

ကမ္ဘာ့အနှံ့တွင် ဖြစ်ပွားနေသော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ - အိမ်မှာနေပါ။ ကျန်းမာအောင်နေပါ။

သိထားရမည့် အချက်များ

ဝါရှင်တန်ပြည်နယ် သတ်မှတ်ချက်များ

အများပြည်သူ လုံခြုံရေး ကာကွယ်ရန်နှင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ ပျံ့နှံ့မှု နှေးကွေးစေရန်၊ မတ်လ 25 ရက်နေ့ တွင် စတင်အကျိုးဝင်သည့် ပြည်နယ်လုံးကျွတ် "အိမ်ထဲတွင် နေရမည့် အမိန့်" အား ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဂျေအင်လီ (Jay Inslee) က လက်မှတ်ရေးထိုးပါသည်။ အမိန့် - အစတွင် နှစ်ပတ်အတွက် သတ်မှတ်ပါသည် - အချိန်ကာလ ထပ်တိုးနိုင်ပြီး၊ Tukwila မြို့အတွင်း အကျိုးဝင်သည်။

- အမိန့်နှင့်ပတ်သက်၍ သိထားရမည့်အချက်များ-
 - မဖြစ်မနေ လုပ်ကိုင်ရမည့်အရာအများ မရှိသရွေ့၊ ဝါရှင်တန်မြို့သူ/သားတိုင်း အိမ်ထဲတွင် နေထိုင်ရန် လိုအပ်သည်။ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များ ရယူရန်- coronavirus.wa.gov
 - လူမှုရေး၊ ဘာသာရေးနှင့် အပန်းဖြေရန်အတွက် လူထုဝေးမှုအားလုံးကို ပိတ်ပင်၊ တားမြစ်ထားသည်။
 - စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ - မဖြစ်မနေ လည်ပတ်ရမည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမှအပ - အားလုံး ပိတ်ထားရမည်။ မဖြစ်မနေ လည်ပတ်ရမည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ကြည့်ရှုရန် - coronavirus.wa.gov/whats-open-and-closed/essential-business

9-1-1 ကို ခေါ်ဆိုခြင်း

Tukwila ရဲနှင့် မီးသတ်ဌာနများသည် အသက်အန္တရာယ်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်ရသည့် အရေးပေါ်ဖြစ်ရပ်ကို တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းပေးပါသည်။ အသက်အန္တရာယ်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်ရသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ လက္ခဏာရပ်များ (ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူရာတွင် အခက်အခဲရှိခြင်း) ရှိသည်ဟု ခံစားရပါက **9-1-1 ကို ချက်ချင်း ခေါ်ဆိုပါ။** သင့်အတွက် လိုအပ်သော ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ကျွန်ုပ်တို့ ရဲနှင့် မီးသတ်အဖွဲ့ ကူညီနိုင်ပါသည်။

သင့်ရောဂါလက္ခဏာရပ်များ၏ ပြင်းထန်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ 9-1-1 ပြဿနာဖြေရှင်းပေးသူကို ပွင့်လင်းစွာ ပြောပြပါ။ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ အသေးအမွှာဖြစ်ပါက သင်၏ အခြေခံစောင့်ရှောက်မှုပေးသည့် ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။

တစ်ကိုယ်ရေ ကျန်းမာရေး

လူအများနှင့် ခပ်ခာခာနေခြင်း သည် တစ်ကမ္ဘာလုံး ဖြစ်ပျက်နေသော ကပ်ရောဂါတိုက်ဖျက်ရန် လူတိုင်းလုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အရေးအကြီးဆုံးသော အချက်ဖြစ်သည်။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ ပျံ့နှံ့မှု နှေးကွေးစေရန် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး၏ လက်တွဲပါဝင်မှု လိုအပ်သည်။ အောက်ပါအလေ့အထများကို လိုက်နာပါ-

- အိမ်ထဲတွင်နေထိုင်ပြီး၊ မလိုအပ်ဘဲ အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ကုန်စုံဆိုင်၊ ဓာတ်ငွေနှင့် အခြား အခြေခံပစ္စည်းများအတွက် ဈေးဝယ်မှုကို ကန့်သတ်ပါ။
- မဖြစ်မနေ သွားလာရမည်ဆိုပါက၊ အခြားသူများနှင့် အနည်းဆုံး 6 ပေအကွာတွင် အမြဲတမ်းရှိနေပါစေ။
- အနည်းဆုံး စတုဂံ 20 ကြာအောင် ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် ပုံမှန် လက်ဆေးပါ။ ရေဖြင့် လက်ဆေးနိုင်ချိန်တွင် လက်သန့်ဆေးရည်ကို အသုံးပြုပါ။
- သင့်မျက်နှာကို ထိကိုင်ခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်ရန်နှင့် ချောင်းဆိုး နှာချေရာတွင် ဖုံးအုပ်ရန် သတိပေးမည့် အလေ့အထအသစ်များကို ဖန်တီးပါ။

