

You are here: [Home](#) > [Government](#) > [Mayor's Office](#) > COVID-19 City of Albany Resource

## Guide

### COVID-19 ဂ်ခိန်ထံးတံးမၤစၢအတံးန့ၣ်က့ၤ

- [တံးကွဲးသီထီၣ်တံးဂ့ၢ်တဖၣ်ဘၣ်ယးအိၣ်န့ၣ်တံးမၤစၢလၢအကါဒိၣ်ဒီးအကါတဒိၣ်တဖၣ်](#)
- [COVID-19 တံးဆါအပနီၣ်ဒီးအတံးဒီးသဒါ](#)
- [NYS တံးဒီးသဒါလၢတံးဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိၤအိၣ်](#)
- [ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တံးအိၣ်တံးအိၣ်ဖဲလဲၣ်](#)
- [ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဖိသၣ်တံးကွဲးထွဲဖဲလဲၣ်](#)
- [တံးဒီးသဒါဟံၣ်ပူၤယီၤပူၤတံးစုဆူၣ်ခိၣ်တကး](#)
- [နီၣ်သးဆူၣ်ချၢတံးဆိၣ်ထွဲမၤစၢ](#)
- [ကတီၢ်ခဲအံၤတံးပတုၣ်သီလုၣ်တံးသိၣ်တံးသိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဒ်လဲၣ်](#)
- [ယဟးထီၣ်လၢယတံးမၤမ့တမ့ၢ်ယပနံၤကတံးမၤအံၤပတုၣ်သးခိၣ်ဖျိလၢCOVID-19](#)
- [တံးပံးယၢ် K-12တံးဒီးခိလုၣ်က့ၢ်,က့ၢ်ဘျီၣ်ဒီးလံၣ်ရိၣ်ဒီးတဖၣ်](#)
- [တံးဂ့ၢ်တံးကျိၤဘၣ်ယးကီၢ်စၢဖျိၣ်,ကီၢ်စၢဒီးလီၢ်ကဝီၤခၢၣ်စးကရၢ,ကရၢလၢတဟံးန့ၣ်တံးအဘျုးဒီးအကတဖၣ်](#)
- [ကမ့ၢ်တံးဝံစိၣ်တံးဆုၢ်](#)
- [COVID-19 တံးကဲထီၣ်သးအခါယဟ့ၣ်တံးဘူးတံးလဲမ့တန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်ယကဘၣ်မၤမန့ၤလဲၣ်](#)
- [COVID-19တံးကဲထီၣ်သးအခါယဆူၣ်ချၢတံးအုၣ်ကီၢ်မ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်တံးမန့ၤကဲထီၣ်သးလဲၣ်](#)
- [လၢယကမၤစၢယပုၤတတၢအဂီၢ်ယဟ့ၣ်လီၤယတံးဆၢကတီၢ်ကသ့ဖဲလဲၣ်](#)

### COVID-19 ဂ်ခိန်ထံးတံးမၤစၢအတံးန့ၣ်က့ၤ

တံးကွဲးသီထီၣ်တံးဂ့ၢ်တဖၣ်ဘၣ်ယးအိၣ်န့ၣ်တံးမၤစၢလၢအကါဒိၣ်ဒီးအကါတဒိၣ်တဖၣ်  
တံးဟ့ၣ်မၤစၢ လၢတံးဒီးန့ၣ်အိၣ်သ့ ဒီးတံးဒီးန့ၣ်အိၣ်တသ့သ့ၣ်တဖၣ် အတံးကွဲးရဲၣ်လၢလၢပုၤပုၤ ယုၣ်ဒီး တံးဂ့ၢ်တံးကျိၤဘၣ်ယး တံးမၤစၢလၢ  
တံးဒီးန့ၣ်ဘၣ်အိၣ်သ့တဖၣ်ဒ်လဲၣ်အဂီၢ် [ဆိၣ်လီၤဖဲအံၤ](#) တက့ၢ်. နကထံၣ်ဘၣ်စ့ၢ်ကိး တံးဆဲးကျိးအဂ့ၢ်အကျိၤ လၢနကဆဲးကျိးအိၣ်  
ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တံးသံကွဲးတဖၣ် ဘၣ်ယးတံးဂ့ၢ်တဖၣ်မၤစၢလီၤလီၤဆိဆိတဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

### [က့ၤဆူတံးဂ့ၢ်လၢထး](#)

### COVID-19 တံးဆါအပနီၣ်တဖၣ်ဒီးတံးဒီးသဒါတဖၣ်

### COVID-19 န့ၣ်မ့ၢ်တံးမန့ၤလဲၣ်.(ခိရိန့ၣ်တံးဆါယၢ်)

COVID-19 န့ၣ်မ့ၢ်တံးဆါယၢ်တခါလၢအဘၣ်က့ၢ်ဘၣ်ကလၢပုၤကညိတက့ၢ်အကတကမိၣ်ဖျိတံးအထံလီၤစိဆဲးဆဲးမိဖဲပုၤတက့ၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.  
တံးအံၤဒုးကဲထီၣ်တံးဆူၣ်တံးဆါ စးထီၣ်လၢတံးဆါလၢအစၢ ဒီးတုၤလီၤလၢတံးဆါလၢအနး သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.တံးဆါယၢ်အံၤ ဒုးကဲထီၣ်တံးဆါလၢ  
အဘၣ်တံးကိးအိၣ်လၢ COVID-19 ဒီးဒုးကဲထီၣ်တံးလီၤကီၢ်,တံးကွဲးဒီးတံးကသါတဘျီသ့ဖဲန့ၣ်လီၤ. ဆူၣ်ညါတံးဂ့ၢ်တံးကျိၤဘၣ်ယး COVID-  
19 အဂီၢ်,ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွဲးဖဲ [Albany County Department of Health website](#) တက့ၢ်.ဖဲလါမၢ်ရး၁၁သီ, ၂၀၂၀န့ၣ်န့ၣ်,  
ဟံၣ်ခိၣ်ဒီးဖျၢၣ်ဆူၣ်ချၢ ကရၢ(World Health Organization)ဘိးဘၣ်ရၢလီၤဖဲဒုၣ်လၢ COVID-19 န့ၣ် မ့ၢ်ဟံၣ်ခိၣ်ဒီးဖျၢၣ်တံးဆါသကြိၣ်  
န့ၣ်လီၤ.

**အကျိုးအကျေးတဖန်လတ်ကဒီသဒါ COVID-19 အင်္ဂါ-**

ဘဉ်ယးဒီးလၢလီၢ်ခါၣ်သးတၢ်ဒီသဒါတၢ်ဆါယၢ် (CDC) ဒီးန့ယိၣ်ကီၢ်ဖဲၣ်ဆူၣ်ချ့ ဝဲၤကျိၤ (NYS DOH) အတၢ်ဂ့ၢ်ဟံၣ်ဖျါအဖီခိၣ်န့ၣ်, တၢ်အကျိၤအကျဲအကါခိၣ်ကတၢ်လၢတၢ်ကဒီသဒါ COVID-19 တၢ်ဆါရၤလီၢ်အသးအံၤအိၣ်ယုၣ်ဒီး-

- ၁. တၢ်သ့ကဆီၣ်စုလၢချါသိ(ဆးပုၣ်)ဒီးထံတပယုၣ်ယိအဇၢကတၢ်အမံးနံး ၂၀, လီၤဆီၣ်တၢ်တချးလၢအိၣ်တၢ်အိၣ်အခါ,
- ၂. ကးဘၢယၢ်နကီၢ်ပုၤလၢထံၣ်ဂျူဖဲနကူးမ့တမ့ၢ်နကဆဲအခါ,
- ၃. ဟးဆွဲးတၢ်ဖိၣ်လီၤနမဲၣ်ချ့, နါဒုဒီးကီၢ်ပုၤ,
- ၄. ဟးဆွဲးတၢ်အိၣ်ဘူးလီၢ်သးဒီးပုၤကတဖၣ်ဒီးလူၤတီၢ်မၤထွဲတၢ်အိၣ်စီၤစုလီၢ်သး,
- ၅. နမ့ၢ်ဆိးက့န့ၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်,
- ၆. တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်လီၢ်လၢတၢ်ဖိၣ်အီၤတလီၢ်လီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မၤကဆီၣ်အိၣ်မၤသံကွဲၣ်တၢ်ဆါယၢ်

# ဒီသင်္ဂါလီနသးလါ COVID-19 ဒီးပတုတ်တၢ်ဆါယၢ်အတၢ်ရုလီသးတက့ၢ်.

တၢ်ကမၤစၢပတုတ် COVID-19 ဒီးတၢ်ဆါယၢ်အဂၤတဖၣ်  
အတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံအဂီၢ် အပတီၢ်လၢအညီတဖၣ်



သ့ကဆီနစုလၢချါသိ(ဆးပှၣ်)ဒီးထံတပယုတ်ယီ အစုကတၢ်အမံးနံး၂၀,  
လီၤဆီဒၣ်တၢ်တချုးလၢအိၣ်တၢ်အိၣ်အခါ.



ဟးဆဲးတၢ်အိၣ်ဘူးလိာ်သး ဒီးပုၤလၢအဆိက့တဖၣ်.



ဟးဆဲးတၢ်ဖိၣ်လီၤ နမဲၣ်ချံးနါဒ့ ဒီးကိာ်ပူၤ.



နမ့ၢ်ဆိးက့န့ၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်.



ကးဘၢယၢ်နကိာ်ပူၤလၢထံၣ်ရၢၤ ဖဲနကူးမ့တမ့ၢ်နကဆဲအခါ, ဝံဒီးတၢ်ကွံာ်  
ထံၣ်ရၢၤ ဆူတၢ်တယၢ်အပူၤ.



တၢ်ဖိတၢ်လံးဒီးတၢ်လီၢ်လၢတၢ်ဖိၣ်အိၣ်တလီၢ်လီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မၤကဆီအိၣ်  
ဒီးမၤသံကွံာ်တၢ်ဆါယၢ်.

ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိလၢအသိတဖၣ်ခိဖျိတၢ်န့ၢ်လီၤကွၢ်ဖဲ-  
[www.ny.gov/coronavirus](http://www.ny.gov/coronavirus)

**COVID-19**တစ်ဆိပနိုင်တဖန်-

ဘၣ်ယးဒီးလိာ်ဇာ်သးတၢ်ဒိသဖၢတၢ်ဆိယၢ်(CDC) ဒီးနူယိာ်ကိာ်ဖဲဉ် ဆူဉ်ချ့ဝဲကျိး(NYS DOH) အတၢ်ဂ့ၢ်ပာ်ဖျါအဖိခိာ်န့ၣ်.

**COVID-19** တၢ်ဆိပနိုင်သ့ၣ်တဖန်အိာ်ယုာ်ဒီး-

- တၢ်လိာ်ကိာ်
- တၢ်ကူး
- တၢ်ကသါတဘျဲ

# ပတုတ်တုတ်ဆါယာ်အတုတ်ရုလီသး

## ဒီသဒါမၤစၢတုတ်ကသါအတုတ်ဆါယာ်ဒ်အမ့ၢ် COVID-19 အတုတ်အတုတ်ရုလီသး

ဟးဆုးတုတ်အိၣ်ဘူးလီၣ်သးဒီးပုၤလၢအဆိးကုတဖၣ်.



ကးဘၢယာ်နကိၣ်ပုၤလၢထံၣ်ဂျူဖဲနကူးမ့တမ့ၢ်  
နကဆဲအခါ.ဝံဒီးတၢကွံၣ်ထံၣ်ဂျူဆု  
တုတ်တယာ်ဒါပုၤ.

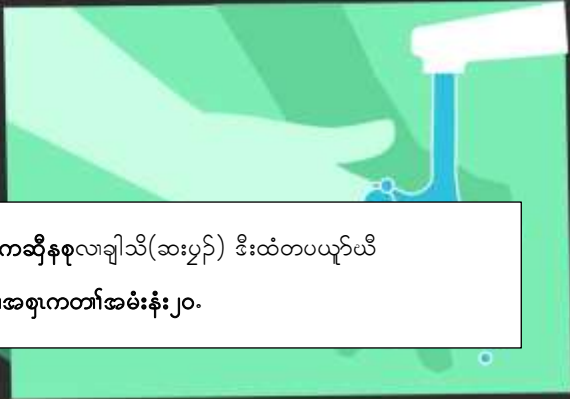


တုတ်ဖိတုတ်လံးဒီးတုတ်လီၣ်လၢတုတ်ဖိၣ်အိၣ်အံၤခဲအံၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်  
မၤကဆိအိၣ်ဒီးမၤသံကွံၣ်တုတ်ဆါယာ်.

ဟးဆုးတုတ်ဖိၣ်လီၣ်နမ့ၢ်န့ၣ်.နီၣ်ဒီးကိၣ်ပုၤ.



နမ့ၢ်ဆိကုဒီး မ့တမ့ၢ်ဘၣ်လၢ  
တုတ်လၢဆုတုတ်ဆါဟံၣ်ဘၣ်န့ၣ်.  
အိၣ်လၢဟံၣ်.



သုကဆိနစုလၢချါသိ(ဆးပုၣ်) ဒီးထံတပယုၣ်ဖီ  
လၢအစုကတုတ်အမံးနံး ၂၀.



ဆုညါတုတ်ဂ့ၢ်တုတ်ကျိၤအဂီၢ်-[www.cdc.gov/COVID19](http://www.cdc.gov/COVID19)

ဝံသးစူးကွာ်ယုဒီးန့ၣ်တၢ်ပတုၣ်တၢ်ရုလီၤတၢ်ဆါယၢ် လံာ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအလံာ်ကွဲး လၢက့ၣ်အါက့ၣ်လၢလၢအံၤတက့ၢ်.

- [Arabic CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Burmese CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Chinese CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Dari CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Farsi CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [French CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Pashto CDC Stop the Spread of Germs](#)
- [Portuguese CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Russian CDC Stop the Spread of Germs](#)
- [Spanish Stop the Spread of Germs](#)
- [Swahili CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Tigrinya CDC Stop the Spread of Germs Poster](#)
- [Ukrainian Stop the Spread of Germs](#)

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး **COVID** တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်နကဘၣ်မၤမနုၤလဲၣ်.

တချုးလၢနလဲၤထံၣ်လိာ်သးဒီးနကသံၣ်သရၣ် ပုၤလၢအကွၢ်ထွဲန့ၣ်န့ၣ်.ကိးဆိလိာ်တဲစိတက့ၢ်. နမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်**COVID-19** တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဖဲနမ့ၢ်တအိၣ်ဘူးဒီးပုၤလၢအဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါ မ့တမ့ၢ်တၢ်လီၤလၢတၢ်ဆါလီၤဘၣ်ဒၣ်လဲၣ်.နကြးကိးန့ၣ်ယိၣ်ကိးစဲၣ်ဆူၣ်ချ့ ဝဲက့ၢ်လၢ လိာ်တဲစိ**1-888-364-3065** မ့တမ့ၢ်အိၣ်ဘၣ်န့ၣ်ကိၢ်ရၣ် ဆူၣ်ချ့ ဝဲက့ၢ်လၢလိာ်တဲစိ**(518) 447-4580** ဒ်သိးနကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်န့ၣ်က့ၢ်လၢနကဘၣ်မၤမနုၤလဲၣ် ဒီးနကဘၣ်အိၣ်လိာ်လိာ်ဆိဆိလဲၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

က့ၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး

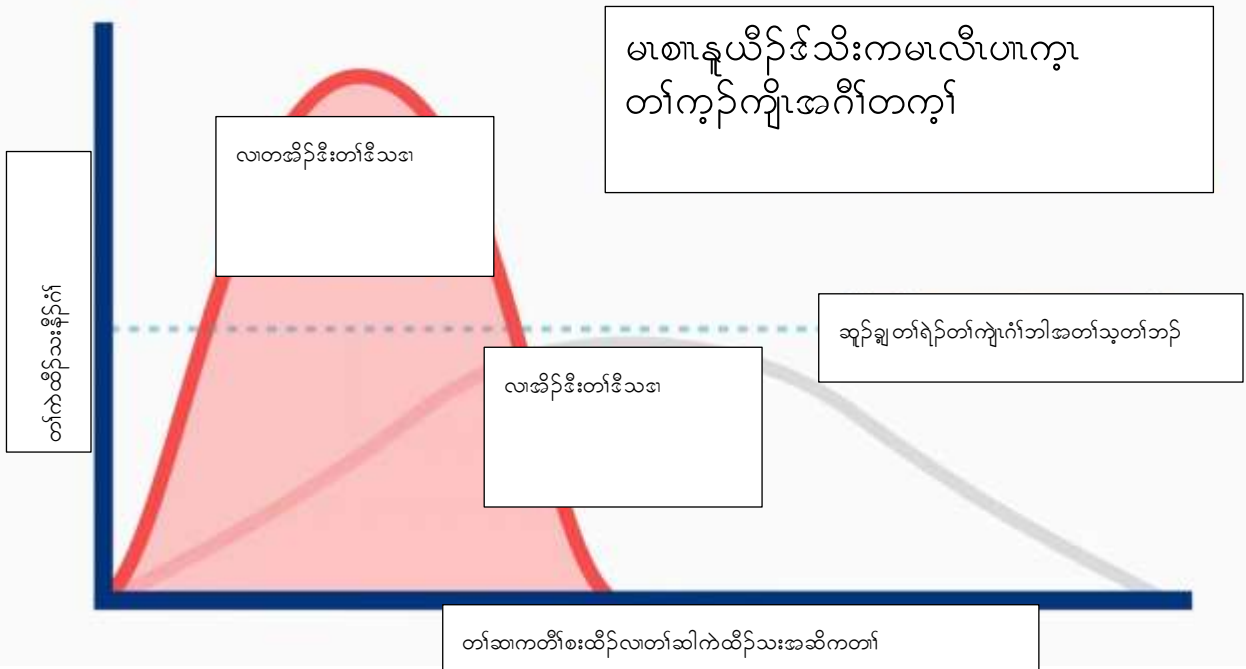
**NYS** ဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကလုာ်လၢတၢ်တြီယာ်တဖၣ်အဂီၢ်

