

COVID-19

ပျံ့နှံ့မှုနှုန်းတိုင်းတာမှုအစီရင်ခံစာ

တင်ပြခြင်း

- လီကျိုဒီးတင်သံကွဲဘက်ဒီး COVID-19 2
- ပျံ့နှံ့မှုနှုန်းလျော့အောင်တင်ပြခြင်းလျော့အောင်တင်ပြခြင်း 2
- ဖိသိပ်တင်ပြခြင်းကုမ္ပဏီအတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 3
- COVID-19 တင်ပြခြင်းအလီအကျဲတင်ပြခြင်း 3
- ဟံပီပျံ့နှံ့မှုနှုန်းတင်ပြခြင်းဆိုင်ရာတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 3
- တင်ပြခြင်းကွဲဘက်ကွဲသွားတင်ပြခြင်းလီဒီး 4
- ဂံသဟီတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 4
- တင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 4
- ဟံပီတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်းဆိုင်ရာတင်ပြခြင်းလီဒီးဆိုင်ရာအတင်ပြခြင်း 4
- သဲစားအတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 5
- ကသံကသီမဲဒီးတင်ပြခြင်း 5
- နီသီးအတင်ပြခြင်းဆိုင်ရာအတင်ပြခြင်း 5
- ပျံ့နှံ့မှုနှုန်းကွဲဘက် 6
- တင်ပြခြင်းကသံကသီမဲဒီးအတင်ပြခြင်းလီဒီးဆိုင်ရာ 6
- တင်ပြခြင်းတင်ပြခြင်းဆိုင်ရာ 6
- တင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်းအတင်ပြခြင်း 7

လိကျိဒ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ဃးဒီး COVID-19

- Utah ခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရးစံအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကျိၤ(အိၣ်ဝဲဒၣ် တသီ ၂၄ န့ၣ်ရံၣ် တနွံ ၇သီ) လၢ 1-800-456-7707 န့ၣ်လီၤ
- Utah ကီၢ်စဲၣ်ပဒိၣ်အခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရးစံအဟံၤယဲၤဘျးစဲ <https://coronavirus.utah.gov>
 - တၢ်သံကွၢ်လၢတၢ်ညိၣ်န့ၣ်သံကွၢ်တဖၣ် <https://coronavirus.utah.gov/faq>
 - တၢ်လၢအအိၣ်လၢကျိၣ်အဂီၢ်"ဖၣ် <https://coronavirus.utah.gov/multilingual-resources/>
- လီၤအဖီခိၣ်တၢ်တဲသကိးအကွၢ်အဂီၢ် (အဲးကလံးဒီးစပဲနဲး) <https://coronavirus.utah.gov>
- လီၤခၢၣ်သးလၢတၢ်ဒီသဒါဖိၣ်ဂၢၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>
- University of Utah 844-745-9325 မ့တမ့ၢ် <https://healthcare.utah.edu/coronavirus/>
- Intermountain Healthcare 844-442-5224 မ့တမ့ၢ် <https://intermountainhealthcare.org/covid19-coronavirus/>
- MotherToBaby Line (တၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဘၣ်လၢ COVID-19 အကျိၤဖဲတၢ်ဒါထီၣ်မ့တမ့ၢ်ဖဲဒုးအိၣ်ဖိန့ၣ်အခါ)(အိၣ်ဝဲဒၣ်စးထီၣ် မ့ၢ်ဆၢတုၤ မ့ၢ်ဖိစးစးထီၣ် ဂီၤ ၈န့ၣ်ရံၣ်တုၤ၅န့ၣ်ရံၣ်န့ၣ်လီၤ.) 1-800-822-2229 မ့တမ့ၢ် 801-328-2229 မ့တမ့ၢ်ဆုၢ်လီၤဘၣ် လီၤတၢ်ကစီၣ်ဆူ 855-999-3525 <https://mothertobaby.utah.gov/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/>



ပုဂ္ဂလိကတၢ်စုၤစုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤလၢအအိၣ်တဖၣ်-