စီးပွားရေး သက်ရောက်မှုများ

အသေးစား စီးပွားရေး အထောက်အပံ့

ဖက်ဒရယ် အသေးစားစီးပွားရေးဆိုင်ရာ စီမံအုပ်ချုပ်ရေး (SBA) သည် လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှု ကုန်ကျစရိတ်များတွင် အကူအညီပေးရန် \$2 သန်းအထိ ကူညီပံ့ပိုးနေပါသည်။ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် DisasterLoan.sba.gov/ela/Information/EIDLloans သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

ပြည်နယ်နှင့် ဖက်ဒရယ် အခွန်အခများ

ဝါရှင်တန်ပြည်နယ် အခွန်ဌာနသည် အခွန်အခများ သို့မဟုတ် ပြစ်ဒဏ်မှကင်းလွတ်ခွင့်အတွက် သက်တိုးပေးပါသည်။ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် dor.wa.gov/about/business-relief-during-covid-19-pandemic သို့ ဝင်ကြည့်ပါ။

ပြည်တွင်းအခွန် ဝန်ဆောင်မှုဌာနသည် နှစ်ပြည့်အခွန်အခများ တင်သွင်းရန် အချိန် ထပ်တိုးပေးထားပါသည်။ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် IRS.gov/coronavirus

ဘဏ္ဍာရေးရာ နှစ်နာဆုံးရှုံးမှုများ၊ ဖျက်သိမ်းထားသော ပွဲများ စသည်ဖြင့် သင့်စီးပွားရေး အကျိုးသက်ရောက်မှုများအတွက် သတိထား၍ စာရွက်စာတမ်းပြုစုရန် အကြံပြုပါသည်။ အစိုးရအေဂျင်စီများထံမှ အာမခံတောင်းဆိုမှုများ သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အနာဂတ် ကယ်ဆယ်ရေးအစီအစဉ်များအတွက် စာရွက်စာတမ်းများပြုစုခြင်း လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

မြို့ထဲရှိ အလုပ်တစ်ခုတွင် သင်လုပ်ကိုင်နေပါက၊ ယင်းအလုပ်ကို စီမံခန့်ခွဲနေပါက သို့မဟုတ် ပိုင်ဆိုင်ပါက၊ စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဌာန Business@TukwilaWA.gov သို့ အီးမေးလ်ပေးပို့ပါ။

အလုပ်သမားများ

အလုပ်လက်မဲ့

COVID-19 ကြောင့် သင့်အလုပ်အကိုင်အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါက၊ အထူးသတင်းအချက်အလက် ရှိပါသည်။ လျှောက်လွှာတင်ရန်- **အွန်လိုင်းသို့ သွားရန်- ESD.wa.gov/unemployment** COVID-19 (ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်) နောက်ဆုံးရ ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် [unemployment application checklist](https://unemployment.application.checklist) ကို နှိပ်ပါ။

ဖုန်းဖြင့်- **1-800-318-6022**

အပိုဆောင်း ရင်းမြစ် သတင်းအချက်အလက်များ ရှာဖွေရန်- UWKC.org/news/unemployed-due-to-coronavirus-pandemic-heres-where-to-get-help

အလုပ်သမားများ နှစ်နာကြေးပေးချေမှု

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ (ဥပမာ- ပထမဦးဆုံး တုံ့ပြန်သူ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း) နှင့် တိုက်ရိုက် ထိတွေ့ မှုရှိသော အလုပ်သမားတစ်ဦးဖြစ်ပြီး ဖျားနာလာပါက - သို့မဟုတ် ရောဂါခြေချုပ်ရန် လိုအပ်ပါက - အလုပ်သမားနှစ်နာကြေးပေးချေရန် တောင်းခံနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် LNI.wa.gov

အခြား အရင်းအမြစ်များ

United Way of King County တွင် အပိုဆောင်း အရင်းအမြစ်များ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ပင်ရောက် လည်ပတ်ရန် - UWKC.org