**တၢ်တြီယာ်လၢတၢ်အိၣ်ကျးဒီးတၢ်ဆါသံးလီၤတဖၣ်အဖီခိၣ်**

တၢ်အိၣ်ကျးတဖၣ်ဒီး တၢ်ဆါသံးလီၤသ့ၣ်တဖၣ် ကဘၣ်ဆါဝဲတၢ်အိၣ်ထဲဒၣ်လၢတၢ်က့ၢ်စိာ်လၢဟံၣ်ဒီး တၢ်ဆူအိၣ်ဆူဟံၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. စးထီၣ်လၢ လါမၤရးၤ၁၆သီ.၂၀၂၀န့ၣ်ဟါခိၣ်ဂး၀၀န့ၣ်. န့ၣ်ယိၣ်. န့ၣ်ဟ့ၣ်စံၣ်ဒီးခန့ၣ်ထံၣ်ခဲၣ်ကိၢ်စဲၣ်ပဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဟ့ၣ်လီၤသယဲၤတၢ်ကလုာ်လၢတၢ်ဒီသဒါအဂီၢ် ဒ်လၢလံာ်အသိးန့ၣ်လီၤ-

- တၢ်အိၣ်ကျးတဖၣ်ဒီး တၢ်ဆါသံးလီၤသ့ၣ်တဖၣ် တၢ်တဘၣ်ဆါတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢအပူၤဘၣ် မ့မ့ၢ်တခီတၢ်ကဘၣ်အိးထီၣ်အိၣ် ထဲဒၣ်လၢတၢ်ကက့ၢ်စိာ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်ဒီးတၢ်ဆူတၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်
- တၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ်လၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အိၣ်အံၤကဟ့ၣ်လီၤတၢ်မၤစ့ၤလီၤအဘူးအလဲလၢသံးလၢတၢ်က့ၢ်စိာ်အိၣ်လၢဟံၣ်အဂီၢ်

တၢ်တြီယာ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ရီဖျိၣ်အါအါဂီၢ်ဂီၢ်



စးထီဉ်လၢလါမၢ်ရး၁၆သီ, ၂၀၂၀နံဉ်ဟါခိဉ်ဂး၀၀န့ဉ်, နူယိဉ်, နူဉ်စံဉ် ဒီး ခနဲဉ်ထံဉ်ခဲဉ်ကီၢ်စံဉ်ပဒိဉ်သ့ဉ်တဖဉ် ဟ့ဉ်လီၤသယံတၢ်ကလုာ်လၢ တၢ်ဒိသအအဂီၢ်ဒ်တၢ်ဂ့ၢ်ဖျါလၢလၢ်အသိးန့ဉ်လီၤ-

- ကီၢ်စံဉ်သဘ့ဉ်အံၤကဟံပနီဉ်ယၢ်ပုၤကညိဟံဖိဉ်သးနီဉ်ဂံၢ် လၢတၢ်သဟးကသ့ဉ်ကသိ ဒီး တၢ်အိဉ်ဖိဉ်ထံဉ်လိာ်သကိးသးဟံတုၤပုၤအဂၤ၅၀န့ဉ်လီၤ,
- တၢ်ဂီၤမုာ်တၢ်တဖဉ်, တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲၤနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤသ့ဉ်တဖဉ် ဒီးတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲၤတကျိဉ်တၢ်စုအလီၢ်သ့ဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်ကပံးယၢ်အိၤတစိာ်တလီၢ်န့ဉ်လီၤ.

ဖဲလါမၢ်ရး၁၃သီန့ဉ်, ဝုာ်ခိဉ်အံၤဘိးဘဉ်ရလီၤတ့ၢ်ဖဲလါအထူးကွံာ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိလၢတၢ်ဟ့ဉ်ပျဲပုၤအိဉ်ဖိဉ်ရိဖိဉ်အါအါဂီၢ်ဂီၢ်ဖဲအိဘနံဉ်ဝုာ်ပုၤယုာ်ဒီး **St. Patrick** မုာ်နံၤ ကမုာ်တၢ်မၤလၢကပိၤလၢ တၢ်မၤအိၤတနံဉ်တဘျီပျဲထီဉ်အနံဉ်၇၀ ဒီး တနံဉ်တဘျီ (ကလံးစိး) **North Albany Limerick** ကမုာ်တၢ်မၤလၢကပိၤ, ဒီးဝုာ်ခိဉ်ပဒိဉ်အံၤကွၢ်ကဒါက့ၢ် တၢ်ဟ့ဉ်ပျဲပုၤလီၤလီၤလၢအုညါတၢ်အိဉ်ဖိဉ်ရိဖိဉ်အါအါဂီၢ်ဂီၢ်ဖဲအိဘနံဉ်ဝုာ်ပုၤ ဒ်သိးကကြိဆၢ တၢ်ဆါယၢ်အတၢ်ရလီၤသးအဂီၢ်လီၤ.

က့ၢ်ဆုတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး

ကဒီးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်အိဉ်တၢ်ဆိလၢတၢ်လီၢ်ဖဲလဲဉ်

အိဘနံဉ်ဝုာ်က့ၢ်သ့ဉ်တဖဉ် ပံးယၢ်သးစးထီဉ်လၢမုာ်ဆဉ်နံၤ(မုာ်တနံၤ), လါမၢ်ရး ၁၃သီန့ဉ်လီၤ. ဆုညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ယးက့ၢ်တၢ်ပံးယၢ်သးအံၤအဂီၢ်, ပံးသးစုၤန့ဉ်လီၤကွၢ်ဖဲ အိဘနံဉ်ဝုာ်က့ၢ်ရၢၢ်က့ၢ်ပုၤယုာ်သးန့ အပူၤတက့ၢ်.

အိဘနံဉ်ဝုာ်က့ၢ်ရၢၢ်က့ၢ်အံၤ ဟ့ဉ်လီၤတၢ်အိဉ်လၢ “တၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်ဒီးက့ၢ်စိာ်ဆုဟံဉ်” လၢဖိသ့ဉ်သ့ဉ်တဖဉ်အဂီၢ် ဖဲက့ၢ်ပံးယၢ်သးအဆၢကတီၢ်န့ဉ်လီၤ. စးထီဉ်လၢမုာ်ဆဉ်နံၤ(မုာ်တနံၤ), လါမၢ်ရး၁၆န့ဉ်, က့ၢ်လၢလၢ်သ့ဉ်တဖဉ်တၢ်ကအိးထီဉ်အိၤ စးထီဉ်လၢဂီၤခိၤ၁၁၃၀န့ဉ်ရဲဉ်တုၤဟါခိၤ၁၀၀န့ဉ်ရဲဉ်ကိးနံၤဒဲး ဖဲကီၢ်ရၢၢ်က့ၢ်ပံးယၢ်သးအဆၢကတီၢ်န့ဉ်လီၤ-

- Albany တီထီက့ၢ် (Washington Avenue entrance), 700 Washington Ave.
- Albany ပုၤဂ့ၢ်ခိက့ၢ် Albany School of Humanities (ASH), 108 Whitehall Road
- Arbor Hill တီဖုဉ်က့ၢ်, 1 Arbor Drive
- Giffen Memorial တီဖုဉ်က့ၢ်, 274 South Pearl St.
- Schuyler Achievement အခဲဉ်ခဲဉ်, 676 Clinton Ave.
- Tony Clement က့ဉ်သ့လီၢ်ခဲဉ်သး, 395 Elk St.

• **William S. Hackett** တီ.စာပေသားကွီ, 45 Delaware Ave.

မုခ်ဆိတ်အိတ်အိတ်လၢတန့ၢ်အံၤအဂီၢ်ဒီး ဂီတၢ်အိတ်လၢအုၤမ့ၢ်ညါတန့ၢ်အဂီၢ်န့ၣ် တၢ်ကဟ့ၣ်လီၤအိၤအုၤပုၤကွီၤဖိလၢအထီၣ်ပဒိၣ်ကွီၤ. ပုၤနီၢ်တၢ်ကဟ့ၣ်ကွီၤ ဒီး ကမုၢ်တၢ်ဆိတ်ထွဲကွီၤ ဖဲအိတ်န့ၣ်ပုၤဖဲတၢ်လီၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ. ကီၢ်ရၢၣ်ကွီၤအံၤမၤအါထီၣ် “တၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်ဒီးက့ၢ်ဖိတ်ဆူဟံၣ်” တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်အိတ်တၢ်အိတ်က့ၢ်ဒ်သိးကဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိတ်တၢ်အိတ်မုၢ်ယုၤန့ၣ်ဒီးမုၢ်အိတ်ဘျဲးန့ၣ်အဂီၢ်လီၤ. ဟံၣ်ဖိယိဖိလၢ အလဲၤဟံးန့ၢ်တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်တၢ်လီၤယုၤတီၤအံၤ ဖဲမုၢ်ယုၤန့ၣ်အလဲၤဟံးန့ၢ်တၢ်အိတ်တဘျီယိလၢ မုၢ်ယုၤန့ၣ်(မုၢ်ဘျီ) ဒီး မုၢ်အိတ်ဘျဲးန့ၣ်(မုၢ်ဒီး) သ့ၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. **ဝံသးစူတီၢ်နီၣ်လၢတၢ်လဲၤဟံးန့ၢ်တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်အလီၤဖဲပကွီၤအံၤတၢ်ကပံးဃာ်အိၤလၢမုၢ်ယုၤန့ၣ်ဒီးမုၢ်အိတ်ဘျဲးန့ၣ်လီၤ.** ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်က့ၢ်ဘၣ်ယး မုၢ်ဆိတ်အိတ် အတၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ်အဂီၢ်, ဝံသးစူလီၤကွီၤဖဲ **အိတ်န့ၣ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ရၢၣ်ကွီၤပုၤယဲၤသန့** အပူၤတက့ၢ်.

**Christ's Church** သရီၣ်ဖဲအိတ်န့ၣ်အံၤရဲၣ်က့ၢ်မၤစၢၤဝဲ ဒ်သိးကဒီးန့ၣ်အါထီၣ် ပုၤမုၢ်သးမၤကလိတ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကမၤအါထီၣ် တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်အိတ်က့ၢ်အဂီၢ်လီၤ. [လၢနကမုၢ်သးမၤလိတ်အဂီၢ်ဆိတ်လီၤဖဲအံၤ](#) တက့ၢ်.

**Boys & Girls** ကရုတဖၣ်ဖဲဝဲဒ်လီၤကဝီၤအံၤ ဟ့ၣ်လီၤကလိတ်ဂီၢ်တၢ်အိတ်ဒီး မုၢ်ဆိတ်အိတ်ဆူပုၤသးစ့ၢ်ခနဲဒီးဆူအဖိလၢကိးက စးထီၣ်လၢဂီၤခိၤခိၤဝဲဒ်ခနဲရံၣ် တုၤဟါခိၤ၂:၃၀န့ၣ်ရံၣ်အဘၣ်စၢၤ ဖဲအိတ်န့ၣ်တၢ်လီၤလၢလၢသ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ-

- Ezra Prentice – 625 South Pearl Street
- Creighton Storey Homes – 158 3rd Avenue
- Robert E. Whalen – 295 Colonie Street
- North Albany Homes – 41 Jennings Drive

ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်က့ၢ်အဂီၢ်,ဝံသးစူဆဲးကွီၤ: **Claire Livezey** ဖဲ [clivezey@bgccapitalarea.org](mailto:clivezey@bgccapitalarea.org) တက့ၢ်.

**South End Children’s Café** အံၤဆူတၢ်အိတ်တၢ်အိတ်သ့ၣ်တဖၣ်ဆူဖိသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်အဆိတ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကရဲၣ်က့ၢ်ဒီး န့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်လၢနဖိတဖၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်အဂီၢ် မ့တမ့ၢ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်မၤဘျီလီၤ တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်ဆူဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်အံၤအဂီၢ်, ဝံသးစူဆဲးကွီၤ: **Lily** ဖဲ **518-478-3369** တက့ၢ်.

**တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢပုၤသးပုၤတဖၣ်အဂီၢ်**

အိတ်န့ၣ်ကီၢ်ရၢၣ် ပုၤသ့ၣ်က့ၢ်သးပုၤဖဲက့ၢ်အံၤ ဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်ပုၤသးပုၤလၢအဆိတ်လၢဟံၣ်ဒီး လိၣ်ဘၣ်တန့ၢ်ဘၣ်တန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤသ့ၣ်တဖၣ် ယုၤဒီး တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်ဒီးကသံၣ်ကသိလၢ တၢ်ကဆူအိၤဆူဟံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ကဆဲးကွီၤ: **NY Connects** ဖဲ **518-447-7177** န့ၣ်လီၤ.

ဖဲအိတ်န့ၣ်ဂ့ၢ်အပူၤန့ၣ်**Albany Neighborhood Naturally Occurring Retirement Community (NNORC)**လၢအမုၢ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤဆူရဲၣ်က့ၢ်အိၤခိၤဖျိ **Jewish Family Services** အံၤစူးကါဖဲ အဲၣ်သ့ၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ် ဒ်သိးကသံၣ်သမိးဒီးကမၤလၢပုၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်နီၢ်နီၢ်လၢ ပုၤသးပုၤသးန့ၣ်ဖိဝဲဆူအဖိခိၣ် အဂၢၤ၄,၀၀၀လၢအဆိတ်ဖဲ **NNORC** ခိၣ်ယၢလီၤကဝီၤတဖၣ်လိၣ်ဘၣ်ဖဲတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဆၢကတီၢ်ကိၤခဲအခါအံၤန့ၣ်,ပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ကကိးလိတဲဖိညီန့ၣ် ဒ်သိးကသံၣ်သမိးပုၤတဂၢၤစုၣ်စုၣ်ဘၣ်ယး-

- တၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချူတၢ်အိတ်သးတဖၣ်
- တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိတ်တၢ်အိတ်သ့ၣ်တဖၣ်
- တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဝဲဖိတ်တီဆူဆူချူတၢ်လဲၤထံၣ်လိၣ်သးလၢအကါဒိၣ်တဖၣ်
- တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ကသံၣ်ကသိသ့ၣ်တဖၣ်

ဒ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိတ်အါထီၣ်အသိးန့ၣ် **NNORC** ပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤကမၤသကိးတၢ်ဒီး လီၢ်ကဝီၤပုၤဘၣ်မုၢ်ဘၣ်ဒါသ့ၣ်တဖၣ်, ကသံၣ်သရဲၣ်သ့ၣ်တဖၣ်, ပနံၣ်ရိကူးတဖၣ်, ဒီးကသံၣ်ကူးသ့ၣ်တဖၣ် ဒ်သိးကမၤလၢပုၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်အိတ်တခါလၢလၢ လၢအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အဂီၢ်လီၤ. **NNORC** အံၤသ့ၣ်ညါဟံၣ်ပနီၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲလၢတၢ်အိတ်လီၤလီၤဆိဆိဆၢကတီၢ်လၢတၢ်မၤအါထီၣ်အိၤအံၤပတုၣ်ကွံၣ် ပုၤသးပုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ရဲၣ်လိၣ်လၢအဲၣ်သ့ၣ်လိၣ်ဘၣ်ဖဲနီၢ်နီၢ်, ဒီးလၢတၢ်န့ၣ်အယိပပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဂုၢ်က့ၢ်စဲးထဲးဂံၢ်ထဲးဘါစ့ၢ်ကိးလၢ ကဒုးအိတ်ထီၣ်အကျိၤအကျဲၤလၢအဂုၢ်ဒ်သိးကဒုးဘၣ်ထွဲလိၣ်အဲၣ်သ့ၣ်ဒီး **NNORC** ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်ဒီးဖျိ **Facebook Live** တၢ်လိၣ်ကွဲ



ယိကန်လၢလီၢ်ဆုၣ်နီၤလီၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, တနံၣ်ဘၣ်တနံၣ်လီၤတဲာ်ဆိၣ်ထွဲကရၢ်တဖၣ် ယုၣ်ဒီးပနီၢ်သးဆုၣ်ချ့ဒီး ပုၤကွၢ်ထွဲဆုၣ်ချ့လၢအဖဲၣ်နီၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂ့ၤအကျိၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးအံၤတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဆၢတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဝံၤန့ၣ်, တၢ်ကဟ့ၣ်နီၤလီၤဟံၤဖျါထီၣ်အိၣ်ဖဲအံၤန့ၣ်လီၤ. လၢန့ၣ်အဖဲၣ်ညါ, **AARP** အံၤအိၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲဒီး လိတဲာ်စိကျိၤလၢပုၤသးပုၤလၢအဘၣ်တၢ်ဟံၤအိၣ်လီၤဆိၣ်ဒီး အအိၣ်သယုၢ်အိၣ်သညိတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. နမ့ၢ်ဘၣ်သးဒီးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်ကိးလိတဲာ်စိလၢအပျဲၤဒီးတၢ်သ့ၣ်အိၣ်သးအိၣ် မ့တမ့ၢ်နမ့ၢ်သးစၢ်ဆၢလၢ နကယုၣ်နီၤဒီးဆိၣ်ထွဲပုၤမုၢ်သးမၤကလီၤလၢ ကမၤစၢၤပုၤလၢအသးစၢ်ဆၢတဖၣ်န့ၣ်ဒီး, န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ <https://states.aarp.org/faq-friendly-voice-volunteer-opportunity-and-program> တက့ၢ်.

