

# လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း ရင်းမြစ်များ

လူတိုင်းက လုံခြုံရေးနှင့် ကျန်းမာရေးကို ခံစားခွင့်ရှိလို့ပါ။ ထိုအရာများ မရှိဘဲ မလုပ်ပါနှင့်။



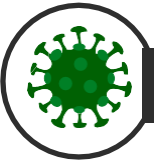
## ရေမီးလျှပ်စစ် အထောက်အပံ့

ရေမီးလျှပ်စစ် အထောက်အပံ့ ပရိုဂရမ်များကို Austin Energy တွင် ရယူနိုင်ပါသည်။  
လျှောက်ထားရန်- [austinbillhelp.com](http://austinbillhelp.com) သို့မဟုတ် ဖုန်းခေါ်ရန် **512-765-9721\***



## အိမ်ငှားခ/စာချုပ်ချေးငွေ အထောက်အပံ့

- COA ရပ်ကွက် စင်တာများ-  
[www.austintexas.gov/department/neighborhood-centers](http://www.austintexas.gov/department/neighborhood-centers) **512-972-5780\***
- Travis ကောင်တီ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း စင်တာများ-  
[www.traviscounty.gov/health-human-services/community-centers](http://www.traviscounty.gov/health-human-services/community-centers)  
မတူကွဲပြားသော စင်တာ 7 ခု  
သင်နှင့်နီးကပ်သော တည်နေရာများအတွက် 2-1-1 ကို ဖုန်းခေါ်ပါ။



## COVID-19 စစ်ဆေးမှု

- COA ရပ်ကွက်တွင်း စစ်ဆေးမှု (Southeast Branch Library၊ Little Walnut Creek နှင့် Givens Park) အိမ်တွင်း စစ်ဆေးမှု (သွားလာရန် အခက်အခဲရှိသည့် လူများအတွက်)  
[www.AustinTexas.gov/COVID19](http://www.AustinTexas.gov/COVID19) သို့မဟုတ် စီစဉ်ရန်အတွက် ဖုန်းဆက်ရန် **512-972-5560\***
- CommUnity Care စစ်ဆေးရေး နေရာများ **512-978-8775\*** [communitycaretx.org/coronavirus-updates](http://communitycaretx.org/coronavirus-updates)



## အစားအသောက် ထောက်ပံ့မှု

Austin/ Travis ကောင်တီတွင် အစားအသောက် ထားသိုခန်းများစွာ ရှိပါသည်။ သင်နှင့်အနီးဆုံးတစ်ခုကို သိနိုင်ဖို့ **833-512-CATX** သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။  
နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက် ဆက်သွယ်ရန် **2-1-1\*** သို့မဟုတ် [connectatx.org](http://connectatx.org)



## တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး

- အာမခံမရှိသူများအတွက် APH Big Shots နှင့် Shots for Tots [www.austintexas.gov/department/immunizations](http://www.austintexas.gov/department/immunizations) **512-972-5520\***
- အာမခံမရှိသူများသည် CVS၊ Walgreens သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးခန်းသို့ သွားနိုင်သည်။



## စိတ်ပိုင်း/ခံစားချက်ပိုင်း

**Integral Care**  
သင်ကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် အခက်ကြုံနေသူ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို ကူညီပါ။ ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် စစ်ဆေးမှု ခံယူပါ သို့မဟုတ် တယ်လီကျန်းမာရေး သို့မဟုတ် မျက်နှာချင်းဆိုင် ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ရက်ချိန်း ရယူပါ။  
[www.integralcare.org](http://www.integralcare.org) **512-472-4357\***

\*ဤပရိုဂရမ်များသည် အင်္ဂလိပ်နှင့် စပိန်ဘာသာစကားအပြင် အခြားဘာသာစကားများ ပြောသူများအတွက်လည်း ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါသည်။