Tukwila ဒေသခံ ကူညီရေးတွင် နောက်ထပ် အရင်းအမြစ်များ ရယူနိုင်သည်

Tukwila မြို့တွင် မြို့၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများ၊ ပွဲများနှင့် ဆောင်ရွက်ချက်များနှင့်
 စပ်လျဉ်း၍ သတင်းအချက်အလက်နှင့် လင့်ခ်များ ပံ့ပိုးပေးနေသော
 ပုံမှန်အင်ဒတ်လုပ်သည့် ဝတ်စားပုံများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါသည်။ ဝင်ရောက် လည်ပတ်ရန် -
TukwilaWA.gov/COVID

အခြေခံ အသုံးအဆောင်များ

ဒေသတွင်းရှိ အဓိကကျသော အသုံးအဆောင် ကုမ္ပဏီများသည် ဝန်ဆောင်ခမပေး၍
 ဝန်ဆောင်မှုဖြတ်တောက်ခံရသူများ အပါအဝင် အခြေခံလူတန်းစားများအား
 ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း အသုံးအဆောင်စရိတ်များနှင့် ပတ်သက်၍ ကူညီရန်
 အစီအစဉ်တစ်ခုကို ကြေညာထားပါသည်။

Tukwila မြို့ ရေ/ရေဆိုးဖိုက်

ဤအချိန်တွင်

ငွေကြေးမပေးချေမှုအတွက် ဝန်ဆောင်ရေး ဖြတ်တောက်မှု
 မရှိပါ။ ငွေကြေးပေးချေမှု အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ရန် နောက်ထပ်
 သတင်းအချက်အလက်များအတွက် ဘဏ္ဍာရေးဌာနတွင် ခေါ်ဆိုပါ။

ဖုန်း - 206-433-1835

Seattle မြို့ပြလှုပ်စစ်မီး လျော့ပေး အစီအစဉ်

SCL အသုံးပြုသူအားလုံးသည် COVID-19 ကြောင့် ငွေကြေးတည်ငြိမ်မှု
 ထိခိုက်လာပါက ချက်ချင်း အကျိုးဝင်သော ရွှေ့ဆိုင်းထားသည့် ငွေပေးချေမှု
 အစီအစဉ်များကို စတင်သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ ရေ၊ မီး၊ ဓာတ်ငွေ့ကဲ့သို့သော
 အခြေခံ အသုံးစရိတ် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် ငွေကြေးပေးချေမှု စီမံချက်
 အမျိုးအမျိုး စတင်လုပ်ဆောင်နေဆဲဖြစ်ပြီး၊
 အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်လျက် ရှိပါသည်။ ဝင်ငွေ
 သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသော ဖောက်သည်များအတွက် 60%
 အထိ လျော့ချပါမည်။

ဖုန်း - 206-684-0268

ဝင်ငွေနည်းပါးသော အိမ်စွမ်းအင်အတွက် ထောက်ပံ့မှု အစီအစဉ် (LIHEAP)

လျှပ်စစ်မီး၊ ဓာတ်ငွေ့ သို့မဟုတ် အပူပေးလောင်စာဆီသည် အပူဓာတ်အတွက်
 သင်၏ပင်မအရင်းအမြစ်ဖြစ်ပြီး ဆောင်းရာသီအတွင်း အသုံးစရိတ်ပေးချေရာတွင်
 အကူအညီလိုအပ်ပါက၊ ရက်ချိန်းသတ်မှတ်ပါ-

ဖုန်း - 253-517-2263

Puget Sound Energy

PSE သည် ယခုအချိန်အတွင်း ငွေမပေးမှုအတွက် ဖောက်သည်များကို
 ဝန်ဆောင်မှု ဖြတ်တောက်မည် မဟုတ်ပါ။ နောက်ထပ် လေ့လာရန်၊
 အလုပ်ချိန်အတွင်း ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ (တနင်္လာ-သောကြာ၊ 7:30နံနက်-6:30ည)

ဖုန်း - 1-888-225-5773 အွန်လိုင်း - PSE.com

Comcast, Verizon, CenturyLink, T-Mobile,

Spectrum Mobile, AT&T

COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်နစ်နာသော ဒေသခံများအတွက် အားလုံးက
 ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ နောက် အသေးစိတ် အချက်အလက်များအတွက် သင်၏
 ဝန်ဆောင်မှုပေးသူထံ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

အစားအစာ

Tukwila Pantry

တည်နေရာ - 3118 S. 140th St. ဖုန်း - 206-431-8293
 ဖွင့်လှစ်မည့်နေ့များ- အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေးနှင့် စနေနေ့ များအတွက်
 ဖွင့်လှစ်ချိန် - နေ့လယ် 12:30 မှ 2:30