**ပနံၣ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဆၢကတီၢ်, လီၤဆိၣ်တၢ် လၢပုၤသးပုၤတဖၣ်အဂီၢ်**

**Price Chopper/Market 32**—အိးထီၣ်သးလၢဂီၤခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ် တုၤဟါခိၣ်ဝန့ၣ်ရဲၣ်ကိးနံၤဒဲး ထဲဒၣ်လၢပုၤသးပုၤတဖၣ်အဂီၢ် လၢဂီၤခိၣ် န့ၣ်ရဲၣ်ဒီးဂ့ၣ်ရဲၣ်အဘၣ်စၢၤ

- တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်ဖဲအိၣ်ဘနံၣ်ဝုၢ်—
- 40 Delaware Avenue – 518-465-2603
- 911 Central Avenue – 518-482-0280
- 1060 Madison Avenue – 518-438-6241

**ShopRite of Albany** – အိးထီၣ်သးလၢဂီၤခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ်တုၤဟါခိၣ်ဝန့ၣ်ရဲၣ်ကိးနံၤဒဲး

- 709 Central Avenue – 518-292-1245

**Hannaford Supermarket** – အိးထီၣ်သးလၢမ့ၢ်တနံၣ် တုၤမ့ၢ်ယုၣ်နီၤဂီၤခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ်တုၤဖးဖိမ့ၢ်ဝၣ်န့ၣ်ရဲၣ်, ဒီးအိးထီၣ်သးဖဲမ့ၢ်အိၣ်ဘဲးနံၤ စးထီၣ်လၢ ဂီၤခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ်တုၤဖးဖိမ့ၢ်ဝၣ်န့ၣ်ရဲၣ်ကိးနံၤဒဲး.

- 900 Central Avenue – 518-438-7296

**Honest Weight Food Co-Op** – အိးထီၣ်သးလၢဂီၤခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ်တုၤဟါခိၣ်ဝန့ၣ်ရဲၣ်ကိးနံၤဒဲး

- 100 Watervliet Avenue – 518-482-2667

**တၢ်အိၣ်ကျဲၤလၢအအိၣ်ထီၣ်သးလၢတၢ်က့ၤစိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ် တၢ်ဆုၣ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်တဖၣ်**

အိၣ်ဘနံၣ်ဝုၢ် ပနံၣ်ကတၢ်မၤအတၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီၣ်ကီၢ်ရဲၣ်သဘ့ၣ်အံၤ ညိၣ်န့ၢ်ဟံၤဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသီဖဲအပုၤယဲၤသန့ကဘျဲးပၤအပုၤလၢအအိၣ်ယုၣ်ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်သးလီၢ်ကစိၣ်တၢ်အိၣ်ကျဲၤတဖၣ်ဒီး တၢ်ဆါသံးကျဲးတဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးဒီးသးလၢတၢ်က့ၤစိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ် တၢ်ဆုၣ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်န့ၣ် လီၤ. လၢန့ၣ်အဖဲၣ်ညါလၢလၢအံၤန့ၣ်အိၣ်ဒီး တၢ်အိၣ်ကျဲၤလၢအအိၣ်ထီၣ်ဒီးသးသ့ၣ်တဖၣ်အမံၤကွဲးရဲၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကထၢန့ၣ်တၢ်အိၣ်ကျဲၤလၢ အမံၤတပၣ်ယုၣ်ဖဲတၢ်ကွဲးရဲၣ်အံၤအပုၤအဂီၢ်ကိး **518-434-5105** မ့တမ့ၢ်အံၤမုၢ်လ် [webmaster@albany.ny.gov](mailto:webmaster@albany.ny.gov)

- **Downtown Albany Business Improvement District** - <https://downtownalbany.org/safelysupport>
- **Lark Street Business Improvement District** - <https://larkstreetbid.org/support-hub/>
- **Central Avenue Business Improvement District** - <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1TnAlq-A0qN9TOzMi0mLpCsLh8bZrP4Q8vEblek0Ao48/edit?ts=5e7143e1#gid=1070825>

**Upper Madison Avenue:**

- Junior’s – 1094 Madison Avenue – 518-935-2025
- Dunkin’ Donuts – 1066 Madison Avenue – 518-486-8332
- Subway – 1066 Madison Avenue – 518-459-4925
- The Madison Theater - 1036 Madison Avenue - 518-621-7122

Lower Madison Avenue:

- Cafe Capriccio - 49 Grand Street - 518-465-0439
- Betty Boops Diner - 115 Philip Street - 518-729-5945

Lark Street:

- El Loco Mexican Cafe - 465 Madison Ave. - 518-436-1855
- Savoy Taproom - 301 Lark Street - 518-599-5140

၇၅၃-

- 677 Prime - 518-427-7463
- The Aboriginal Taco Company - 50 S Pearl Street - 518.772.5031
- Ama Cocina - 4 Sheridan Avenue - 518-776-4550
- Amigos Tacos & Empanadas 50 S. Pearl Street - 518-512.4025
- Amo La Bella - 89 Beaver Street - 518-434-3121
- The Bishop - 90 N Pearl St. - 518-512-5009
- B-Rad's Bistro Express - 677 Broadway - 518.268.0922
- Charter Restaurant and Sessions Lounge - 40 Lodge Street - 518.427.3048
- The Cobblestone Lunch Shoppe - 518-393-1042
- Dallas Hot Weiners - 51 S Pearl Street - 518.426.8400
- Dunkin Donuts - 39 N Pearl Street - 518.427.0897
- Dawn's Victory Cafe - 518-463-9113
- El Mariachi - 518-432-7580
- Emmanuel Thai Restaurant - 518-427-0200
- The Excelsior Pub - 54 Philip Street - 518.462.0690
- Golden Fried Chicken - 125 S Pearl Street - 518.426.1063
- Hill Street Cafe - 518-462-3544
- Jack's Oyster House - 518-465-8854
- Jonathan's Pizza - 518-463-5100
- Lam's Chinese Kitchen - 51 S Pearl Street - 518.545.3228
- Loch & Quay - 414 Broadway - 518.389.7201
- McGeary's Irish Pub - 518-463-1455
- Miranda's Deli - 518-542-5319
- Mugshots Cafe - 518-390-0998
- Myrna's Soul Food Restaurant - 123 Madison Avenue - 518.275.0458
- V&R Italian Restaurant - 136 Madison Avenue - 518.626.0001
- Subway - 69 State Street - 518.449.2773

- Steuben Street Market - 54 N Pearl Street - info@steubenstreetmarket.com
- Stagecoach Coffee - 90 State Street - 518.436.7233
- Saati Deli & Catering - 518 Broadway - 518.465.305
- Pizzeria Sapienza - 51 S Pearl Street - 518.730.4841
- Pizzeria 54 - 55 N Pearl Street - 518.432.5454
- PG's Cafe - 112 State Street - 518.465.1284
- OKIPOKI - 41 State Street - 518.596.3131
- The Paper Dragon - 518-917-3133
- Wellington's - 518-992-2432

New Scotland Avenue:

- Topsy Moose – 261 New Scotland Avenue – 518-631-4448
- Albany Ale & Oyster – 281 New Scotland Avenue – 518-487-4152
- Graney's Bar & Grill – 275 New Scotland Avenue – 518-453-3299
- Dunkin' Donuts – 601 New Scotland Avenue – 518-482-3880
- Andy's Place – 605 New Scotland Avenue – 518-489-2411
- Niko's Café – 577 New Scotland Avenue – 518-453-9191
- Cusato's Pizza – 605A New Scotland Avenue – 518-813-9001
- Navona – 289 New Scotland Avenue – 518-435-0202
- Ragonese Italian Imports - 409 New Scotland Avenue - 518-482-2358
- Martel's at Capital Hills - 69 O'Neil Road - 518-489-0466

Picotte Drive:

- Spinner's Pizza – 22 Picotte Drive – 518-482-7311

Western Avenue:

- Crave Burgers – 217 Western Avenue – 518-418-7040
- The Cuckoo's Nest – 234 Western Avenue – 518-650-7215

Washington Avenue:

- Umana Restaurant & Wine Bar - 236 Washington Ave - 518-915-1699

Delaware Avenue:

- Cardona's – 340 Delaware Avenue - 518-434-4838
- Cheese Traveler – 540 Delaware Avenue - 518-443-0440
- Nicole's – 556 Delaware Avenue - 518-436-4952
- Prinzo's Bakery – 344 Delaware Avenue – 518-463-4904
- Delaware Supply – 292 Delaware Avenue – 518-818-0927
- Sweet Basil Thai – 370 Delaware Avenue – 518-729-4111
- Andy's & Son's – 256 Delaware Avenue – 518-463-2754
- Elbow Room, 170 Delaware - 518-257-7300
- Thai & Myanmar Market, 328 Delaware - 518-496-9231

- Emack & Bolio's, 366 Delaware Ave - 518-512-5100
- El Empanada Llama, 469 Delaware Ave - 518-915-1887
- Sweet Eats, 540 Delaware Ave - 518-621-3727

Central Avenue

- Van's Vietnamese Restaurant -307 Central Avenue - 518-436-1868
- Grappa 72 - 818 Central Avenue- 518-482-7200

တၢ်ဆါတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ကျးလၢအိၣ်ထီၣ်သး

- တၢ်ဆါတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ကျးဖဲဝၢ်ခိၣ်လိာ်ကဝီ
- နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်တၢ်မၤစၢၤခဲအံၤန့ၣ်,ဆဲးကျိးတၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်ဆါတၢ်ဆါဆါလိကျိ(518-458-1167 x108) ဒ်သိးနကယုထံၣ်န့ၢ်  
တၢ်ဆါတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ကျးလၢအိၣ်ကျးကတၢ်ဒီးန့ၢ်အဂီၢ်
- Mater Christi တၢ်ဆါတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ကျး
- 3 West Erie Street – 518-596-6691

လနကစးထိပ်ဒီးန့ဘတ်တါမၤစၢအဂီၢ်

ကိးပတါဆါတါအိၣ်တါအိၣ်ကျး

**Trinity Center**  
**(518) 449-5155**

**Arbor Hill Center**  
**(518) 463-1516**



တဘၣ်အိၣ်လၢတါသ့ၣ်ဝံးသးစ့အပူတဂ့ၤ **Trinity Alliance**  
မၤစၢန့ၣ်လီၤ

တါဆါတါအိၣ်တါအိၣ်ကျးအတါဆါကတီၢ်တဖၣ်

**Trinity Center**

မုၢ်တနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်ခံနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်သးနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဟါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်လွံနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်ယံၣ်နံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
★မုၢ်ခံနံၤဒီးမုၢ်လွံနံၤ-တၢ်သ့ၣ်တၢ်ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်လၢၣ်  
စးထီၣ်လၢဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤလၢအလၢာ်တရ

**Arbor Hill Center**

မုၢ်တနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်ခံနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်သးနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဟါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်လွံနံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
မုၢ်ယံၣ်နံၤ-ဂီၤဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤမုၢ်ဆါဒိၣ် ၂နၣ်ရၣ်ဒီးဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤဒးၣ်ဝနၣ်ရၣ်  
★မုၢ်ယံၣ်နံၤ-ကိၣ်ဘုကျၣ်ဒီးတၢ်ဆါကတီၢ်လိၣ်တဖၣ်  
စးထီၣ်လၢဟါဒိၣ်ဝနၣ်ရၣ်တုၤလၢအလၢာ်တရ

**Feed Albany** အံၤဟ့ၣ်မၤစၢပုၤလၢအအိၣ်လၢ တါဘၣ်ယိၣ်ပူဒီးအလိၣ်ဘၣ်တါမၤစၢတဖၣ် လၢအအိၣ်ဆိးဖဲအိၣ်ဘနံၣ်, နူယိၣ်ဒီး  
ဂရၣ်ထီၣ်ဝုၢ်ခိၣ်လီၤကဝိး ဖဲသိးကဒီးန့ဘတ်တါအိၣ် လၢတါကတံၢ်ကတီၢ်ဟံးဒီး ဘိၣ်ထီၣ်ဟံးအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ခိဖျိတါစူးကါ  
ပနံၤကတံၢ်ဖိအိၣ်တုၤအိၣ်လီၤတဖၣ်, တါအိၣ်ကျးအပုၤမၤတါဖိလၢအတါမၤတအိၣ်တဖၣ်, ပုၤမုၢ်သးမၤကလီၤတဖၣ်ဒီး စူးကါဝဲသိလ့ၣ်လၢ  
တါမၤဘျၣ်လီၤအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဖဲသိးကဒီးအိၣ်ထီၣ်, ဘိၣ်ထီၣ်ဒီး ဟ့ၣ်နီၤလီၤတါအိၣ်တါအိၣ်လၢတါကတံၢ်ကတီၢ်ဟံးတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.  
ပမၤသကိးတၢ်ဘူးဘူးတၢ်တၢ်ဒီး **United Way, the City of Albany, The Food Pantries, the Albany  
County Sheriff** ဒီးလီၤကဝိးတါကရၢကရိအဂၤတဖၣ်ဒီး ပုၤလၢအဟ့ၣ်တါမၤစၢသ့ၣ်တဖၣ်ဖဲသိးကဟံးဖျါထီၣ်ပုၤလၢအအိၣ်လၢတါဘၣ်ယိၣ်ပူ  
ဒီးလိၣ်ဘၣ်တါမၤစၢသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးလၢဂံၢ်ခိၣ်ထံးပတါမၤစၢ ဒီးတၢ်ဟံးဖျိၣ်မၤသကိးအပူန့ၣ်ပကဟ့ၣ်နီၤလီၤတါအိၣ်တါအိၣ်လၢတါကတံၢ်ကတီၢ်ဟံး  
ဒီးတါအိၣ်တါအိၣ်ပိးလိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ခဲခါလၢာ်ဆုပုၤတဂၤစုၣ်စုၣ်ဒီး တါကရၢကရိတဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပလိပ်ဘတ်နတ်မေးစာနဲ့လီ။ ဟ့ၣ်မဟ့ၣ်လီလောတနံအံ။ ဒ်သီးကမေးပုလောပကဟ့ၣ်လီတံမေးစာလောအကါဒိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံ။ ဆူပုလော အလိၣ်ဘတ်အီတဖၣ်အဆိၣ်ကသ့အဂီၢ်တက့ၢ်။ [ဆိၣ်လီၤဖဲအံလောတံကဟ့ၣ်မဟ့ၣ်လီအဂီၢ်](#)။

ကွေးဆုတ်ဂုၢ်လောထး

တံးဒီးန့ၢ်ဖိသ့ၣ်တံးကွၢ်ထွဲကသ့ဖဲလဲၣ်

**YMCAတံးကွၢ်ထွဲဖိသ့ၣ်တံးဟံၣ်ဖိၣ်မသကီၢ်**

YMC အံးဟ့ၣ်လီၤဖဲဒေၣ်ဖိသ့ၣ်တံးကွၢ်ထွဲအတံးမေးစာလောတံးအါဟံၣ်, ဂုၢ်ဂီၢ်အုတ်ခိးဆါအပုလောမုဘၣ်တကစုၣ်စုၣ်တဖၣ် ဒီးပုမတံးဖိလော “တံးလိၣ်ဘတ်အီနီၢ်နီၢ်” တဖၣ် စးထီၣ်လောမုၢ်တနံလောမၢ်ရး၂၃သီန့ၣ်လီၤ။ ဆူၣ်ချူ ပုန့ၣ်နီၣ်လောအဒီးန့ၢ်ဘၣ်တံးဟ့ၣ်ပျဲ ဒ်သီးကသံၣ်သရၣ်, နး(စံ)ကသံၣ်သရၣ်, ကသံၣ်သရၣ်ပုမေးစာတံး, နး(စံ)လောအဆဲးလီၤပံးမံ, LPNs သ့ၣ်တဖၣ်အဖဲၣ်ညါန့ၣ်, ပုဖဲတံးမတံးဖိလော “တံးလိၣ်ဘတ်အီနီၢ်နီၢ်” သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ဖဲအါဒ်အါဂါန့ၣ်လီၤ။

လောတံးကွၢ်ဒဲးရဲၣ်လောပုၤပုၤအဂီၢ်,ဝံသးစူန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ- <https://esd.ny.gov/guidance-executive-order-2026>

YMC အံးကပၤဆူရဲၣ်ကျဲဒီးကအံးထွဲကွၢ်ထွဲတံးရဲၣ်တံးကျဲအံးလောတံးကအံးထီၣ်အီၤစးထီၣ်လောဂီၢ်ခီၣ်န့ၣ်ရဲၣ်တုၤဟါခိၣ်န့ၣ်ရဲၣ်ကိးနံၤဒဲးဖဲကွီလောလၢ် ယုဖျၢၣ်အံးန့ၣ်လီၤ-

- Arbor Hill တီဖုၣ်ကွီ, 1 Arbor Drive
- Eagle Point တီဖုၣ်ကွီ, 1044 Western Ave.
- Giffen Memorial တီဖုၣ်ကွီ, 274 South Pearl St.
- New Scotland တီဖုၣ်ကွီ, 369 New Scotland Ave.
- Schuyler Achievement အဖဲၣ်ဖဲမံၣ်, 676 Clinton Ave.
- Sheridan Preparatory အဖဲၣ်ဖဲမံၣ်, 400 Sheridan Ave.