Utah အကီၢ်စဲၣ် Aging and Adult Services (ပုၤသးပုၤဒီးပုၤဒိၣ်တုၤခိၣ်ပဲၤအတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ)အံၤမၤလဲၣ်ထီၣ်အတၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် လၢညိၣ်န့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤဆူသးပုၤတုၤပုၤတဂၤလၢလၢအအိၣ်လၢတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီး COVID-19 အဂီၢ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤ လၢအကအိၣ်ဆိးပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးလၢဟံၣ်အခါဖဲတၢ်ဆါရၢလီၤအသးအခါန့ၣ်လီၤ. လိကျိၤတခါအံၤန့ၣ်အခိၣ်သ့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ်လၢပုၤလၢအအိၣ်ဆိးလၢ ဟံၣ်(တမ့ၢ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်တၢ်အလီၤအကျဲ)ဒီးပုၤလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢ အတၢ်ကလူၤပိၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်လီၤပျံၤလၢအအိၣ်အတၢ်န့ၣ်ကျဲၤလၢ"အဂီၢ်"တခါန့ၣ်လီၤ. ဒီဖျိ Area Agencies on Aging (ဟီၣ်ကဝီၤတၢ်ကရၢကရိၤလၢပုၤ သ့ၣ်ကုသးပုၤအဂီၢ်)လၢအအိၣ်လၢခိၣ်တၢ်အပူၤနီၤတဂၤစုၤစုၤကဘၣ်တၢ်မၤစၢၤအိၣ်ဒီးတၢ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဒိၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်,တၢ်ဆုၢ်န့ၣ်တၢ်ဖိတၢ် လံၤလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အဂီၢ်(အဒိ,တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ပီးလီ,ကသံၣ်ကသီဒီးကသံၣ်အလဲမးတဖၣ်)ဒီးတၢ်တီထီၣ်ဆုၢ်လီၤဆူကသံၣ်က သီအတၢ်သ့ၣ်န့ၣ်ဖးသီတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်မၤစၢၤစ့ၢ်ကီးလၢတၢ်တၢ်လၢအဂၤတဖၣ်လၢဘၣ်တဘၣ်ကဒိသဒါနီၤတဂၤစုၤစုၤလၢအက အိၣ်ဆိးပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးလၢဟံၣ်(အဒိန့ၣ်,တၢ်ဘီထီၣ်က့ၤ AC မ့ၢ်ဒိသိးအအိၣ်လၢဟံၣ်ကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.



- လၢနီၤတဂၤစုၤစုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤလၢအအိၣ်အလီၤကျိၤ(အိၣ်ဝဲဒၣ်မ့ၢ်ဆၢတုၤမ့ၢ်ဖိစးဂီၤ ၈န့ၣ်ရံၣ် တုၤ ဟါ ၅န့ၣ်ရံၣ်န့ၣ်လီၤ.) 877-424-4640
- Neighbors Helping Neighbors Utah 801-641-4441 <https://www.nhelpingn.com>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/specific-populations>

ပုဂ္ဂလိကတၢ်စုၤစုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤလၢအအိၣ်တဖၣ်-

