဆန် သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက် သို့မဟုတ် သစ်သီး။

မည်သူက ငွေရရှိနိုင်သနည်း။

- မှတ်ပုံတင်စာရင်းသွင်းထားသော မိသားစုနေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ပေးသူများ
- လိုင်စင်ရ အဖွဲ့လိုက် မိသားစုနေ့ပိုင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ပေး သူများ
- ကောင်တီ သို့မဟုတ် မြို့တော်အေဂျင်စီတစ်ခုထံမှ ကလေးပြုစုစောင့် ရှောက်ရေး ငွေပေးချေမှုများကို လက်ခံရရှိသည့် တရားဝင်ကင်းလွတ်ခွင့်ရ သို့မဟုတ် တရားဝင်မဟုတ်သော ထောက်ပံ့ပေးသူများ