တံးရဲၣ်တံးကျဲအံးအိၣ် ဒီးတံးသ့တံးဘၣ်လောအစုၣ်လောကတီၤဆိကွီဖိအဂၤ၃၀အဂီၢ် (ဖိသ့ၣ်အဂၤ၁၀လောတီၤဒေးတတီၤအပူ)န့ၣ်လီၤ။ YMC အံး ကတံးလီၤပုလောမုဘၣ်ခါ၂၇၇လောတီၤဒေးတဖျၢၣ်စုၣ်စုၣ်အပူန့ၣ်လီၤ။

YMCA ဝုၢ်ဒိၣ်လီၤကတီၤအံး ကဟ့ၣ်တံးကွၢ်ထွဲဆူညါလောဖိသ့ၣ်အိၣ်ပျဲၣ်သီ, ဖိသ့ၣ်ဆံး, ဒီးကတီၤဆိကွီဖိတဖၣ်အဂီၢ်ဖဲကတီၤဆိကွီၣ်ဖျၢၣ်န့ၣ်လီၤ။

*Clifton Park KidzLodge* ကတီၤဆိကွီ  
47 Clifton Country Road, Clifton Park, NY 12065  
518.881.0055

*Duanesburg* ကတီၤဆိကွီ  
185 Mott Rd, Duanesburg, NY 12056  
518.356.6400

*Glenville Learning Ladder* ကတီၤဆိကွီ  
547 Saratoga Road, Glenville, NY 12302  
518.360.8090

*Scotia Thelma P. Lally* ကတီၤဆိကွီ  
204 S. Ten Broeck Street, Scotia, NY 12302  
518.374.4914

ဆူညါတံးဂုၢ်တံးကျဲအဂီၢ်ဝံသးစူန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [www.CDYMCA.org](http://www.CDYMCA.org) မ့တမ့ၢ်ကိး 518.869.3500 လောတနံအံးတက့ၢ်. လာနဖိအဂီၢ် ဝံသးစူကိးပကတီၤဆိကွီတဖျၢၣ်ဖျၢၣ်လောတနံအံးတက့ၢ်။

လာတာကဟ့ၣ်လီၤကူၣ်သ့စ့ဆိၣ်ထွဲအတၢ်မၤစၢၤ ဆူပုၤဘၣ်မုၢ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဆီၤနီၣ်နီၣ်ဖဲတၢ်ဆၢကတီၢ် လၢအတၢ်ကဲထီၣ်တ့ၢ်သးနိတၢ်အီၣ်အဂီၢ်၊ **YMC** ဝှၢ်ခိၣ်လီၢ်ကဝီၤအံၤပၤလီၢ်တၢ်ပညိၣ်ဖိတၢ်ဒ်သိးကဒီးန့ၢ်ဘၣ်စ့မၤစၢၤ(\$)**၂၅၀၀၀၀၀**ဒီလၢၣ် လၢကွဲးစၢၤမၤဂ့ၤထီၣ်သကိး **ဒ်သိးသိးစ့ဆိၣ်ထွဲအဂီၢ်(BETTER TOGETHER FUND)**, လၢအမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသၣ်အစ့တီၢ်ပၤ လၢပုၤဘၣ်မုၢ်ဘၣ်ဒါလၢ တၢ်လိၣ်ဘၣ်ဆီၤနီၣ်နီၣ်တဖၣ်အဂီၢ် ဒ်အဘၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါအိၣ်ဖိပဒိၣ် **Cuomo** အသိးန့ၣ်လီၤ.

**YMC** အံၤထီၣ်တ့ၢ်လိၣ်ဟံၣ်ဖိပဒိၣ်တဖၣ် ဖဲလၢအတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢ ကဟ့ၣ်တၢ်အဘူးအလဲၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤမၤစၢၤဆူ **ကွဲးစၢၤမၤဂ့ၤထီၣ်သကိးဒ်သိးသိးစ့ဆိၣ်ထွဲအဂီၢ်**အဖိခိၣ်န့ၣ်, ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးဖဲပလီၢ်ကဝီၤပုၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကဲဘျဲၣ်ဖျါလီၤလီၤ တကတီၢ်ယိၣ်ဖိတၢ်မၤစၢၤ**YMC** ဒ်သိးကဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကွၢ်ထွဲမၤစၢၤလၢအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် ဒီးအကံၢ်အစီၤလၢပုၤသ့ၣ်တဖၣ်ဆူဖိသၣ်လၢအမိၢ်ပၤ အတၢ်ယုထၢအကတၢ်အိၣ်လၢ ကဘၣ်မၤတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဝံသးစူဟံၣ်ဖျါမၤသကိးတၢ်ဒီး **YMC** ဝှၢ်ခိၣ်လီၢ်ကဝီၤခိၣ်ဖိတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ် ပဟံၣ်ဖျါမၤသကိးတၢ် ဒီးဟ့ၣ်မၤစၢၤပုၤလၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤ ဒ်လဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. န့ၣ်လီၤကွၢ် [www.CDYMCA.org](http://www.CDYMCA.org) လၢတၢ်နံၤအံၤတက့ၢ်.

ကွဲးဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး

တၢ်ဒီးသဒါဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကး

ပထံၣ်ဘၣ်ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤ တၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကး တၢ်မၤကမၢ်သဲစးအါထီၣ် လၢန့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်ဖဲဒီးအိၣ်ဘနံၣ်ကီၢ်ရၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤကတီၢ်စၢၤတၢ်မၤစၢၤအံၤ တၢ်ဒီးန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ်ဂ့ၢ်ရၣ်အတီၢ်ပုၤဒ်သိးကကတီၢ်သကိးတၢ်ဒီး ပုၤတကၢ်လၢလၢအလဲၣ်ခိၣ်ဖျါဘၣ် ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကး,ပုၤလၢအယုဒီး န့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ်ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်သးဒုဒီးဘၣ်ယး အတၢ်ရၣ်လိၣ်မုၢ်လိၣ်လၢအတၢ်ဂ့ၢ်ဘၣ်အဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢပဒိၣ်အတၢ်န့ၣ်လီၤ **202.6** အဖိလၢန့ၣ်,ပုၤလၢအဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ်ဒီးသဒါ ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဘၣ်တၢ်တဟံၣ်အိၣ်အမ့ၢ် တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဆီၤနီၣ်နီၣ်လီၤ. **NYS တၢ်ဒီးသဒါဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကးဝဲၤဒီးအံၤဒုးအိၣ်ထီၣ်တ့ၢ်ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တ ကးတၢ်ရၣ်တၢ်ကွၢ်အမံၤကွဲးရဲၣ်တဖၣ်ဒီးန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ-** <https://www.nyscadv.org/find-help/program-directory.html> တက့ၢ်. န့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်ဖဲဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤဒီးမုၢ်ခါသ့ၣ်ထံတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကးလိၣ်တဲစိကွၢ်အံၤဘၣ်တၢ်အိးထီၣ်အိၣ်လၢတနံၤ၂၄န့ၣ်ရၣ်,

တနံၤသိးဒီးတၢ်ကိးအိၣ်သ့ၣ်ခိၣ်တၢ်ကိးလိၣ်တဲစိနီၣ်ဂံၢ် **1-800-942-6906** န့ၣ်လီၤ.ပုၤလၢအကိးလိၣ်တဲစိတသ့ဘၣ်တဖၣ်အဂီၢ်,ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ ဆူၣ်ခိၣ်တကးလၢထံလီၢ်ကီၢ်ပုၤလိၣ်တဲစိကွၢ်အံၤဟ့ၣ်လီၤဝဲတၢ်ကွဲးကတီၢ်သကိးတၢ်လၢအပုၤယိၣ်ပုၤသန့

- <https://www.thehotline.org/help/> န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကွဲးကတီၢ်သကိးတၢ်အံၤ အိးထီၣ်အသးလၢတနံၤ၂၄န့ၣ်ရၣ်, တနံၣ်၃၆၅ သိန့ၣ်လီၤ. အိၣ်ဘနံၣ်ကီၢ်ရၣ်ဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကွၢ်အံၤမ့ၢ်ဝဲ**Equinox**န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်လိၣ်တဲစိကွၢ်နီၣ်ဂံၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ**518-432-7865** ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်မၤစၢၤ ယုၣ်ဒီးဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကး လီၢ်အိၣ်ကဒုးအံၤ အိးထီၣ်အသးလၢကတူၢ်လီၢ်ပုၤလၢအဘၣ်ဒိ ဘၣ်ထံးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. **Facebook: @NYSdomesticviolence** မ့တမ့ၢ်**Twitter** ဒီး**Instagram: @NYSOPDV**

တၢ်ဒီးသဒါဟံၣ်ပုၤယိၣ်ပုၤတၢ်စ့ဆူၣ်ခိၣ်တကးလၢထံလီၢ်ကီၢ်ပုၤလိၣ်တဲစိကွၢ်နီၣ်ဂံၢ်မ့ၢ်ဝဲ**1-800-799-SAFE(7233)** န့ၣ်လီၤ.အိၣ်ဘနံၣ်ကီၢ်ရၣ်အံၤ ဟ့ၣ်လီၤစ့ၢ်ကိးတၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤလၢ အလီၤပလိၣ်သးန့ၣ်လီၤ. နကိးအဝဲသ့ၣ်မုၢ်ခါသ့ၣ်ထံတၢ်မၤအါမၤဆါလိၣ်တဲစိကွၢ်လၢအအိးထီၣ်သးလၢ

၂၄န့ၣ်ရၣ်အတီၢ်ပုၤလၢလိၣ်တဲစိနီၣ်ဂံၢ်**(518) 447-7716** ဖဲအဆၢကတီၢ်တကတီၢ်လၢလၢဒ်သိးနကကတီၢ်သကိးတၢ်ဒီးမုၢ်ခါသ့ၣ်ထံတၢ် မၤအါမၤဆါအပုၤဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.



နူယီၣ်ကီၢ်စၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢအတၢ်နဲၣ်ကျဲ

လၢပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်

တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲနဟံၣ်ဖိယီဖိဖဲ **COVID-19**တၢ်ဆါနး  
အဆၢကတီၢ်



ဒီသဒၢတၢ်မၤအၢမၤသီဖိသၣ်

New York™



ဖဲဆာကတီၢ်လၢအကီၢ်ခဲအံၤအခါန့ၣ်, ပဲကိးဂၤပက့ၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဘၣ်တၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ် လၢအမၤပျံၤမၤဖုးပုၤလၢပတအိၣ်ကတံၢ်ကတီၢ်ဟံးသး သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆိၣ်လီၤဖဲအံၤဒ်သိးနကဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢအတၢ်နဲၣ်ကျဲလၢအဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အိၤဒ်သိးကအံးထွဲက့ၢ်ထွဲ ဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်ဆိၣ်မူ ဖဲတၢ်ဆါသတြီၣ်အဆၢကတီၢ်ဒီးမုၢ်န့ၣ်ဆူညါလၢကဟဲတဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

က့ၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး

နီၢ်သးဆူၣ်ချ့တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢ

န့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်ခဲၣ်သးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလီၤတဲစိကျိၤအံၤဟ့ၣ်လီၤဖဲတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလၢအကလိဒီးလၢတၢ်ရုသ့ၣ်အပူၤ ဒ်သိးကမၤစၢ ပုၤကိးလီၤတဲစိဖိတဖၣ် လၢအလဲၤခိဖျိဘၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ခိဖျိလၢ **ACOVID-19** ဂ့ၢ်ဂီၢ်အုတၢ်အိၣ်သးအယိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤစၢလီၤတဲစိကျိၤအံၤဟံးလီၤဖဲ ပုၤမၤတၢ်ဖိခိဖျိပုၤမုၢ်သးမၤကလိလၢအအိၣ်ယုၣ်ဒီး နီၢ်သးဆူၣ်ချ့ ပုၤမဲၣ်နီၤလၢအဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်သိၣ်လိ ဘၣ်ယး တၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်ဟ့ၣ်ဖးဖဲတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလီၤတဲစိကျိၤအဂီၢ်, ဝံသးစူၤကိး**1-844-863-9314** တက့ၢ်.

**တၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကတီၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလၢက့ၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်**

တၢ်ဆၢကတီၢ်အံၤခိခဲဒဲဒိၣ်မးလၢပုၤသးစၢတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်က့ၢ်ကတီၢ်သကိးတၢ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကတီၢ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်လီၢ်တတီၢ်လၢ နကကတီၢ်သကိးတၢ်ဘၣ်ယး နတၢ်ကီၢ်တဲခဲဒီးတၢ်ကီၢ်တၢ်ဂီၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးန့ၣ် ဖဲနအိၣ်ဒီးတၢ်ကီၢ်တဲခဲလၢ နကကတီၢ်အီၤလၢ တၢ်လီၢ်အဂၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်ဖဲတၢ်လီၢ်လၢနကယုထံၣ်န့ၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢဒီးတၢ်မၤစၢလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ပဲၣ်ထံနီၤဖးတၢ် ဖဲတၢ်ခိတၢ်ခဲအကတီၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်က့ၢ်ကတီၢ်သကိးတၢ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကတီၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လီၢ်တတီၢ်လၢနကယုထံၣ်န့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယး နီၢ်သးဆူၣ်ချ့အတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ် ဒီးတၢ်မၤစၢတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်အကျိၤအကျဲလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ရုသ့ၣ်,ပုၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒီး ပုၤတသ့ၣ်ညါနမံၤနသၣ်လၢနကယုဒီးန့ၣ်တၢ်မၤစၢ ဖဲနတဲဖျါထီၣ်နတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်လၢတၢ်လီၢ်အဂၤတသ့အခါန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်, ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤက့ၢ်ဖဲ [www.albanyschools.org/ppp](http://www.albanyschools.org/ppp) တက့ၢ်.