သက်ကြီးများအတွက် သီးသန့်နေ့လယ် 12:00 မှ 12:30

သက်ကြီးများအတွက် နေ့လယ်စာများ

ခုခံနိုင်စွမ်း မရှိသော၊ အထီးကျန်နေသော သက်ကြီးများအတွက် သက်ကြီး
 အပန်းအဖြေအစီအစဉ် (Tukwila's Senior Recreation Program) က
 တစ်နေ့လျှင်တစ်ကြိမ် အစားအသောက် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ နောက်ထပ်
 သတင်းအချက်အလက်များအတွက် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း စင်တာ (Tukwila
 Community Center) ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ ဖုန်း - 206-768-2822

DSHS အစားအစာ ထောက်ပံ့မှုများ

မေးမြန်းချိန်များမှာ တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့ နံနက် 8:00-နေ့လယ် 3:00 နာရီဖြစ်ပြီး ဧ
 ဓေါ်ဆိုမှုများလွန်း၍ နေ့စဉ်နေ့စဉ်မရှိနိုင်ပါသည်။ ဖုန်း - 1-877-501-2233

အိမ်တွင်း အကြမ်းဖက်မှု

24-နာရီ ရှေ့ နေ့လိုက်ပေးမှုနှင့် ပံ့ပိုးမှုလှိုင်း

ဖုန်း - 425-656-7867

အိမ်ငှားရမ်းခများ

COVID-19 ကြောင့် လတ်တလောတွင်
 အရေးပေါ်အခြေအနေ ကြေညာထား၍၊ ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး အင်လီ (Inlee)
 အနေဖြင့် အိမ်ခန်းငှားရမ်းခ မပေးချေမှုကြောင့် နေအိမ်မှနှင်ထုတ်မှုများ
 ယာယီဆိုင်းငံ့ရန် အမိန့် ချမှတ်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
 King County Sheriff ၏ ရုံးအနေဖြင့် King County ခရိုင်အတွင်း အိမ်ခန်းငှားရမ်းခ
 မပေးချေမှုသက်သက်အတွက် နေအိမ်မှ နှင်ထုတ်မှုအပေါ် ဆက်လက်၍
 အရေးယူ ဆောင်ရွက်မည် မဟုတ်ပါ။ ထို့ပြင်၊ Tukwila City Council သည် နေအိမ်
 နှင်ထုတ်မှုအပေါ် တရားဝင်ဆိုင်းငံ့ထားမှုအတွက် ဆင့်ခေါ်မည့်
 ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုလည်း မကြာသေးမီက အတည်ပြုခဲ့ပါသည်။

အိမ်ငှားရမ်းသူတစ်ဦး၏ ရပိုင်ခွင့်များ

အိမ်ငှားရမ်းသူတို့၏ ရပိုင်ခွင့်များ - နှင်ထုတ်၍ အငြင်းပွားမှုများအတွက်-
 ဧဝါအိမ်ငှားရမ်းမှုတစ်ခုစီ - နှင်ထုတ်၍ အငြင်းပွားမှုများအတွက်-
 သောကြာနေ့၊ နံနက် 8:00-နေ့လယ်-12:00
 ဖုန်း - 253-234-4204၊ စပိန်ဘာသာဖြင့် - 206-267-7090
 အီးမေးလ် - HJPstaff@KCBA.org

အိမ်ငှားရမ်းသူ သမဂ္ဂ

အိမ်ငှားရမ်းသူ၏ ရပိုင်ခွင့်များအတွက် အထူးလိုင်း - 206-723-0500
 ရုံးချိန် တနင်္လာမှ-ပုဂ္ဂလိက - နံနက် 10:00-နေ့လယ် 12:30 နှင့် နေ့လယ် 1:30-4:00
 ကြာသပတေးနေ့ - နံနက် 10:00-နေ့လယ် 12:30
 စနေနေ့ - နံနက် 11:00-နံနက် 3:00

Tukwila လူသား ဝန်ဆောင်မှုများ
 သင်သည် TUKWILA ဒေသခံတစ်ဦး ဖြစ်ပါက၊
 ဝင်ငွေနည်းပါးသူအတွက် အရေးပေါ် အိမ်ငှားရမ်းခ သို့မဟုတ် ရေ၊ မီး၊
 ဓာတ်ငွေ့ ကဲ့သို့ သော အခြေခံ အသုံးစရိတ် ထောက်ပံ့မှု
 သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။
 ဖုန်း - 206-433-7181, 206-433-7180



Tukwila မြို့ - 206-433-1800

ဝင်ရောက် လည်ပတ်ရန် - TukwilaWA.gov/COVID
 နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက်