ကျွန်ုပ်တို့သည် သင့်ကို အောက်ပါဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးပါသည် -

- ရေချိုးခြင်း၊ အဝတ်ဝတ်ခြင်း၊ အိမ်မှုကိစ္စဆောင်ရွက်ခြင်း စသည်ဖြင့် အိမ်တွင် အကူအညီပေးခြင်း
- စောင့်ရှောက်မှုဝန်းကျင်ရွေးချယ်ခြင်း - အရွယ်ရောက်သူအား ခေတ္တမွေးစားခြင်း၊ နေအိမ်တွင်စောင့်ရှောက်မှု၊ ပံ့ပိုးမှုဖြင့်နေထိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ဘိုးဘွားရိပ်သာတွင် နေထိုင်ခြင်း
- မိသားစုနှင့်စောင့်ရှောက်သူတို့အားပံ့ပိုးပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများ
- အခြေအနေတူချင်းနှစ်သိမ့်အကြံပေးဆွေးနွေးခြင်း
- သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး
- အစားအစာများကို အိမ်သို့ပို့ပေးခြင်း
- (မယ်ဒီကဲ) Medicare အကြံပေးဆွေးနွေးခြင်း
- ဆေးပစ္စည်းကိရိယာများနှင့် ဆေးနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းပေးပို့ချက်များ
- ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်စွာနေထိုင်ရေးအတွက် အစီအစဉ်များနှင့် အရင်းအမြစ်များ
- ဥပဒေရေးရာဝန်ဆောင်မှုများ
- သင်လိုအပ်နိုင်သည့်အခြားဝန်ဆောင်မှုများ

ADRC ဝန်ဆောင်မှုများသည် ဤမျှသာမဟုတ်ပါ။ သင်လိုအပ်နေသည့်အကူအညီကို ရရှိနေကြောင်းသေချာရန် ကျွန်ုပ်တို့မှ နောက်ထပ် မေးမြန်းစုံစမ်းနိုင်ပါသည်။

ADRC
Aging and Disability
Resource Connection
of OREGON

သင်၏ဒေသန္တရ ADRC ကို ဆက်သွယ်ပါ

- ဖုန်းဆက်ရန် -
  1-855-ORE-ADRC (673-2372)
- အီးမေးပို့ရန် -
  ADRC.info@dhsoha.state.or.us သို့မဟုတ်
- ကြည့်ရှုရန် - www.ADRCofOregon.org။

ADRC
Aging and Disability
Resource Connection
of OREGON

DHS | Oregon Department of Human Services
AGING & PEOPLE WITH DISABILITIES

ဤစာကို အခြားဘာသာစကားများ၊ ပုံနှိပ်စာလုံးကြီးများ၊ မျက်မမြင်များအတွက် ဘရေးလ် သို့မဟုတ် သင်ပိုနှစ်သက်သည့် ပုံစံတို့ဖြင့် ရနိုင်ပါသည်။ (အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခြင်းနှင့် မသန်မစွမ်းမှုအတွက် အရင်းအမြစ် အချိတ်အဆက်) Aging and Disability Resource Connection (ADRC) ကို 503-945-6237 တွင် ဆက်သွယ်ပါ။ သို့မဟုတ် ADRC.info@dhsoha.state.or.us သို့ အီးမေးပို့ပါ။ တဆင့်ဆက်သွယ်သည့် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများ အားလုံးကို ကျွန်ုပ်တို့ လက်ခံပါသည်။ သို့မဟုတ် 711 ကို သင်ဆက်နိုင်ပါသည်။

BU DHS 9381GE (05/2017)

အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ်
မသန်မစွမ်းမှုရှိခြင်းအတွက်
အချက်အလက်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့်

ချိတ်ဆက်ထားရန်

1-855-ORE-ADRC (673-2372)

www.ADRCofOregon.org

DHS
Oregon Department
of Human Services

ADRC
Aging and Disability
Resource Connection
of OREGON

သင်၏ ADRC သည် သင့်ကို သင်လိုအပ်သည့်အကူအညီနှင့် ... အခမဲ့ချိတ်ဆက်ပေးပါသည်။

(အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခြင်းနှင့် မသန်မစွမ်းမှုအတွက် အရင်းအမြစ် အချိတ်အဆက်) Aging and Disability Resource Connection သို့မဟုတ် ADRC သည် အသက်အရွယ်ကြီးမြင့်သူများနှင့် မသန်စွမ်းသူများအပေါ် သက်ရောက်သည့် ကိစ္စရပ်များအတွက် အချက်အလက်များနှင့် အကူအညီများကို ၎င်းတို့၏ဝင်ငွေအပေါ် မူတည်ခြင်းမရှိဘဲ အခမဲ့ပေးပါသည်။