# ဆူချွတ်မၤစၢ အဂီၢ်အကျိၤ

### မၤဘျဉ်လီၤသ့ၣ်

RedCrossBlood.org

### မၤဘျဉ်လီၤသ့ၣ်ထံဆုံ

နမ့ၢ်ဖဲက့ၢ်ညါထီၣ်ကျဲၤလၢ COVID-19 တၢ်ဆါဒီးနီၤကိး  
Albany Med လၢနကမၤဘျဉ်လီၤသ့ၣ်ထံဆုံအဂီၢ်တက့ၢ်-(518)  
262-9340

### တၢ်ဒီးသအဟံၣ်ပုၤဖီၤပုၤတၢ်စုဆူၣ်ဒီၣ်တကးလီၤတဲစိကျိၤ-

NYS: (800) 942-6906  
Albany Co.: (518) 447-7716

### နီၢ်သးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလီၤတဲစိကျိၤ

NYS (844) 863-9314

### တၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကတီၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလီၤတဲစိကျိၤ

NYS = qD.vDR GOT5 ql 741741  
Albany Co.: (518) 269-6634

### ကိုဖိတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢပုၤယဲၤသန့-

www.albanyschools.org/pps

### တၢ်က့ၢ်ထံဆိကမိၣ်တၢ်ယိၣ်ယိၣ်(Meditation)-

www.headspace.com/ny

## နီၢ်သးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလီၤတဲစိကျိၤတဖၣ်

ပုၤလၢအလဲၤခိဖျိဘၣ်တၢ်ဆိၣ်သန့,တၢ်ဘၣ်ယိၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်သးဟးဂိၤဖဲ COVID-19 တၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ဆၢကတီၢ်အံၤအဂီၢ်, နူယိၣ်ကီၢ်စၣ်အံၤအိၣ်ဒီး တၢ်ကွဲးကတိၤသကိးတၢ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကတီၢ် လီၤတဲစိကျိၤဖဲနကွဲးကတိၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤတၢ်ဂၤသ့ၣ်လၢတန့ၣ်ၣ်တန့ၣ်ၣ် တန့ၣ်ၣ်တန့ၣ်ၣ်လီၤ.

တၢ်စးထီၣ်ကတိၤသကိးတၢ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်လၢအညိၣ်န့ၣ်လီၤ-ကွဲးလီၤ GOT5 ဆူ 741741 တက့ၢ်.

အိၣ်ဘနံၣ်ကီၢ်ရၣ်နီၢ်သးဆူၣ်ချွတ်မၤစၢလီၤတဲစိကျိၤအံၤမၤအါထီၣ်အတၢ်ဆၢကတီၢ်ဒီးအခဲအံၤတၢ်ဒီးန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ်လၢတန့ၣ်ၣ်သိးထီၣ်လၢဂီၢ်ခိၣ်ရၣ်တၢ်ဟ့ၢ်ခိၣ်ရၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးဖဲလီၢ်ကဝိၤပုၤတဖၣ် ဒီးန့ၢ်ဘၣ်လီၤတဲစိကျိၤအံၤသ့ၣ်ခိဖျိ တၢ်ဆိၣ်လီၤနီၢ်ဂံၢ် 518-269-6634 န့ၣ်လီၤ.

ပုၤတၢ်ဂၤလၢလၢအလဲၤခိဖျိဘၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဆါလၢဂီၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိၣ်သးအံၤကြးကိးဝဲဒၣ်အိၣ်ဘနံၣ်ကီၢ်ရၣ်ပုၤမၤစၢတၢ်လၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်ကရူၢ်ဖဲ (518) 549-6500 န့ၣ်လီၤ.

လၢန့ၣ်အမံၣ်ညါ, AARP အံၤအိၣ်ဒီးလီၤတဲစိကျိၤလၢပုၤသးပုၤတဖၣ် လၢအအိၣ်လီၤလီၤဆိဆိဒီး အအိၣ်သယုၢ်သညိတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. နမ့ၢ်ဘၣ်သး ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကိးလီၤတဲစိကျိၤအံၤပုၤဒီးတၢ်သ့ၣ်အိၣ်သးအိၣ် မ့တမ့ၢ်နမ့ၢ်သးစၢဆါလၢနကယုၣ် ဒီးဆိၣ်ထွဲပုၤမုၢ်သးမၤကလီၤလၢကမၤစၢပုၤလၢ အသးစၢဆါတဖၣ်န့ၣ်,န့ၣ်လီၤက့ၢ်ဖဲ- <https://states.aarp.org/faq-friendly-voice-virtual-volunteer-opportunity-and-program> တက့ၢ်.

ကျွေးတော်ဂွါလားထီး

တော်ဟ်သိသ္တုတော်သိတော်သိလၢဆၢကတီၢ်အခဲအံၤန့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒ်လဲၣ်.

ဒီးသန့ထီၣ်သးလၢတော်ဟ်တော်လၢအကဲထီၣ်သးခိဖျိဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတော်အိၣ်သးအပူၤ, လၢတော်ယုထီၣ်အဖိခိၣ်န့ၣ်ပုၤဖၤဖၤ **Darius Shahinfar** အံၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကလုာ်ဆူ တၢ်မၤကမၣ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်သဲးစးဝဲၤကျိၤဒ်သီးကပတုၣ်တၢ်ဖၤခံအဘူးအလဲ လၢတော်ဟ်သိလ့ၣ်အတၢ်ကမၣ် ဖဲအိၣ်ဘနံၣ်ပုၤအဂီၢ်လီၤ. အဝဲဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကလုာ်ဒီးမၤလၢပုၤထီၣ်တၢ် တၢ်ထုးကွံၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲလၢအထၢၣ်နး ၃ဒီလၢာ်(\$ )န့ၣ်လီၤ. တၢ်ပုၤတၢ်ဟ်သိလ့ၣ်ကမၣ်အဘူးအလဲအံၤဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲအံၤအံၤအံၤန့ၣ်မ့ၢ်ဒီးဝဲၤကျိၤဒ် **Sheehan** ပပုၤကျၢၣ်လိာ်တၢ်ကရၢညီၣ်န့ၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကျၢၣ်ဟ့ၣ်ဖး တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤဖၤ ဒီးတၢ်ကမၤအိၣ်အူညါ တုၤလၢလါမုၢ်ၤ၃၀၀၀, ၂၀၂၀န့ၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကထုးကွံၣ်တၢ်ဖၤခံအဘူးအလဲတဖၣ်အဂီၢ်, ပုၤတၢ်ကမၣ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်သ့ထီၣ်ဆိတၢ်ထုးကွံၣ်တၢ်အဘူးအလဲအဂီၢ်လီၤ. အဘူးအလဲ လိာ်က့ၣ်တဖၣ်အံၤတၢ်ယုထီၣ်န့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်အိၣ်သ့ဖဲအထၢၣ်နးပုၤယဲၤသန့ <https://albany.rmcpay.com/> ခိဖျိတၢ်စုးကါ သိလ့ၣ်နီၣ်ဂံၢ်, တၢ်အဘူးအလဲအလံာ်က့မ့တမ့ၢ်သိလ့ၣ်တၢ်ဟ်ကါဟ်ကျၢၣ်နီၣ်ဂံၢ် မ့တမ့ၢ်ခိဖျိတၢ်ကိးလိတဲမိ(518) 434-5006 န့ၣ်လီၤ. အကျိၤအကျိၤအဂ့ၢ်ကတီၢ်လၢ နကယုထီၣ်တၢ်ထုးကွံၣ်အဘူးအလဲန့ၣ် မ့ၢ်ဝဲခိဖျိတၢ်ကွဲးအံၤမုၢ်လဲအူ [parkingticketappeal@albanyny.gov](mailto:parkingticketappeal@albanyny.gov) မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤလၢပုၤအထၢၣ်န့ၣ်လိာ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ. နယုထီၣ်သ့ဖဲတၢ်ကိးခိဖျိတၢ်ဆူလံာ်ပရၢဆူ **City Hall, Rm. 203 Albany, NY 12207** န့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဆဲးကျိးပဒိၣ်ဝဲၤကျိၤအခါန့ၣ်, မၤလီၤတၢ်လၢနကဟ့ၣ်ထီၣ်န့ၣ်သိလ့ၣ်နီၣ်ဂံၢ်ဒီး မ့တမ့ၢ်နမံၤ, လိတဲမိ, အံၤမုၢ်လဲ, မ့တမ့ၢ် အဘူးအလဲလံာ်က့နီၣ်ဂံၢ်(တဖၣ်)တက့ၢ်.

တၢ်ထုးကွံၣ်တၢ်ဟ်ပနီၣ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်တၢ်သိတၢ်သိ တၢ်ဟံးပံးန့ၣ်တၢ်အိၣ်လီၤကဝီၤတဖၣ်လၢလီၤကဝီၤပုၤတၢ်အိၣ်ကျးသ့ၣ်တဖၣ် ဝဲၤဒ် **Kathy Sheehan**, အိၣ်ဘနံၣ်ပုၤကီၢ်ခိၣ် **Eric Hawkins** ဒီးအိၣ်ဘနံၣ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်ပုၤန့ၣ်ဖိန့ၣ်ကမိအပုၤန့ၣ်တၢ် **Matthew Peter** အံၤဘိးဘၣ်ရၢလီၤဖဲဒ်လၢတၢ်ဟ်ပနီၣ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်အတၢ်သိတၢ်သိ(တမ့ၢ်လၢတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၤ, ဝဲၤဒ်ဂီၢ်အူလီၤလၢတၢ်ဟ်သိလ့ၣ်တသ့, ဒီး တၢ်စိာ်ထီၣ်စိာ်လီၤလီၤ)အံၤဘၣ်တၢ်ပတုၣ်ယာ်အိၣ်ဖဲလၢပုၤ တုၤလၢတၢ်ဘိးဘၣ်ရၢလီၤအူညါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤဘၣ်တၢ်မၤအိၣ် ဒ်သီးကဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဖဲ **ACOVID-19** တၢ်ဆါကဲထီၣ်သးအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်လီၤလၢအဘၣ်တၢ်ဟ်ပတုၣ်ကွံၣ် တၢ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်အဆၢကတီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဖဲပုၤပနီၣ်ကတၢ်မၤလီၤကဝီၤ, အိၣ်ယုာ်ဒီးတၢ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖဲ **Lark Street, Madison Avenue, Central Avenue, New Scotland Avenue, Broadway**, ဒီး **Pearl Street** န့ၣ်လီၤ. ဝဲၤဒ်ပဒိၣ်အံၤ ဘိးဘၣ်ရၢလီၤတၢ်ကိးဝဲလၢ တၢ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဟံးပံးန့ၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်ကျး အခဲညါ လၢတၢ်ကက့ၢ်ဖိာ်အိၣ်အူဟံၣ်အဂီၢ်လီၤ. တၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်အလီၤလၢ တၢ်ဟ်ပနီၣ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အိၣ်ဒ်သီးကမၤဖၤဒီးသး ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဒီးပုၤပုၤအိၣ်တၢ်ဖိတဖၣ်ဒ်သီးကမၤလီၤတၢ်ဝဲ လၢတၢ်ကလူၤပိာ်မၤထွဲ တၢ်အိၣ်ယံာ်လိာ်သးတၢ်သိတၢ်သိတၢ်ဘျုးအဂီၢ်လီၤ. တၢ်ဟံးပံးန့ၣ် တၢ်အိၣ်အဂီၢ်တၢ်ဟ်သိလ့ၣ်အလီၤအံၤတၢ်စုးကါအိၣ်သ့ထဲလၢမံးနးဒုၣ်ဒီးဘၣ်တၢ်ဟ်ပနီၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ.



တၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်တၢ်သိတၢ်သိတဖၣ်ဖဲ **Washington** ဖိကရၢၢ် ဒီး **Lincoln** ဖိကရၢၢ်အံၤဘၣ်တၢ်စးထီၣ်ဟ်ပတုၣ်အိၣ် တကတီၢ်ယီၤန့ၣ်လီၤ. ဝဲၤဒ် **Kathy Sheehan** ဒီးအိၣ်ဘနံၣ်ပုၤကီၢ်ခိၣ် **Eric Hawkins** အံၤဘိးဘၣ်ရၢလီၤဖဲဒ်လၢ တၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ် အတၢ်သိတၢ်သိအံၤတၢ်ဟ်ပတုၣ်ယာ်အိၣ်ဖဲ **Washington** ဖိကရၢၢ် ဒီး **Lincoln** ဖိကရၢၢ်ဟံၣ်တုၤလၢအူညါတၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအကတီၢ်ဒ်သီး ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ်လၢ ဝဲၤဒ်ပုၤဖဲ **ACOVID-19** ကဲထီၣ်သးအခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်အတၢ်သိတၢ်သိအဂၤလၢအအိၣ်ယုာ်ဒီးတၢ်ဟ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်လၢအယံးဒီး မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်ကတီၢ်တၢ်ဟံးပံးန့ၣ်ထံလီၤ, တၢ်ဟံးခိက့ၢ်အလီၤ လၢခၢၣ်ခိၣ်ယီၤအံၤအိၣ်ဒ်သီးလိာ်သးအလီၤလီၤဖိကရၢၢ်ခံဘၣ်လၢန့ၣ်လီၤ. အိၣ်ဘနံၣ်ပုၤအံၤယုထီၣ်ဝဲအပုၤကမ့ၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်လၢအူညါကလူၤပိာ်မၤထွဲ

တၢ်ဟံသိလုၢ်လၢကျဲကပတၢ်သိၣ်တၢ်သိလၢဝါပူၤ ဒ်သိးကမၤစၢတၢ်ထၢဖျိၣ်တၢ်တယၢ်ဒီး တၢ်တယၢ်လၢတၢ်ကျဲစူးကါအိၤသ့တဖၣ် ဒ်တၢ်သ့ၣ်ဆၢဟံကတီၢ်အိၤအသိးန့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ဟံသိလုၢ်လီၤကလီၤလၢတၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်သ့အမံၤကွဲးရဲၣ်**  
**ARBOR HILL/SHERIDAN HOLLOW**

- တၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်လၢအအိၣ်စဲးဘူးလိာ်သးဒီး**Arbor Hill Softball** တၢ်လိာ်ကွဲးလီၤ (North Lark St.)
- 230 Colonie St. (Playground Lot)
- 178 Colonie St. (Playground Lot)
- Ten Broeck Mansion(တၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်လီၤဒီးတၢ်ဟးလၢခိၣ်အလီၤလၢမုၢ်န့ၣ်တကဟံ)

**PINE HILLS**

- Ridgefield Park(လၢတၢ်န့ၣ်လီၤလီၤဖဲ Partridge St.)
- Woodlawn Park Little League
- Washington ဖိကရၢ်(ဖဲကျဲမုၢ်ဒီး ဖိကရၢ်လီၤကဝိၤတဖၣ်)

**SOUTH END**

- Krank ကရၢ်လီၤကဝိၤ
- Franklin St. (လၢ Schuyler St. ဒီး Bassett St.အဘၣ်စၢ-လၢအမဲၣ်ညါတကပ)
- Lincolnဖိကရၢ်(ဖဲကျဲမုၢ်ပူၤ ဒီးဖိကရၢ်လီၤကဝိၤ-တၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်အံၤ တၢ်ပတုၢ်ယၢ်အိၤစးထီၣ်လၢလါမၢ်ရးၤဂ့ၤသီ, မုၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.)

**CENTER SQUARE**

- SUNY Albany’s Thurlow Terrace Lot(တဘၣ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်ဖဲတၢ်ဟံပနီၣ်လီၤကဝိၤလၢEVတၢ်ထၢန့ၣ်လီၤသိလုၢ်ဂံၢ် မ့တမ့ၢ်လၢနထၢန့ၣ်လီၤသိလုၢ်လိမ့ၣ်အူဂံၢ်အခါ) Washingtonဖဲကျဲမုၢ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ယုၣ်ဒီး enry Johnson Boulevard (တၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်ဟံပနီၣ်တၢ်တြီယာ်အံၤဘၣ်တၢ်ထုးကွံာ်အိၤစးထီၣ်လၢလါမၢ်ရးၤဂ့ၤသီ,မုၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.)

**NORTH ALBANY**

- North Second St. & North Third St. (Above Pearl St.)
- တၢ်ဟံပတုၢ်သိလုၢ်လီၤလၢ North Albany American Legion Post အမဲၣ်ညါ

**WEST END**

- Bleecker Stadium (တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲးလီၤ ဒီး ကျဲမုၢ်တဖၣ်)
- Livingston Ave. ကလံးစိးတကပ (ကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်လိာ်သးဒီးJudson St. Parking Lot)

ပတံၣ်တၢ်ပုၤအိၣ်ဆိးလၢလီၤကဝိၤပူၤတၢ်ဟ့ၣ်ပုၤဟံပတုၢ်သိလုၢ်လၢတနံၤအံၤတက့ၢ် မုၢ်နအိၣ်ဆိးဖဲ Washington ဖိကရၢ်မ့တမ့ၢ်ပူၤဖါ. နကြးဝဲဘၣ်ဝဲဒီးပုၤအိၣ်ဆိးလၢလီၤကဝိၤပူၤတၢ်ဟ့ၣ်ပုၤဟံပတုၢ်သိလုၢ်သ့ဝဲ လၢအကပူၤနလၢနကဟံပတုၢ်သိလုၢ်ဒီးတနံၤညါလၢအဘူးအလဲအိၣ်ဝဲထဲတနံၣ်(\$)၂၀ဒီလၢန့ၣ်လီၤ. မၤလိအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတနံၤအံၤဒီဖျိ

တၢ်လဲၤန့ၤလီၤဆူတၢ်ဟ့ၣ်ပုၤပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်အုၤထၢၣ်နံးကဘျံးပတၢ်က့ၢ်.