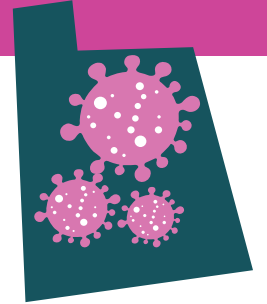
- ✓ ပုၤလၢအသးန့ၣ်အိၣ်ဂၢၢ်ဒီးဆူအဖီခိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးလၢသရၣ်သမါကွၢ်ထွဲပုၤဆူးပုၤဆါအဟံၣ်မ့တမ့ၢ်ကတီၢ်ယံၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အလီၤန့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးပသိၣ်အတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအယံၣ်အထၢမ့တမ့ၢ်တၢ်သးဘဲးဖဲအဘၣ်ဒးတုၤအနးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဖျၢၣ်အတၢ်အိၣ်သးလၢအအိၣ်အမ့ၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤလၢအဂီၢ်ဘါတြီဆၢတၢ်ဆါအိၣ်စ့ၢ်လၢအဟံၣ်ယုၣ်ခဲစၢၣ်တၢ်ကူစါ,တၢ်အိၣ်ထီၣ်တုၤတၢ်ထၢန့ၣ်လီၤမၤပုၤယံၣ်အန့ၣ်ကံၢ်မ့တမ့ၢ်နီၤကွၢ်ဂီၤလၢအဂၤ,ဂံၢ်ဘါတြီဆၢတၢ်ဆါတလၢ တပုၤတဖၣ်, HIV မ့တမ့ၢ် AIDS တၢ်တရဲၣ်ကျဲၤမၤအီၤဂုၤဒီးတၢ်ဘၣ်သ့ၣ်ဒၣ် corticosteroids လၢအယံၣ်အထၢဒီးဘၣ်သ့ၣ်ကသံၣ်ကသီလၢ အမၤစၢၤလီၤဂံၢ်ဘါတြီ ဆၢတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤအသးန့ၣ်တခါလၢလၢအအိၣ်တၢ်ဘီၣ်တလၢအခါး(နီၢ်ခိၣ်အတၢ်ဃၢအနီၢ်ထီၣ်[BMI] >40) မ့တမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိၣ်သးလၢအအိၣ်ဟံၣ်တဖၣ်,လီၤဆိဒ် တၢ်ဖဲတၢ်မ့ၢ်တဖိၣ်ဂၢၢ်ဃာ်အီၤဂုၤဒီးအဒိသိးသ့ၣ်ဆါဆံၣ်ဆါ,ဆံၣ်ကျိၤတဘၣ်လီၤဘၣ်စးမ့တမ့ၢ်သ့ၣ်အတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပုၤလၢအအါကြၢးကွၢ်ဟ့ၣ်လီၤအသးမ့ၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါအိၣ်အိၣ်လၢတၢ်လီၤပျံၤဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲၣ်လၢကဒိးန့ၣ်ဘဲရးစံအတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်,သန့က တုၤလၢမ့ၢ်မဆါတန့ၣ်အံၤ COVID-19 တဒုးန့ၣ်ဖျိထီၣ်တၢ်လီၤပျံၤလၢအအိၣ်ထီၣ်တဖၣ်ဒီးဘၣ်.

ဖိသင်္ဂီတင်ကွဲကဟုကယာ်အတင်မေစါအတင်ဖိးတင်မေတဖင်



- Department of Workforce Services <https://jobs.utah.gov/covid19/covidocc.html>
- One Utah Child Care မှတ်တမ်းတလီဖိသင်္ဂီတင်ကွဲကဟုကယာ်သနူလါအအိန်ဝဲဒင်လါတင်အိန်ဆူင်အိန်ချုတ်ကဟုကယာ်အပူမေတဖင်ဖိးပူလါအခိန်ဆါတင်အခိန်ထံးတဖင် ဖဲ COVID-19 တင်ဆါသကြိန်ရုလီအသးအကတီ <https://coronavirus.utah.gov/child-care/#childcare>
- တင်သံကွဲတဖင်လါတင်ညီနိုသံကွဲတဖင်လါမိပင်ဒီးဖိသင်္ဂီတင်ကွဲကဟုကယာ်တင်တဖင်အဂီ <https://coronavirus.utah.gov/child-care/>

COVID-19 အတင်မေကွဲအလီအကျဲတဖင်



တင်မေကွဲသးလါ COVID-19 အဂီနိုအပူတအိန်ဘင်. နတဘင်တင်ယုနုဒီးတင်အဘူးအလဲနဲလဲဆူတင်မေကွဲသးအလီတခါအခါနိုဘင်. သနကုနတင်အိန်ဆူင်အိန်ချုအတင်အုင်ကီအခိပနိုဘင်တဘင်တင်ကယုအီအပူဖဲနမေကွဲနသးအခါနိုလီ. တင်အံတလက်စူလါနတင်ပူဘင်,နတင်အိန်ဆူင်အိန်ချုအတင်အုင်ကီကျါဘါတင်မေကွဲသးအပူအမူးကယာ် ၁၀၀ နိုလီ. ဖဲနမ့တအိန်ဒီးတင်အိန်ဆူင်အိန်ချုအတင်အုင်ကီဘင်တခီ,တင်အပူလါတင်မေကွဲသးန့ Medicaid ကကျါဘါအီဖဲနတမ့ Medicaid အကရုဖဲအခါဒင်လါနိုလီ. တင်အံကဲထီညီသုခီဖျီကီစိုဉ်စါဖျိုင်အတင်သိပ်တင်သီလါတင်ကိးအံဒ် Families First Coronavirus Response Act နိုလီ. မှုလါတင်အပူကဲလဲအသိပူတဘင်ပျဲလါကမေကွဲအသးနီတဂါနိုဘင်.

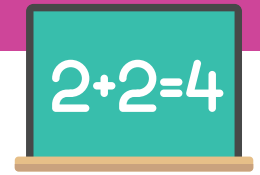
- ကိးဘင်တင်အိန်ဆူင်အိန်ချုအပူဟွင်တင်တဂါမုတမ့ လဲအိန်သကိးဘင် <https://coronavirus.utah.gov/testing-locations/>
- COVID-19 တင်မေကွဲသးအလီအကျဲခဲလက်အဟိန်ခိန်ဂီလါ Utah <https://coronavirus.utah.gov/utah-covid-19-testing-locations/>
- TestUtah.com တင်မေကွဲအလီခါဒင်သးတဖင် <https://www.testutah.com/>
- Intermountain Healthcare 844-442-5224 <https://intermountainhealthcare.org/covid19-coronavirus/get-testing/>
- University of Utah 844-745-9325 <https://healthcare.utah.edu/coronavirus/>
- University of Utah Wellness Bus သီလှဝဲဒင်ဟဲဒင် COVID-19 တင်မေကွဲကိးနွဲဒဲးလါတင်လီလါလတ်တဖင်အံအပူလီ-
 - မှုဆင် မှုဆါဒီ12နိုရ်တုဟါ 4 နိုရ်ဖဲ Centennial Park (5600 West 3100 South, West Valley City, UT 84119) ဘူးဒီး west softball diamonds
 - မှုယူ မှုဆါဒီ12နိုရ်တုဟါ 4 နိုရ်ဖဲ Central Park Community Center (2797 South 200 East, South Salt Lake, UT 84115)
 - မှုလုဒါ မှုဆါဒီ12နိုရ်တုဟါ 4 နိုရ်ဖဲ Sorenson Unity Center (1383 South 900 West, Glendale, UT 84104)
 - မှုဖိး မှုဆါဒီ12နိုရ်တုဟါ 4 နိုရ်ဖဲ Copperview/MidValley Center (8446 South Harrison St, Midvale, UT 84047)
 - ဆဲးကျိး Wellness Bus: Maria (562) 448-5389, Carmen (801) 441-0917, မုတမ့ Bella (801) 648-9841

ဟံင်ပူယီပူတင်စုဆူင်ခိန်တကးဒီးတင်မေတရီတပါ



- Utah Domestic Violence LinkLine (အိန်ဝဲဒင်တသီ၅နိုရ်တနွဲဒီ) 1-800-897-5465
- Sexual Violence Crisis Line (အိန်ဝဲဒင်တသီ၅နိုရ်တနွဲဒီ) 1-888-421-1100
- Utah Domestic Violence Coalition <https://www.udvc.org/>
- Holy Cross Ministries <https://hcm.utah.org/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/family-support>

တက်ကွပ်ဘက်ကွပ်သွေးဒီးတက်သိပ်လိနဲနဲယု



- COVID-19 တက်ကွပ်ဘက်ကွပ်သွေးဒီးတက်သိပ်လိနဲနဲယု <https://coronavirus.utah.gov/education/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/education>

မ့ဉ်အူကံသဝံတက်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲ



- Utah Home Energy Assistance Target (HEAT) Program 1-866-205-4357 <https://jobs.utah.gov/housing/scso/seal/heat.html>
 - လီအဖီဒိဉ်တက်ပတံထီဉ် <http://sealapp.utah.gov/index.do>
 - ရဲဉ်ကျဲၤန့ၢ်တက်သ့ၢ်န့ၢ်ဖးသီတခါလၢတက်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤအဂီၢ် <https://jobs.utah.gov/housing/scso/seal/offices.html>
- Rocky Mountain Power ဒီး Dominion Energy ခံဖုလက်တကးတက်ကွပ်မ့ဉ်အူကံသဝံလၢပုဂ္ဂလိကတစ်စုံတစ်ရာအပူၤတဖၣ်အဂီၢ်ဘဉ်(ကိးဘဉ်အီၤလၢတက်ဟ့ၣ်အဘူးအလဲအတၢ်ရဲဉ်တက်ကျဲၤယုန့ၢ်အါထီဉ်ဘဉ်တက်ဆၢကတီၢ်လၢတက်ကဟ့ၣ်အလဲ)သ့လီၤ.
 - <https://www.dominionenergy.com/company/coronavirus>
 - <https://www.rockymountainpower.net/about/newsroom/service-safety-covid-19.html>
- REACH Utah Utility Assistance 800-328-9272

တက်အိဉ်တက်အီအတက်မၤစၢၤ



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/food>
- ဖဲန့မ့ၢ်လိဉ်ဘဉ်တက်အိဉ်တက်အီအတက်မၤစၢၤအခါ,ပတံထီဉ်ဘဉ် SNAP အတၢ်န့ၢ်ဘျးန့ၢ်ဖိဉ်တဖၣ် <https://jobs.utah.gov/covid19/covidother.html>
- Utahns Against Hunger food resources ကရၢထီဒါတက်လီၤဒီအစီအစဉ် <https://uah.org/covid19>
- Food pantry ဒီး the Utah Food Bank <https://www.utahfoodbank.org/find-a-pantry/>
- Temporary Assistance for Needy Families တစိာ်တလီၢ်တက်မၤစၢၤလၢဟံဉ်ဖိဉ်ဖိအဂီၢ် <https://jobs.utah.gov/services/tevs/tanfcontract.html>
- Seed Library လံာ်ရီဒါးတက်ရဲဉ်တက်ကျဲၤလၢတက်မၤစၢၤန့ၢ်ကသ့ၢ်အိဉ်သ့ၢ်အီန့ၢ်ကစၢ်အတၢ်အိဉ် <https://services.slclpl.org/theplot#SeedLibrary>
- Salt Lake County တက်အိဉ်အတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ 801-526-0950 မ့တမ့ၢ် 1-866-435-7414 <https://www.sl.c.gov/sustainability/food-covid/>

ဟံဉ်ဃီတက်အိဉ်တက်ဆိ,ဟံဉ်အလဲဒီးမ့ဉ်အူ,ထံ,ကံသဝံ



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/housing-and-utilities>
- Utah Community Action <https://www.utahca.org/>
- Homeless Prevention ဒီး Rapid Rehousing <https://jobs.utah.gov/housing/scso/hprrh/>
- COVID-19 တက်ဒီးလဲအိဉ်ဟံဉ်ဒီးတက်သ့ၢ်ကွံာ်လၢဟံဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်နီၢ်နီၢ်တဖၣ် <https://jobs.utah.gov/covid19/evictionofact>
- Utah Community Action 801-359-2444

သဲစးတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအဖွဲ့အစည်း



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/legal>
- Free online legal services with volunteer attorneys <https://www.utahlegalhelp.org/vlc>

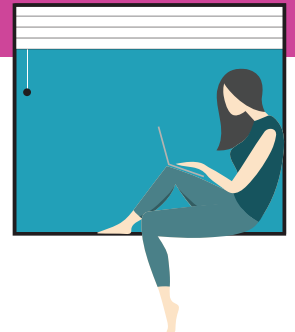
တံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအဖွဲ့အစည်း၊ မဲ၊ ဒီပဲတံတိုင်း



လာတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး Families First Coronavirus Response Act အရိယံ, Utah Medicaid တကးတံတိုင်း Medicaid မှတမ္မာ CHIP ဆူပူနီတဂ် လာအကြားဘဝဲဒဲဒဲတူလီလော လါမးရှ် 18, 2020 နှံလီ. လာပုသ့တဖှ်အံဒီးကရုဖဲသ့တဖှ်ကဒီးနှံဘဝဲတံတိုင်းန့ဖှ်ဖှ်ဆူညါတူ လီလောဂိုဂ်အူတံအိဉ်သးတခါအံအကတံတဖှ်န့လီ. ကရုဖဲသ့တဖှ်ဘဝဲဒဲဒဲအံဖဲကတီန့ဖဲအဝဲသ့အတံဂိုဂ်န့တံဆိတ လဲအံမဲတမ္မာကးတံတိုင်းအံမဲန့လီ. မှ်လော COVID-19 အသိ Medicaid အံဒီးအိဉ်ကတီပာ Community Engagement ပုဂ္ဂလိကတံတိုင်း မာဘဝဲထွဲလီသးအတံလိဉ်ဘဝဲတဖှ်န့လီ. Medicaid ကရုဖဲသ့တဖှ်ညါန့လီအမဲလာတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး အဂီဝ်ဘဝဲဒဲဒဲတလိဉ်မဲပဲတံတိုင်း သမံသမဲမဲကွဲ, တံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး တံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးမဲတဖှ်ဘဝဲ. လာတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးမဲကရုဖဲသ့လဲကဒီးနှံဘဝဲတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးဆူညါတူလီလောဂိုဂ်အူတံအိဉ်သးတခါအံအကတံတဖှ်န့လီ. လာတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးဆူညါအဂီဝ်, လဲအိဉ်သကးဘဝဲ <https://medicaid.utah.gov/covid-19/>.

- ပတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး Medicaid အတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး <https://medicaid.utah.gov/apply-medicaid/> မှတမ္မာကးဘဝဲဒဲဒဲပုဂ္ဂလိကတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး မာစာအဝဲကွဲ Department of Workforce Services လာ 1-866-435-7414 မှတမ္မာလာ Salt Lake County အပူ 801-526-0950 တက့.
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/health-and-dental>

နီသးတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအိဉ်ဆူညါအိဉ်ချ့



- Utah Crisis Line ဒီး Mobile Outreach Team (အိဉ်ဝဲဒဲဒဲတသီ၂၄န့ရံတံန့န့သီ) 1-801-587-3000 <https://healthcare.utah.edu/uni/programs/crisis-diversion.php>
- လီကွဲပုဂ္ဂလိကတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအိဉ်ဆူညါအိဉ်ချ့ Emotional Health Relief Hotline (အိဉ်ဝဲဒဲဒဲတံန့န့သီဂီ 10 န့ရံတူဟါ 10 န့ရံ) 833-442-2211 (တံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးကွဲကွဲဖဲလောကွဲ၁၉ကွဲ)
- SAMHSA Disaster Distress Helpline (အိဉ်ဝဲဒဲဒဲတသီ၂၄န့ရံတံန့န့သီ) 1-800-985-5990 မှတမ္မာဒီဖျိ တံဆူလီပရု "TALK'WITHUS" ဆူ 66746 (စဲနဲကွဲအိဉ်ဝဲဒဲဒဲလီ)
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/mental-health>
- Warm Line လာ Salt Lake County အလီအိဉ်လီဆိဖဲတဖှ်လာတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအပူသန့ကွဲလိဉ်ဘဝဲ တံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးမဲတဖှ်ဘဝဲသဆဲတံတိုင်း (တံန့ ၇ သီဂီ 8 န့ရံတူဟါ 11 န့ရံ) 801-587-1055
- မိအဂီဝ်နီသးဂိုဝ်အကရု Maternal Mental Health Referral Network (တံသးဟးဂီဒီးတံသ့ကွဲကွဲသးဂီဖဲဒဲဒဲအိဉ် ဖျဲဝဲအလီခဲ) <https://maternalmentalhealth.utah.gov/>
- Utah Division of Substance Abuse ဒီး Mental Health <https://dsamh.utah.gov/>
- SafeUT app <https://healthcare.utah.edu/uni/safe-ut/>
- MyStrength self-care app (တံသ့ကွဲအံသ့လောပုဂ္ဂလိကတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအဂီဝ်ဒီဖျိတံသ့ကွဲမဲန့သ့အံသ့အနီဂ် UDHSguest33)
- တံဒီသဒဲတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအလီကွဲ National Suicide Prevention Lifeline (အိဉ်ဝဲဒဲဒဲတသီ၂၄န့ရံတံန့န့သီ) 1-800-273-8255
- COVID-19 နီသးတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေးအိဉ်ဆူညါအိဉ်ချ့အတံတိုင်းစောင့်ရှောက်ရေး <https://coronavirus.utah.gov/Mental-health/>
- Utah Suicide Prevention Coalition <https://utahsuicideprevention.org/>
- American Foundation for Suicide Prevention Utah အတံသိတံသီ <https://afsp.org/chapter/utah>
- National Alliance on Mental Illness Utah <https://namiut.org/>

ပျံ့နှံ့မှုတားဆီးရေး



- Utah Department of Workforce Services Refugee Services <https://jobs.utah.gov/refugee/>
- Utah Refugee Connection <https://serverrefugees.org/>
- Refugee Council USA <https://rcusa.org/covid-19/>