"ADRC က အရမ်း၊ အရမ်းကို ကူညီတာပဲ။ ကျွန်မရဲ့မိဘတွေက သူတို့အိမ်မှာ ဝန်ဆောင်မှုတွေလာပေးတဲ့အကြံကို သဘောကျသွားပြီး Lifeline တစ်ခုယူပြီး VA ကို ဆက်သွယ်ခဲ့ကြတယ်။ အိမ်မှာဝန်ဆောင်မှု လာပေးနေတုန်းပြောပြသွားတဲ့ လုပ်နိုင်တာအမျိုးမျိုးကို သူတို့စဉ်းစားနေကြတယ်။"
— ADRC ဝန်ဆောင်မှုရယူသူ

သင့်အနီးရှိ ADRC တစ်ခုကိုရှာဖွေရန် လွယ်ကူပါသည်။

- ဖုန်းဆက်ရန် - **1-855-ORE-ADRC** သို့မဟုတ်
- ကြည့်ရှုရန် - **www.ADRCofOregon.org**

"ADRC က ကျွန်တော့်ကို ငွေရေးကြေးရေးအစီအစဉ်တွေ လုပ်ခွင့်ပြုတဲ့ ကန်ထရိုက်တာတစ်ယောက် ရှာပေးခဲ့တယ်။ ဒီတော့ အခုကျွန်တော့်မှာ ဆင်ခြေလျှောလေးတစ်ခုရှိသွားပြီး စကူတာနဲ့ဖြစ်ဖြစ်၊ တွန်းလှည်းနဲ့ဖြစ်ဖြစ် လွတ်လွတ်လပ်လပ် သွားလာနိုင်ပါတယ်။"
— ADRC ဝန်ဆောင်မှုရယူသူ

သတင်းအချက်အလက်နှင့်အကူအညီ

ပြည်သူ့ရန်ပုံငွေဖြင့်ပေးသည့်ဝန်ဆောင်မှုများ၊ အစီအစဉ်များနှင့် သင့်အတွက်သင်ပိုက်ဆံပေးရသည့် ဝန်ဆောင်မှုများ၊ အစီအစဉ်များအကြောင်းကို အချက်အလက်သိသူဝန်ထမ်းများမှ သင့်အား ပြောပြပါသည်။ သင်၏အခြေအနေနှင့်သင့်တော်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အစီအစဉ်များကို သင်ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

ရေရှည်စောင့်ရှောက်ခပေးခြင်း

ADRC ဝန်ထမ်းသည်

- သင်လိုအပ်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများကို သုံးသပ်ရာတွင် ကူညီနိုင်ပါသည်
- ပုဂ္ဂလိကနှင့်အများပိုင် အကျိုးခံစားခွင့်များနှင့် အစီအစဉ်များအကြောင်း တိကျမှန်ကန်သည့် နောက်ဆုံးပေါ် အချက်အလက်များ ပေးနိုင်ပါသည်
- ကြိုးနီအဆင့်များနည်းပါးစေပြီး သင်၏ (မယ်ဒီကဲ) Medicare၊ ဆိုရှယ်စကျူရီတီ၊ ပုဂ္ဂလိကကျန်းမာရေးအာမခံနှင့် အများပြည်သူ အကျိုးခံစားခွင့်များကို သင်နားလည်ရေးအတွက် ကူညီနိုင်ပါသည်။

လူပုဂ္ဂိုလ်အခြေပြုသည့် ရွေးချယ်လုပ်ကိုင်စရာများ အကြံပေးဆွေးနွေးခြင်း

လူပုဂ္ဂိုလ်အခြေပြုသည့် ရွေးချယ်လုပ်ကိုင်စရာများကို အကြံပေးဆွေးနွေးသူများသည် သင်၏ပြောင်းလဲလျက်ရှိပြီး ဆက်လက်ပေါ်ပေါက်နေသည့် လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန် ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း အချက်အလက်များပေးပါသည်။ သင်၏အခြေအနေပေါ်အခြေခံ၍ ရေရှည် ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ရန်အတွက် ရွေးချယ်လုပ်ကိုင်စရာများ အကြံပေးဆွေးနွေးသူတစ်ဦးမှ သင့်ကိုကူညီနိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်နေထိုင်ကောင်းမွန်ရေး

ADRC ဝန်ထမ်းသည် သင့်ကို တတ်နိုင်သမျှကျန်းမာ၍ ဘေးကင်းစေသည့် ဒေသန္တရအစီအစဉ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။ သင်၏ ADRC သည် သင်၏မိသားစုမှ သင့်ကိုစောင့်ရှောက်ပေးသူများ ကိုလည်း ကူညီနိုင်ပြီး မှတ်ဉာဏ်လျော့နည်းခြင်း၊ သူငယ်ပြန်ခြင်းတို့အကြောင်း မေးခွန်းများကို ဖြေပေးနိုင်ပါသည်။

ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း သို့မဟုတ် လစ်လျူရှုခြင်းအတွက်ကူညီခြင်း

သင် သို့မဟုတ် သင့်အသိတစ်ဦးသည် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း သို့မဟုတ် လစ်လျူရှုခြင်း အန္တရာယ်အလားအလာရှိနေလျှင် သို့မဟုတ် အရေးကြုံနေလျှင် အကူအညီရယူရန် သင်၏ဒေသန္တရ ADRC ကို ဆက်သွယ်ပါ။