**APAတၢ်ဟံၣ်သိၣ်လ့ၣ်လီၤအံၤဘၣ်တၢ်မၤစၢၤလီၤအဘျးအလဲၤလၢတနံၤ(\$)**၁၃၆လၢ် **ဆူ (\$)**၇၆လၢ်န့ၣ်လီၤ

စးထီၣ်လၢလၢမၤရဲၤဒဲးသိၣ်န့ၣ်,တၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်အဘျးအလဲၤအအါကတၢ်ဖဲအိၣ်ဘၣ်တၢ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လီၤသၢတီၤလၢအမ့ၢ် **Green-Hudson, Riverfront** ဒီး **Quackenbush** တၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လီၤန့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလီၤအဘျးအလဲၤလၢတနံၤ (\$)၁၃၆လၢ် **ဆူ (\$)**၇၆လၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤဘၣ်တၢ်မၤအိၣ်သိး ကမၤစၢၤလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိၤလၢပုၤအိၣ်ဆိးလၢ လီၤကဝီၤပုၤလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်သိၣ်လ့ၣ်လီၤလၢမ့ၢ်ဆါခိၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. မၤလိၤအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤခိၣ်ဖျိတၢ်န့ၤလီၤကွၢ်ဖဲ [parkalbany.com](http://parkalbany.com) မ့တမ့ၢ်ကိး **518-434-8886** တက့ၢ်.

**တၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢကျဲၣ်မ့ၢ်ကပၤလၢတၢ်ဟံၣ်နံၤဟံၣ်သိၣ်အိၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်အံၤအိၣ်ဒီးအလီၢ်န့ၣ်လီၤ**

- အိၣ်ဘၣ်တၢ်အံၤဒဲးသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်ပုၤအိၣ်ဆိးလၢလီၤကဝီၤဖိတဖၣ်ဘၣ်ပးတၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢတမ့ၢ်လၢကျဲၣ်ပုၤဒီးစံးဘၣ်ပုၤအိၣ်ဆိးလၢ လီၤကဝီၤပုၤသ့ၣ်တဖၣ် လၢကလူၤပိၣ်မၤထွဲတၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢကျဲၣ်မ့ၢ်ကပၤလၢအိၣ်ဒီး တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်အံၤ အိၣ်ဒီးအက့ၢ်အဂီၢ်လၢအကါဒိၣ်ခံၣ်န့ၣ်လီၤ-
- တၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢကျဲၣ်မ့ၢ်ကပၤလၢအိၣ်ဒီး တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်အံၤ အိၣ်ဒီးအက့ၢ်အဂီၢ်လၢအကါဒိၣ်ခံၣ်န့ၣ်လီၤ-
- တၢ်တမံၤန့ၣ်,တၢ်အံၤမၤစၢၤတၢ်မၤကဆွဲၣ်ကဆွဲၣ်ကျဲၣ်လၢပုၤန့ၣ်လီၤ. ဖဲလီၤကဝီၤလၢပုၤအိၣ်ဆိးအိၣ်အါဂီၢ်ဂီၢ်အလီၢ်န့ၣ်,တၢ်မၤကဆွဲၣ်ကျဲၣ်မ့ၢ်အံၤ မ့ၢ်ကမ့ၢ်ဆူၣ်ချူမ့ၢ်ဒါလၢအကါဒိၣ်တခါန့ၣ်လီၤ. သ့ၣ်လၢပံၤဖျိၣ်အါထီၣ်သး, တၢ်ကမံၤကမ့ၢ်, တၢ်တယၢ်မ့ၢ်အိၣ်အါထီၣ်လၢပကျဲၣ်ပုၤန့ၣ်, ယုၢ်မိၤမိၤမိၤ ကပဲအိၣ်အါထီၣ်,ဒီးကဒုးအါထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢ ပုၤဟးလၢကျဲၣ်ပုၤ, ပုၤဒီးလ့ၣ်ယီၤ, ဒီးဆၣ်ဖိကိၢ်ဖိလၢပဘျီအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ကထိးဘျးဘၣ်ဒီး တၢ်ဖိတၢ်လဲၤလၢအမၤဘၣ်ဒီးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူ သ့ၣ်ယုၢ်ဒီးတၢ်ယၢ်ဆံး ဒီးတၢ်ဆါယၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကမံၤကမ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ကလီၤကတံၢ်သးဖဲထံကျိၤပုၤလၢအဒုးကဲထီၣ်ထံဒိၣ်ခိၣ်ယုၤ ဖဲမ့ၢ်ခိၣ်ကလံၤတဘျီလီၤဘၣ်စးအခါန့ၣ်လီၤ.
- ခံၣ်တခါန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ,ဖဲခိၣ်ယၢ်လီၤကဝီၤအါတက့ၢ်န့ၣ်, တၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢကျဲၣ်မ့ၢ်ကပၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်အံၤ ဘၣ်ထွဲလီၢ်သးဒီး တၢ်ထုးကွၢ်တၢ်တယၢ် ဒီးတၢ်တယၢ်လၢ တၢ်က့ၢ်စုးကါအိၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢ နကသ့ၣ်နီၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢကျဲၣ်မ့ၢ်ကပၤ လၢအိၣ်ဒီး တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်အံၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်သိးကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်လီၤလၢဂီၢ်ဂီၢ်အုၤသိၣ်လ့ၣ်တဖၣ်ကခိၣ်အါတၢ်ကိးလၢတၢ်စိၤလၢတၢ်မၤစၢၤတဖၣ် အဂီၢ်လီၤ. ဖဲကျဲၣ်မ့ၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤအပုၤန့ၣ်, တၢ်ပတၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်သ့ၣ်ဘၣ်န့ၣ် တၢ်အံၤတမ့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢတၢ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သဘံၣ်သဘၣ် ဒီးတၢ်သးကဒ်ကခါခိၣ်ဖျိတၢ်ဆိတလဲတၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ်ဘၣ်.

[က့ၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး](#)

ယဟးထီၣ်လၢယတၢ်မၤမ့တမ့ၢ်ယပနံၤကတၢ်မၤအံၤပတၢ်သိၣ်လ့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးလၢ **COVID-19**

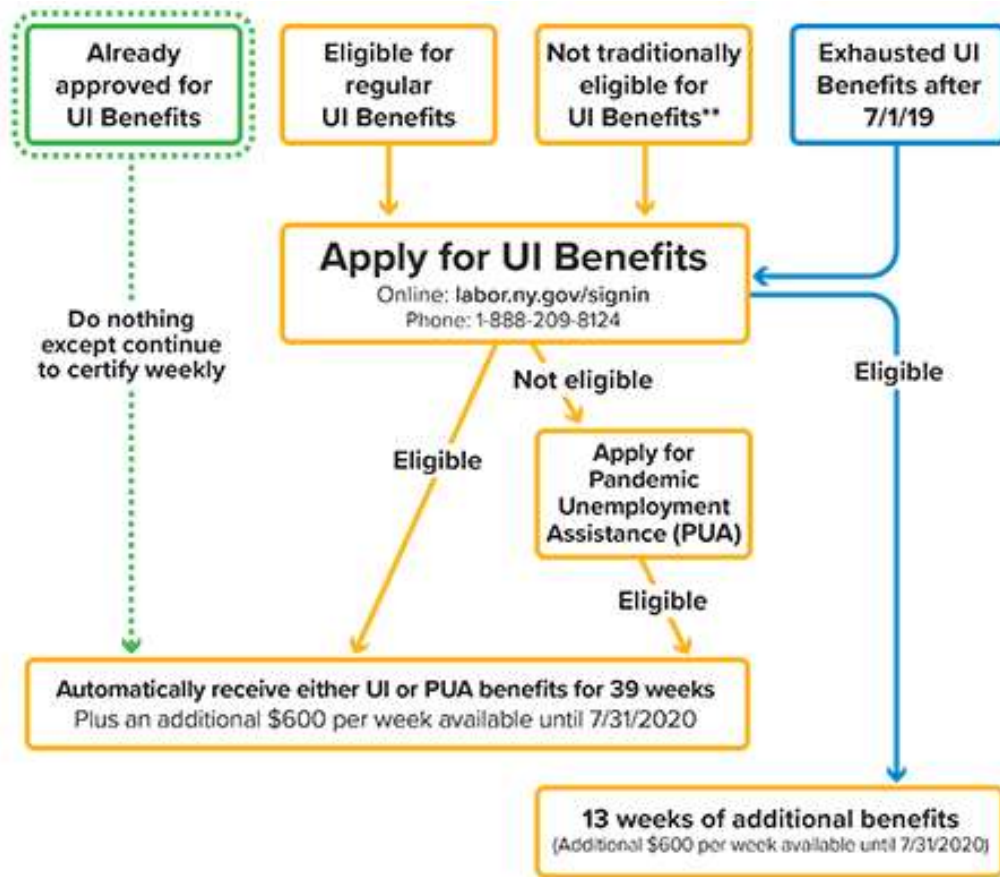
ပတံထီၣ် **NYS**တၢ်ဖံးတၢ်မၤတအိၣ်အတၢ်အုၣ်ကီၤဖဲအံၤတက့ၢ်. **NYS**အံၤမၤစၢၤလီၤဖဲဒုၣ်တၢ်အိၣ်ဒီး ၇သီ အဆၢကတီၢ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတအိၣ် တၢ်အုၣ်ကီၤတၢ်မၤစၢၤလၢ ပုၤလၢအတၢ်မၤတအိၣ် ဒီဖျိခိၣ်ရဲၣ်န့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်(**COVID-19**) အဃိတၢ်မၤလီၢ်တအိၣ်ထီၣ်မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်လီၤလီၤဆီဆီတဖၣ်အဃိန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကဆူထီၣ်လံၢ်ပတံထီၣ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတအိၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤအဂီၢ်,ဝံသးစူ န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ <https://labor.ny.gov/ui/how-to-file-claim.shtm>

တၢ်လၢအကါဒိၣ်-နမ့ၢ်တီၣ်ထီၣ်တၢ်ယုအဘျးအလဲၤလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတအိၣ်အတၢ်အုၣ်ကီၤလၢအသိအဂီၢ်လၢလိတဲမိမ့တမ့ၢ်လၢပုၤယဲၤသန့န့ၣ်, မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်လၢနကဘၣ်ပတံထီၣ်အံၤန့ၣ် ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢ နမံၤလီၤဖဲအခိၣ်ထံးကတၢ်တဖျါန့ၣ်လီၤ-

- **A-F:** မ့ၢ်တနံၤ
- **G-N:** မ့ၢ်ခံနံၤ
- **O-Z:** မ့ၢ်သးနံၤ

နတီၣ်ထီၣ်အိၣ်ဖဲမ့ၢ်နံၤလၢတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ယၢ်အိၣ်မ့ၢ်တချုးဘၣ်န့ၣ်, ဝံသးစူယုထီၣ်တၢ်အဘျးအလဲၤလၢမ့ၢ်လ့ၢ်နံၤမ့တမ့ၢ်မ့ၢ်ယဲၤနံၤတက့ၢ်. တၢ်တီၣ်ထီၣ်အိၣ်လၢ နွံဘျးကကတၢ်န့ၣ်, တဒုးဖဲခဲနတၢ်ဟ့ၣ်အဘျးအလဲၤတဖၣ် မ့တမ့ၢ်တဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိၣ်လၢနယုထီၣ်တၢ်အဘျးအလဲၤဘၣ်, မ့ၢ်လၢ တၢ်ယုထီၣ်အဘျးအလဲၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤစးထီၣ်သးလၢမ့ၢ်တနံၤဖဲန့ၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်တီၣ်ထီၣ်တၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ဝံသးစူးကွါဖဲလ်ာ်တီဖျါတဘျ်အံးအပူလေအူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘျ်ယးတၢ်လၢနကဘျ်မ့ၢ်လၢပာ်အီၤဖဲနတီၢ်ထီၣ်တၢ်ဖဲတၢ်မၤတအိၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤအတၢ်မၤစၢအခါန့ၣ်လီၤ.



၂၉

နကိးနူယီၣ်တၢ်ဖဲတၢ်မၤစၢကျိၤတၢ်ယုအဘူးအလဲလၢလိတဲစိတဲကျိၤလၢအကလိဖဲ 888-209-8124 လၢဂီၤခိၣ်န့ၣ်ဒီးဟါခိၣ်န့ၣ်ရံၣ်အဘျ်စၢ.

**တၢ်မၤစၢလၢပနံၤကတၢ်မၤဆဲးလၢအဘျ်မၤဟူးဒီဖျိ COVID-19**

ဖဲမ့ၢ်ခိၣ်ထံးနံၤလၢမၤရဲၤ၁၅သီန့ၣ်. ဝ့ၢ်ခိၣ် Kathy Sheehan အံးယုထီၣ်တ့ၢ်လၢ Capitalize Albany Corporation

ကရုခိၣ်အံးကမၤသကိးတၢ်ဒီးအိၣ်န့ၣ်ပနံၤကတၢ်မၤတၢ်လဲထီၣ်လဲထီၣ်လီၤကဝီၤလၢတၢ်မၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၤပနံၤကတၢ်မၤအတၢ်တီၢ်ကျိၤခိၣ်ဖျိတၢ်ပံးယာ်လၢအဘျ်တၢ်န့ၣ်လီၤအီၤခိၣ်ဖျိပဒိၣ် Cuomo လၢ COVID-19 တၢ်ဆါယာ်ရၢလီၤသးအယီၣ်န့ၣ်လီၤ.

လီၤကဝီၤတၢ်ကရုၤရဲၤသ့ၣ်တဖၣ်အံးပာ်ဖျိထီၣ်သးဒ်သိးကဟ့ၣ်ထီၣ်ကီၤစၢဖျိ. ကီၤစၢဒီးလီၤကဝီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ၣ်တဖၣ်ဒီး

ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဒီးန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ်သိးကဆိၣ်ထွဲမၤစၢပပနံၤကတၢ်မၤဖဲတၢ်ဆါကတီၢ်လၢအကီၤခဲအခါအံးန့ၣ်လီၤ.

န့ၣ်လီၤကွါဖဲ [supportsmalbany.com](http://supportsmalbany.com) လၢအူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘျ်ယးဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်ဒ်သိးကမၤစၢ

ပနံၤကတၢ်မၤအကီၤဒ်ပမၤသကိးတၢ်တၢ်ပူၤယီၣ်သိးပကဟ်ဖျါထီၣ်မ့ၢ်ကျိၤဖဲကွါအတၢ်ဘျ်ဖဲ ဖဲတၢ်အိၣ်သးလၢအတကဲထီၣ်သးလၢအပူၤကွံၣ်

နီၣ်တဘျ်အံးအတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ. နလူၤပိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအသိတဖၣ်ခိၣ်ဖျိတၢ်စူးကါ #SupportsAlbany တၢ်ပနီၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢကီၤစၢဖျိအတၢ်မၤစၢလၢတၢ်ရဲၣ်ကျိၤမၤအီၤလၢပနံၤကတၢ်မၤကတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အဖဲၣ်ညါ, တၢ်ဖဲတၢ်မၤကရုၤအံးထဲးဂံၢ်ထဲးဘါလၢတၢ်ကဟ်ဖျိ, ပာ်ပနီၣ်,

မၤဂ့ၢ်ထီၣ်ကျိၣ်စ့တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢအူညါဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤဒ်သိးကဆိၣ်ထွဲမၤစၢအိၣ်န့ၣ်ပနံၤကတၢ်မၤဆဲးဆဲးဖိသ့ၣ်တဖၣ်အတၢ်လိၣ်ဘျ်အဂီၢ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကီၤဒ်လၢတၢ်ကဆိၣ်ထွဲမၤစၢပနံၤကတၢ်တၢ်မၤကတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ဖဲ COVID-19 တၢ်ဆါသ့ၣ်အံးအကတီၢ်,

ဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်ကျိၤသ့ၣ်တဖၣ်အံးတၢ်ဒီးန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ကျိၤလၢအအိၣ်ထီၣ်သးလၢ

တၢ်က့ၢ်စိၢ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်အမံၤကွဲးရဲၣ်ဒီး တၢ်က့ၢ်စိၢ်တၢ်အိၣ်ဆူဟံၣ်တၢ်ပတၢ်သိလုၣ်အတၢ်ပနီၣ်လၢ ပနံၤကၢတၢ်မၤကစၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်အံၤ တၢ်ဒီးန့ၢ်အိၣ်သ့ၣ် [supportsmallbany.com](http://supportsmallbany.com) န့ၣ်လီၤ.ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်က့ၢ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်မၤသိထီၣ်အိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

ကျိၣ်စ့တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢတၢ်ကရၢကရိၤလၢတၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်အဘျးတဖၣ်လၢအဒိဘၣ်မၤဟူးသး(မ့တမ့ၢ်)တၢ်ဘၣ်တၢ်ဒီဖျိ **COVID-19** အမံၤ

- **United Way of the Greater** ဝုၣ်ခိၣ်လီၤကဝိဒီး **Community Foundation of the Greater** ဝုၣ်ခိၣ်လီၤကဝိဒီးဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝုၣ်ခိၣ်လီၤကဝိဒီးပုၤတတၢ်ခိဆၢ **COVID-19** စ့တိၣ်ဟံၣ်န့ၣ်လီၤ
- စ့တိၣ်ဟံၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်သိးကဟ့ၣ်လီၤဂံၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်မၤစၢၤလၢအဆိတလဲသးညိဆူ **501c3** တၢ်ကရၢကရိၤလၢအမၤသကိးတၢ်ဒီးလီၤကဝိဒီးပုၤတတၢ်ခိဆၢအဒိဘၣ်မၤဟူးလီၤဆိလီၤသးခိဖျိခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယာ်ဒီးမုၢ်ကျိၤလဲၤကွၢ်တၢ်အိၣ်သးလၢတၢ်ဆါကဲထီၣ်သးတခါအံၤအမံၤန့ၣ်လီၤ.
- လၢနကမၤလိအါထီၣ်ဘၣ်ယးတၢ်ကဒိးန့ၢ်ကျိၣ်စ့တၢ်မၤစၢၤလဲၣ်ဒီးတၢ်ကဟ့ၣ်မၤဟူးလီၤတၢ်မၤစၢၤလဲၣ်အဂီၢ်.ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [www.greateralbany.org](http://www.greateralbany.org) ဝုၣ်ခိၣ်လီၤကဝိဒီးပုၤတတၢ်ခိဆၢ **COVID-19** စ့တိၣ်ဟံၣ်ပုၤယဲၤသန့ၤအပူၤတက့ၢ်.