တံဆိပ်ကပ်ဆေးကုသမှုအတွက်အထောက်အကူပြုပေးရန်



- Utah Division of Substance Abuse နှင့် Mental Health <https://dsamh.utah.gov/>
- တံဆိပ်ကပ်ဆေးကုသမှုအတွက်အထောက်အကူပြုပေးရန်အတွက်အထောက်အကူပြုပေးမှု Utah <https://dsamh.utah.gov/contact/location-map>
- လိင်ကပ်ဆေးကုသမှုအတွက်အထောက်အကူပြုပေးမှုအတွက်အထောက်အကူပြုပေးမှု SAMSHA <https://findtreatment.samhsa.gov/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/mental-health>
- တံဆိပ်ကပ်ဆေးကုသမှုအတွက်အထောက်အကူပြုပေးရန်အတွက်အထောက်အကူပြုပေးမှု <https://www.opidemic.org/treatment/>
- Naloxone <https://naloxone.utah.gov/>
- Utah Syringe Exchange Services <http://health.utah.gov/epi/prevention/syringeexchange/UTSEPEventSchedule.pdf>
- Utah Support Advocates for Recovery Awareness (USARA) 385-210-0320 <https://www.myusara.com/>

တင်ယ်ဆောင်ပေးခြင်း



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/transportation>

တၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤ

မ့ၢ်လၢပုၤအနီၣ်ဂံၢ်လၢအအိၣ်တၢ်ကျိၣ်စ့တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အယီၤနီၣ်တၢ်ဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်ကြးသ့ၣ်ညါပၢ်လၢအကထံၣ်တၢ်မၤတံၢ်တံၢ်လၢပတီၢ်မ့ၢ်တၢ်မၤစၢၤအပတီၢ်တဖၣ်လၢအဟံၣ်ယုၣ်တၢ်ကိးအါအါကလံၣ်ဒီးတၢ်ကတိၤအတၢ်ဒီးအဆၢကတီၢ်ပၢ်ယုၣ် ၂၁-၃၀သီတၢ်ရံၣ်ကျဲၤမၤဝဲဒၣ်တၢ်ယုၣ်န့ၣ်လီၤ.



- တၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်အုၣ်ကီၤ <https://jobs.utah.gov/covid19/covidui.html>
 - တၢ်ဆၢတံၢ်လၢအတုၤထီၣ်ထီၣ်ဘးဒီးတၢ်တအိၣ်လၢဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤ <https://jobs.utah.gov/ui/home/Home/UiEligible>
 - COVID-19 တၢ်တအိၣ်လၢဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်သံကွၢ်လၢတၢ်သံကွၢ်အီၤခဲအံၤခဲအံၤ <https://jobs.utah.gov/covid19/uifaqemployees.pdf>
- တၢ်ဆါသၢ်တြိၣ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်အုၣ်ကီၤအတၢ်ယုၣ်အကျိၣ်အကွၢ် <https://jobs.utah.gov/covid19/pandemicuicclaims.pdf>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/employment>
- တၢ်ထုးကွၢ်လၢတၢ်မၤတစီၢ်တလီၢ်လီၤအဖီခိၣ်တၢ်မၤလိမၤဒီးလၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ် <https://jobs.utah.gov/covid19/templayoffvirtualworkshop.pdf>
- COVID-19 တၢ်သံကွၢ်လၢတၢ်သံကွၢ်အီၤခဲအံၤခဲအံၤတဖၣ်လၢတၢ်မၤကစၢ်အဂီၢ် <https://jobs.utah.gov/covid19/uifaqemployers.pdf>
- Rapid Response Services တၢ်ဆါလၢအချ့အတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အတၢ်မၤလိမၤဒီးန့ၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အီၤလၢတၢ်ကတုၣ်သတုၣ်ကလံၣ်တၢ်မၤစၢၤဆူခီပနံၣ်တဖၣ်ဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢတၢ်ဘၣ်အိၣ်ဘျဲးလၢတၢ်မၤတစီၢ်တလီၢ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအလီၢ်တဖၣ် ကးတံၢ်အသးအယီၤ <https://jobs.utah.gov/employer/business/prelayoff.html>
- Salt Lake ဒီး South Davis ခိၣ်တံၢ်တဖၣ်- (801) 526-4400
- Weber ဒီး North ခိၣ်တံၢ်တဖၣ်- (801) 612-0877
- Utah ခိၣ်တံၢ်- (801) 375-4067
- ပုၤအဂၤလၢအအိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီၤခိၣ်ဒီးကီၢ်စဲၣ်အချၢတဖၣ် Remainder of State ဒီး Out of State: 1-888-848-0688