တၢ်ဟံးန့ၢ်ကွံၣ်တၢ်စုၤလီၤခိၣ်ခိၣ်ခိၣ်ဖျိတၢ်ဟ့ၣ်ကမၢ်တန့ၢ်အမံၤဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ဘျးဟ့ၣ်လဲတဖၣ်ဒီးသဲးစးတၢ်လိၣ်ဘၣ်အကတဖၣ်ဖဲ **COVID-19** အဆၢကတီၢ်

လၢကတုၤထီၣ်ဘၣ်ဆူတၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်ဖဲတၢ်တၢ်အဆၢကတီၢ်အံၤအဂီၢ်.သဲးစးတၢ်မၤစၢၤအပူၤတတၢ်ခိဆၢမုၢ်ထီၣ်ကလံးစိးန့ၣ်ယိၣ် (**LASNYY**) အံၤဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ် [www.lasanny.org](http://www.lasanny.org) **COVID-19** သဲးစးတၢ်ခိဆၢ တၢ်လီၤတၢ်လီၤလၢအအိၣ်ယုၣ်ဒီးသဲးစးလိတဲစိကျိၤဒီး [www.lasanny.org](http://www.lasanny.org) **COVID-19** သဲးစးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤပုၤယဲၤသန့ၤကဘျးပၤန့ၣ်လီၤ. နကိးလိတဲစိ **833-628-0087** သ့စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးဘၣ်ယးဟံၣ်ကစၢ်တဖၣ်အဂီၢ်ဆိၣ်လီၤဖဲအံၤတက့ၢ်.

[က့ၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး](#)

တၢ်ပံးယၢ် **K-12** တီၤ, ခိလုၣ်ကွံၣ်, ကွီၢ်ဘျိၣ် ဒီးလံၣ်ရိၤဒီးတဖၣ်

တၢ်ပံးယၢ် **K-12** တီၤကွီၢ်တဖၣ်-

ဖဲမုၢ်ယၢ်နံၤလါမၢ်ရးၤ၁၃န့ၣ်, အီၤဘနံၣ်ဝုၣ်ကွီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကပံးယၢ်သးမၢ်တုၤလၢလါမၢ်ရးၤ၂၇သီန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယးတၢ်ပံးကွီၢ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [အီၤဘနံၣ်ဝုၣ်ကွီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကပံးယၢ်သးမၢ်တုၤလၢလါမၢ်ရးၤ၂၇သီန့ၣ်လီၤ](#) အပူၤတက့ၢ်.

တၢ်ပံးယၢ်ပတီၢ်ထီၣ်ညါကွီၢ်တဖၣ်-

- **SUNY Albany**, ယုၣ်ဒီး **SUNY** ဒီး **CUNY** ကွီၢ်ကရၢၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဆိတလဲက့ၢ်ဆူတၢ်မၤလိလံၣ်လၢအ့ထၢၣ်နဲးလီၤဒီးပတၢ်ကွံၣ်ဝဲ တၢ်လဲၤထီၣ်ကွီၢ်လၢနီၢ်ကစၢ်ခဲလၢာ်စးထီၣ်လၢမုၢ်သၢနံၤ,လါမၢ်ရးၤ၁၉သီန့ၣ်လီၤ.
- ကွီၢ်ဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ တၢ်ကပျဲအိၣ်ဆိးအိၣ်ဖဲကွီၢ်ဟံၣ်ဒ့ၣ်အပူၤ ခိဖျိတၢ်ဆဲးကျိးအဝဲၣ်သ့ၣ်အနီၢ်ကစၢ်ဖျိစိမိ ခိလုၣ်ကွီၢ်အပူၤဆူတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- **SUNY Albany** အံၤဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝဲ **COVID-19** ပုၤယဲၤသန့ၤကွီၢ်ဖိဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်အဂီၢ်- <https://www.albany.edu/risk-management/coronavirus-covid-19-information>
- **The College of St. Rose** အံၤဆိတလဲကွံၣ်ဝဲဆူတၢ်မၤလိလံၣ်လၢအ့ထၢၣ်နဲးမၢ်တုၤလၢတၢ်ကိၢ်ထီၣ်သီတၢ်မၤလိဆၢကတီၢ်လၢ ၂၀၂၀ န့ၣ်ဝဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [The College of St. Rose website](#) တက့ၢ်.
- **Maria** ခိလုၣ်ကွီၢ်အံၤကသိၣ်လိတၢ်သိၣ်လိသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးကူၣ်သ့တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဂီၤမူအပူၤလၢတၢ်ကိၢ်ထီၣ်သီတၢ်မၤလိဆၢကတီၢ်လၢအအိၣ်တၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်,ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [Maria College website](#) တက့ၢ်.
- **Albany Law School**, အံၤဆိတလဲကွံၣ်တၢ်သိလိဆူအ့ထၢၣ်နဲးတၢ်မၤလိပၢ်တုၤလၢတၢ်ကိၢ်ထီၣ်သီတၢ်မၤလိဆၢကတီၢ်လၢ ၂၀၂၀ န့ၣ်ဝဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [Albany Law School website](#) တက့ၢ်.
- **Albany College of Pharmacy** အံၤမၤအါထီၣ်တၢ်သိၣ်လိလၢအယံၤတၢ်ကိၢ်ထီၣ်သီတၢ်မၤလိဆၢကတီၢ်တုၤဝဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝံသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [Albany College of Pharmacy website](#) တက့ၢ်.



- **SUNY Polytechnic Institute** အံ့ဆိတလဲကွံင်ဝဲဆူတၢ်သိၣ်လိလၢအယံၤတၢ်ကီၢ်ထီၣ်သီတၢ်မၤလိအၢကတီၢ်ဝဲတစုန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝဲသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [SUNY Polytechnic Institute website](#) တက့ၢ်.

**တၢ်ပံးယၢ်ကွၢ်ဘျီတဖၣ်-**

နူယိၣ်ကွၢ်ဘျီတဖၣ်အံၤတၢ်ပံးယၢ်အိၤခဲလၢန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယးတၢ်ပံးယၢ်ကွၢ်ဘျီအဂီၢ်ဝဲသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [နူယိၣ်ကွၢ်ဘျီပုၤယဲၤသန့](#) မ့တမ့ၢ်ကိး(518) 453-4640 တက့ၢ်.

**တၢ်ပံးယၢ်လံာ်ရိၤအးတဖၣ်-**

အိၤဘနံၣ်ကမ့ၢ်လံာ်ရိၤအးအံၤ တၢ်ကပံးယၢ်အိၤဖၢတုၤလၢ တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါလီၤတစုန့ၣ်လီၤ. ဝဲတၢ်ပံးယၢ်သးအခါအံၤန့ၣ်, **APL** အပုၤဆိၣ်ထွဲမၤစၢတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒီးန့ၣ်ဘၣ်-

- ဒီးကွံထၢ်အပိးအလီၤသ့ၣ်တဖၣ်-ယုာ်ဒီး, [အံၣ်လဲၤထီၣ်နံးလံာ်](#), [အံၣ်လဲၤထီၣ်နံးဝဲးကစံး](#), [အံၣ်လဲၤထီၣ်နံးလံာ်တၢ်ကလုာ်](#), [အံၣ်လဲၤထီၣ်နံးတၢ်ဂီၤမုတဖၣ်လၢပုၤယဲၤသန့အပုၤ](#)သ့ဝဲဒီး အဲးပံလၢအဘၣ်ထွဲလီၢ်သးသ့ၣ်တဖၣ် လၢနီၢ်ကစၢ်တၢ်ကစူးကါပိးလီၤအပုၤန့ၣ်လီၤ. ကွၢ်ယုာ်**Libby, OverDrive**, ဒီး **Flipster**အဲးပံတဖၣ်လၢန့ၣ်အဲးပံစတီအပုၤတက့ၢ်, ဒီးအဲးပံခဲလၢအံၤတၢ်ဟ့ၣ်အိၤကလီၤန့ၣ်လီၤ. **APL**အံၤယုၤဖျါအိၣ်အံၣ်လဲၤထီၣ်နံးလံာ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဖျါထဲၣ်ပုၤလၢအအိၣ်ဒီး **APL**ခးသ့ၣ်တဖၣ်.
- [ဒီးန့ၣ်ဘၣ်က့ၣ်သ့ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤထီၣ်လၢ\*\*APL\*\*ပုၤယဲၤသန့အပုၤ](#)
- လၢတၢ်ဆဲးကျိးလီၤတဲစီ(518) 217-5601, (518) 217-8554 မ့တမ့ၢ် (518) 217-8323 လၢမုာ်တနံၤတုၤမုာ်ယံၤနံၤဂီၤခိၣ်ဝဲန့ၣ်ရံၣ် တုၤဟါခိၣ်န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပုၤန့ၣ်, ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်စံးအာအတၢ်သံကွၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ခိၣ်ဖျါပုၤမၤတၢ်ဖိ.
- ဆူထီၣ်တၢ်သံကွၢ်ဆူအံၤမုာ်လဲၤ[askalibrarian@albanypubliclibrary.org](mailto:askalibrarian@albanypubliclibrary.org) ဒီးဒီးန့ၣ်ဘၣ်က့ၢ်တၢ်စံးအာလၢ မုာ်တနံၤတုၤမုာ်ယံၤနံၤဂီၤခိၣ်ဝဲန့ၣ်ရံၣ်တုၤဟါခိၣ်န့ၣ်ရံၣ်.
- ဟံးယၢ်လံာ်ရိၤအးတၢ်ဖိတၢ်လံာ်လၢဟံၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ယုၤအဘူးအလဲလၢတၢ်ဖဲခဲအယိၤ. တလိၣ်ဟဲက့ၢ်ဆူတၢ်ဖိတၢ်လံာ်လဲၤလံာ်ရိၤအးပံးယၢ်သးအဆၢကတီၢ် မုာ်လၢပတၢ်ဟဲက့ၢ်ဆူအလီၢ်အံၤဖျါကိးပံးယၢ်သးအယိၤ.
- တလိၣ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်လၢလံာ်ရိၤအးခးသးနံၣ်ကလၢကွံာ်အဂီၢ်ဘၣ်,မုာ်လၢပမၤအါထီၣ်လံာ်ရိၤအးခးသးနံၣ်အယိၤ. ပုၤလၢအစိာ်ယၢ်**APL**ဒီးခဲလၢအံၤဆူညါဟံးန့ၣ်ဒိၣ်ကွံာ်တၢ်ဖိတၢ်လံာ်လဲၤသ့ၣ်တဖၣ်သ့ဝဲ.
- ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [အိၤဘနံၣ်ကမ့ၢ်လံာ်ရိၤအးပုၤယဲၤသန့](#) တက့ၢ်.

**က့ၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး**

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ယးကီၢ်စၢဖျိၣ်, ကီၢ်စဲၣ်ဒီးလီၢ်ကဝိးခါၣ်စးကရၢ, ကရၢလၢတဟံးန့ၣ်တၢ်အဘျုးဒီးကရၢအကတဖၣ်

**IRS ဒီးနူယိၣ်ကီၢ်စဲၣ်အံၤ**မၤအါထီၣ်ကီၢ်စၢဖျိၣ် ဒီးကီၢ်စဲၣ်တၢ်တီၣ်ထီၣ်စ့ဟဲန့ၣ်ခိၣ်သ့မုာ်န့ၣ်မုာ်သီစးထီၣ်လၢလါအုၤဖျိၣ်၁၅သီတုၤလါယုၤလဲၤ၁၅သီန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝဲသးစူၤန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ **IRS** ဒီး [NYS Department of Tax and Finance](#)ပုၤယဲၤသန့အပုၤတက့ၢ်. ခိၣ်ဖျါခိၣ်ရဲန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်**COVID-19**တဘျီအံၤအဖိခိၣ်န့ၣ်,ပဒိၣ်**Cuomo** အံၤဟ့ၣ်လီၤဝဲတၢ်ကလုာ်လၢကမၤအါထီၣ် စ့ခိၣ်စ့သ့ပုၤခါၣ်သးအတၢ်စိတၢ်ကမိၤဒဲးသိးကမၤဖၢလီၤတၢ်တီၣ်ထီၣ်လၢအဲၤခဲဒီးတၢ်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲလၢ တၢ်မၤကမၢ်တၢ်တဖၣ်အယိၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤကဟ့ၣ်ပုၤပုၤခါၣ်စးသ့ၣ်တဖၣ်ဒဲးသိးကမၤဖၢလီၤစ့အုၣ်လၢ၃လါတဘျီဒီးတနံၣ်တဘျီတၢ်ဆါယၢ်ပုၤသ့ၣ်တဖၣ် ဒီးစူးကါတၢ်တီၣ်ထီၣ်စ့ခိၣ်စ့သ့ဒီးတၢ်ဆူထီၣ်ကျိၣ်စ့မုာ်န့ၣ်မုာ်သီလၢလါမၢ်ရး၂၀၁၅,၂၀၂၀,လၢပုၤလၢအတီၣ်ထီၣ်ဒီးဟ့ၣ်လီၤအဘူးအလဲချုးဆၢချုးကတီၢ်သ့ခိၣ်ဖျါ **COVID-19** တၢ်ဆါယၢ်အယိၤန့ၣ်လီၤ.

ဒဲးသိးနကကွၢ်တၢ်န့ၣ်က့ၢ်လၢတၢ်ပာ်လီၤယၢ်အိၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [N-20-1](#) တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ယးတၢ်မၤစ့လီၤတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ကမၢ်ဒီးစ့အအုၣ်လၢတၢ်ဆါယၢ်ပုၤဒီးတၢ်စူးကါစ့ခိၣ်စ့သ့ခိၣ်ဖျါခိၣ်ရဲန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ် **COVID-19** အယိၤတက့ၢ်.

ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [စ့ခိၣ်စ့သ့ဝဲကျိၤအတၢ်ခိၣ်ဆါခိၣ်ရဲန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ် \(COVID-19\)](#)တက့ၢ်.



ပျားလီအဟံးလီဂီဝီဖိုင်ကွီဖီအစုဟ့ၣ်လီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်တၢ်ကဟံၣ်ပနီၣ်ယၢ်အစုအ့ၣ်လၢ ၀% လၢအသီဖိဝအတီၢ်ပုၤစးထီၣ်လၢလါမၢ်ရး၂၀၁၅,၂၀၂၀ နံၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢန့ၣ်အမဲၣ်ညါ, ပျားလီအယုၤလီၤစုသ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်ကအိၣ်ဒီးတၢ်ယုထၢလၢကပတုၣ်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲလၢ တအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ဖိုင်အါထီၣ် စုအအ့ၣ်လၢခံလါအတီၢ်ပျားလီအဟံၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အဂီၢ်ဝံသးစူန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [ကီၢ်အမဲၣ်ရကၢကျၢ်သ့ၣ်ကွၢ်](#) ပုၤယဲၤသန့အပူၤတက့ၢ်.

နူယိၣ်ပီၤရီခိၣ်ကျၢ် **Letitia James** ဟူးဂဲၤမၤတၢ်ဒးသိးကဒိသးပျားနူယိၣ်ဖိလၢအကကွၢ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒီးပတုၣ်ပုၤထၢဒုၣ်ကမၢ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢ အကဟံးန့ၣ်စုဒိလၢအကကွၢ်လၢအဆံၣ် ဂ့ၢ်ဂီၢ်အုတၢ်ထီၣ်ဟူးထီၣ်ဂဲၤအတၢ်ဟ့ၣ်ဘူးဟ့ၣ်လဲလၢအဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိၤအိၤ ခိဖျိခိရီန့ၣ်တၢ်ဆါ ယၢ်တၢ်မၤစၢ, တၢ်မၤကိညါလီၤ, ဒီးမုၢ်ကျိၤဝဲၤကွၢ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢသဲးစး(CARES Act) န့ၣ်လီၤ.ပီၤရီခိၣ်ကျၢ် **James** [ဟ့ၣ်လီၤဝဲ တၢ်န့ၣ်ကျဲလၢအဖိးသဲးဆူနူယိၣ်ကီၢ်စဲၣ်စုတးကရၢသ့ၣ်တဖၣ်, ပျားဟ့ၣ်လီၤစုသ့ၣ်တဖၣ်, ပျားထၢဖျိၣ်ကမၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ဒီးမၤလီၤတံၢ်ဝဲလၢ ကျိၣ်စုတၢ်မၤညါထီၣ်လၢအဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၤခိဖျိတၢ်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်ဘၣ်တၢ်ပျဲပျဲအိၤလၢတၢ်ဟံးန့ၣ်ကျဲလၢတၢ်စုလီၤခိၣ်ခိၣ် ဖဲနူယိၣ်ကီၢ်စဲၣ်တၢ်ဘျဲသဲးစးအဖိလၢန့ၣ်လီၤ. \*\*ACARES\*\* သဲးစးအံၣ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိၤကီၢ်အမဲၣ်ရကၢခိသ့ၣ်ကျိၣ်စုဝဲၤကျိၣ်ဒဲးသိးကဆု စုဒိလၢကကွၢ်လၢအဆံၣ်ဆူပုၤအမဲၣ်ရကၢဖိလၢအကကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဘၣ်တၢ်ခိဖျိလၢပနံၤကတၢ်မၤအတၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်ဟဲခိဖျိသးလၢ \*\*COVID-19\*\* ကမုၢ်ဆူၣ်ချၢတၢ်နးတၢ်ဖျိၣ်အယိ, ဘၣ်ဆၢၣ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အုတၢ်ဟ့ၣ်သဆၢၣ်ထီၣ်အဘူးအလဲသ့ၣ်တဖၣ်တၢ်ပျဲပျဲအိၤလၢတၢ်ဟံးန့ၣ်ကျဲလၢတၢ်စုလီၤခိၣ်ခိၣ်ဘၣ်,ဒီးဟ့ၣ်ပျဲပျဲထၢဖျိၣ်ဒုၣ်ကမၢ်သ့ၣ်တဖၣ်ကဘၣ်ဘျဲဆဲလၢပုၤစုးကါတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အမဲၣ်ညါန့ၣ်လီၤ. ပဒိၣ် \*\*Cuomo\*\* အံၣ်မၤစၢ \*\*NYS တၢ်ယုထၢဆိကီၢ်ခိ\*\*လၢအဖိးသဲးစးထီၣ်လၢလါအုၣ်ဖျိၣ်၂၀၁၅တုၤလါယုၤ၂၀၁၅,တနံၤယိၣ်ဒီးဘျိၣ်ခိၣ်,ပုၤစုး အိၣ်ထီၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်ဒီး တၢ်ယုထၢလီၤလီၤဆိဆိအတီၢ်ပျားန့ၣ်လီၤ.ပဒိၣ် \*\*Cuomo\*\* အံၣ်ဆဲးလီၤတၢ်မံၣ်ဖဲပဒိၣ်ဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကလုၢ်လၢ အကပျဲပျဲလၢအ ဖြားဒီးအဟ့ၣ်တၢ်ဖးသ့ၣ်တဖၣ် ကဟ့ၣ်တၢ်ဖးခိဖျိတၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်ဖးအမူးဖဲလၢယုၤ၂၀၁၅န့ၣ်လီၤ. ပတံၢ်ထီၣ်လၢ \[တၢ်ဟ့ၣ်ဆိတၢ်ဖးအမူး\]\(#\) အဂီၢ်တက့ၢ်. \*\*NYS ဖဲးဖိကဟံၣ်သိလုၣ်ဝဲၤကျိၤ\(DMV\)\*\*အမဲၣ်ဒးသ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်ပံးယၢ်အသး ဒီးတၢ်မၤကွၢ်လၢကျဲမုၢ်ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်တၢ်ပတုၣ်ယၢ်အိၤတုၤလၢ တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါကတုၤစု, ဒီးတၢ်မၤကမၢ်တၢ်နီၣ်သိလုၣ်တၢ်ဘျဲပဒိၣ်ဝဲၤကျိၤအံၣ် တၢ်ဆိကတီၢ်ဟံၣ်အိၤဟံၣ်တုၤလၢလါအုၣ်ဖျိၣ်၁၇၁၅န့ၣ်လီၤ. လံၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ပျဲနီၣ်သိလုၣ်တဖၣ်, \*\*ID\*\* လၢတမ့ၢ်တၢ်နီၣ်သိလုၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးလီၤမံၣ် တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကွၢ်ဖဲလၢမၢ်ရး၁၅၂၀၂၀မ့တမ့ၢ် လၢအမဲၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၣ်ဘၣ်တၢ်မၤအါထီၣ်န့ၣ်အိၤတၢ်ဆၢကတီၢ်,ဒီးတၢ်သမံသမိးမၤကွၢ်လၢလါမၢ်ရး၂၀၂၀အံၣ်ဘၣ်တၢ်မၤအါထီၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ဟံၣ်တုၤလၢ တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအိၤတစုန့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ \[NYS DMV website\]\(#\)အပူၤတက့ၢ်.](#)

**Alzheimer’s Foundation of America (AFA)** တၢ်ကိးလိတဲစိလၢအကလိ(866-232-8484) အံၣ်အိၣ်အသး ဒဲးသိးကမၤစၢဟံၣ်ဖိယိဖိလၢအဒိဘၣ်မၤဟူးခိဖျိ **Alzheimer** တၢ်ဆါယၢ်ဒီး တၢ်တထံတဆးတၢ်ဆါယၢ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢအဆၢကတီၢ်ခဲအံၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၣ်န့ၣ်မုၢ်တၢ်အကါခိၣ်လီၤလီၤဆိဆိ မုၢ်လၢတၢ်ကဲထီၣ်သးအံၣ်ဒုးကဲထီၣ်ပုၤအါဂၤ, လီၤဆိဒုၣ်တၢ်ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒဲးအမုၢ် ပုၤသးပုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢကမပတုၣ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢ အညိၣ်နီၣ်ဒီးအတၢ်အိၣ်လီၤလီၤဆိဆိန့ၣ်လီၤ. တၢ်ကိးလိတဲစိလၢအကလိအံၣ်အိၣ်အသးတနံၤဂ့ၣ်သိ ဒီးအိၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိကိးဆၢကတီၢ်ဒီး ခိဖျိပုၤဂ့ၢ်ဂီၢ်အပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအအိၣ်ဒီး တၢ်ဟ့ၣ်ပျဲသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်သိၣ်လီၤအိၤဖဲတၢ်တထံတဆးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤ န့ၣ်လီၤ.ဟံၣ်ဖိယိဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဆဲးကျိး တၢ်မၤစၢလီၤကျိၤခိဖျိလိတဲစိနီၣ်ဂံၢ်-866-232-8484,လၢတၢ်ကွၢ်တဲသကိးခိဖျိတၢ်န့ၣ်လီၤဖဲ [www.alzfdn.org](#) ဒီးဆိၣ်လီၤဖဲတၢ်ကွၢ်တဲသကိးလၢအလွၢ်လုးဒီးအလွၢ်ဝါတၢ်ကွၢ်တဲသကိးပနီၣ်ဖဲကဘျိးမၤအိၣ်ထံးလၢစုထွဲတကပၤ, ခိဖျိတၢ်ဆုတၢ်ကွၢ်တဲသကိးတၢ်ဆူ646-586-5283 သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤယဲၤသန့ဒီးတၢ်ကွၢ်တဲသကိးတၢ်အံၣ် တၢ်ဒီးန့ၣ်အိၤသုလၢကျိၣ်၉၀န့ၣ်လီၤ.

[ကွၢ်ဆူတၢ်ဂ့ၢ်လၢထး](#)

ကမုၢ်တၢ်ဝံစိၣ်တီဆု  
ပကမုၢ်ဆူၣ်ချၢ အပုၤမၤသကိးတၢ်ဖိတဖၣ်, ပုၤခိဆၢဆိတၢ်တဖၣ်, ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၤနီၣ်နီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၣ် ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢကမုၢ် တၢ်ဝံစိၣ်တီဆုသ့ၣ်တဖၣ်ဒီးလၢတၢ်န့ၣ်အယိ ပံးဘျဲဘၣ်ဝုၢ်ခိၣ်လီၤကတီၢ်ဝံစိၣ်တီဆုပုၤန့ၣ်ဖိန့ၣ်ကမိၤလၢ ကဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်မၤစၢဆူညါအယိန့ၣ်လီၤ. **CDT** အံၣ်ဆုခိၣ်ဆူ “မုၢ်ယုန့ၣ်” တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဆၢကတီၢ် လၢအစးထီၣ်အသးလၢ မုၢ်တနံၤလါမၢ်ရး၂၀၁၅န့ၣ်လီၤ. ဆူညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လီၤတၢ်လီၤဆဲးအဂီၢ်,ဝံသးစူန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ <https://www.cdt.org/news/service-changes-begin-march-23>တက့ၢ်.

[ကူးချေတံ့ဂ်ာ်လၢထး](#)

COVID-19 တၢ်ကဲထီၣ်သးအခါ ယဟ့ၣ်တၢ်ဘူးတၢ်လဲမ့တန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ် ယကဘၣ်မၤမနုၤလဲၣ်

**National Grid** အံၤတပတုၣ်ကွံၣ်တၢ်စူးကါလၢတၢ်တဟ့ၣ်အပ္ပူၤဘၣ်

- National Grid အံၤတပတုၣ်တၢ်ထၢက့ၤတၢ်အဘူးအလဲလၢအသိၣ်ဝဲအတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.မၤလိအါထီၣ်ဖဲ- <https://www.nationalgridus.com/covid-19>

**Spectrum** အံၤတပတုၣ်ကွံၣ်တၢ်စူးကါလၢတၢ်တဟ့ၣ်အပ္ပူၤဘၣ်

- မၤလိအါထီၣ်ဖဲ- <https://www.spectrum.net/support/internet/coronavirus-covid-19-information-spectrum-customers/>

**Spectrum**ဟ့ၣ်လီၤဝဲ **Wifi** ကလီၤလၢဟ့ၣ်ဖိဖိဖိလၢအိၣ်ဒီးကွီဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ

- Charter အံၤကဟ့ၣ်လီၤဝဲတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် Spectrum ကွၢ်လုလီၤကျိၤ Wifi လၢအသိၣ်ဝဲအတီၢ်ပူၤလၢ K-12 တၢ်ဒီး ဒိလ့ၣ်ကွီဖိအိၣ်ဆိးဝဲဟ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်မၤလိလံာ်လၢလီၤယံၤအဂီၢ်လီၤ. လၢနကဆဲးလီၤမံၤအဂီၢ်ကိး 1-844-488-8395 တက့ၢ်. တၢ်ထၢန့ၣ်လီၤအဘူးအလဲအံၤတၢ်ကမၤဇၢလီၤအိၣ်လၢဟ့ၣ်လၢအအိၣ်ဒီးကွီဖိအသိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. မၤလိအါထီၣ်ဖဲ - <https://www.spectrum.net/support/internet/coronavirus-covid-19-educational-internet-offer>

**AT&T**အံၤတပတုၣ်ကွံၣ်တၢ်စူးကါလၢတၢ်တဟ့ၣ်အပ္ပူၤဘၣ်

- AT&T အံၤတပတုၣ်ကွံၣ်တၢ်စူးကါအုထၢၣ်န့ၣ်.ဟံၣ်လီၤတဲမိမ့တမ့ၢ်ကွၢ်လုလီၤကျိၤမ့တမ့ၢ်ပနံၤကၤဆဲးပုၤစူးကါတၢ်ဖိလၢအဝဲသ့ၣ် တအိၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢကဟ့ၣ်အဘူးအလဲဒိဖျိတၢ်တြီၤမၤတံာ်တၢ်လၢအကဲထီၣ်သးဒိဖျိ COVID-19 အယိဘၣ်.

[ကူးချေတံ့ဂ်ာ်လၢထး](#)

COVID-19 တၢ်ကဲထီၣ်သးအခါယဆူၣ်ချူ တၢ်အုၣ်ကီၤမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်တၢ်မနုၤကဲထီၣ်သးလဲၣ်.

န့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်စဲၣ်ဆူၣ်ချူ ဝဲကျိၤအံၤ ဘိးဘၣ်ရၢလီၤဝဲတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလီၤလီၤဆိဆိအဆၢကတီၢ် လၢပုၤလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်အုၣ်ကီၤသ့ၣ်ဖၣ် လၢကမၤစၢ်လီၤ COVID-19 တၢ်ပျံၤတၢ်ဖုးအဂီၢ်လီၤ. ဝံသးစူးန့ၣ်လီၤကွၢ်ဖဲ [www.nystateofhealth.ny.gov](http://www.nystateofhealth.ny.gov) လၢတနံၤအံၤဟံၣ်တုၤလၢလါအုၣ်ဖျိၣ်၁၅ သီ လၢနကဆဲးလီၤမံၤလၢတနံၤအံၤအဂီၢ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တခါလၢလါဒီးကိး 855-355-5777 တက့ၢ်.

[ကူးချေတံ့ဂ်ာ်လၢထး](#)

လၢယကမၤစၢ်ယပုၤတတၢ်အဂီၢ်ယဟ့ၣ်လီၤယတၢ်ဆၢကတီၢ်ကသ့ဖဲလဲၣ်.

န့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်စဲၣ်ဆူၣ်အံၤ မၤတၢ်လၢအမၤဝဲသ့လၢၣ် ဒ်သိးကပၤယာ်ပုၤန့ၣ်ယိၣ်ဖိတဖၣ်လၢကပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒီးကပတုၣ်တၢ်ရၢလီၤ COVID-19 န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်သန့ၣ်က့ ပမ့ၢ်မၤသကိးတၢ်လၢသးတဖျၢၣ်ယိၣ်န့ၣ်, ပကအိၣ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်ဘါဆူၣ်န့ၣ်လီၤ. ပဒိၣ် Cuomo အံၤယုထီၣ်ဝဲလၢ ဆူၣ်ချူပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိလၢအစဲၣ်နီၤတဖၣ်, ကမ့ၢ်ဆူၣ်ချူ,ကသံၣ်ကသီကွီတဖၣ် မ့တမ့ၢ်ပုၤလၢအဟ့ၣ်လီၤမ့တမ့ၢ်ပုၤအတုၤတၢ်ပိးတၢ်လီၤသ့ၣ်တဖၣ် ကဟဲဟံၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်အသးလၢကဆိၣ်ထွဲမၤစၢ်ကီၢ်စဲၣ်အတၢ်ခိဆၢအဂီၢ်လီၤ. တၢ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်လၢကီတခါ, တၢ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်လၢအမၤတံာ်တၢ်တခါ, ဘၣ်ဆၣ်ပကလဲၤခိဖျိအီၤလၢသးတဖျၢၣ်ယိၣ်န့ၣ်လီၤ. န့ၣ်ယိၣ်ကီၢ်စဲၣ် “တၢ်ဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိး-နမၤစၢ်ကသ့ဖဲလဲၣ်” - <https://coronavirus.health.ny.gov/get-involved-how-you-can-help>



ပျက်စီးမှုများကိုဆေးစစ်ခြင်းနှင့်အညီ၊ ဦးစီးဌာနကရည်ရွယ်ချက်အရ အလုပ်အကိုင်အဖွဲ့အစည်းများကို အသိပေးစာပေးဆောင်ရွက်ပါသည်။

တစ်ဆင့်မူကော်စီအဖွဲ့အစည်းများကို အသိပေးစာပေးဆောင်ရွက်ပါသည်။

နယ်စပ်ဒေသများရှိ **Kevin VanNess** ၏ (518) 421-8817 မှတစ်ဆင့် AVillage သို့မဟုတ် (518) 451-9849

မှတစ်ဆင့် [avillageworks@gmail.com](mailto:avillageworks@gmail.com) တစ်ဆင့်

[ကုသရေးအဖွဲ့အစည်း](#)