**တၢ်နဲၣ်လိဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိ**

**အရ့ဒိၣ်ႋ** တၢ်ဆိမိၣ်ကွၢ်ထံဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်အကလုာ်ဖဲလဲၣ်တခါလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဝဲအဂ့ၢ် (ကွၢ်ဘၣ်ဖဲနီၣ်ဂံၢ် #1 ဒီး #2 ဖဲလာ်အံၤ)တက့ၢ်ႋ ဖဲန့ၣ်ဝံၤ, ဖးဒီးမၤထွဲတၢ်အပတီၢ်တဖၣ်လၢတၢ်ဃ့ထီၣ်အကလုာ်ဝဲန့ၣ်အဂီၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်ႋ တၢ်မၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိမ့ၢ်တလၢပှဲၤဘၣ်န့ၣ်, ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကလူၤထွဲဘၣ်ဃးတၢ်ဃ့ထီၣ်အဂ့ၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိန့ၣ်လီၤႋ **ပဟ့ၣ်ကူၣ်နၤလၢနကပာ်ဃာ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအတၢ်ကွဲးဒိအဝဲန့ၣ်လၢတၢ်ဆှၢကဒါက့ၤဆူကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအအိၣ်န့ၣ်လီၤႋ** နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တမံၤလၢ်လၢ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးလံာ်တကွီၣ်ဒိအံၤအဂ့ၢ်, ဆဲးကျိးဘၣ်ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢတက့ၢ်ႋ

**တၢ်အခီပညီတဖၣ်-**

* **‘ခၢၣ်စးကရၢ’** ကမ့ၢ်ဝဲကၠိ, တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသၣ်အစဲထၢၣ်, တၢ်ကွၢ်ထွဲပှၤသးဖဲနံၤကတီၢ်အစဲထၢၣ်, တၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသၣ်လၢဟံၣ်, တၢ်ကရၢလၢအဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤလိအလီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
* **‘ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်’** ကမ့ၢ်ဝဲကၠိဖိ, ဖိသၣ်, မ့တမ့ၢ် ပှၤသးပှၢ် (ဖဲတၢ်ကွၢ်ထွဲဖဲနံၤကတီၢ်အလီၢ်) လၢအမ့ၢ်ပှၤဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီဖဲခၢၣ်စးကရၢအအိၣ်န့ၣ်လီၤႋ

**တၢ်ကွဲးနီၣ်အဖုၣ်လၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်အဂီၢ်**- ဒ်တၢ်ပာ်ပနီၣ်လီၤဝဲဖဲ FNS တၢ်နဲၣ်လိ 783, အခိၣ်တီဖိ 2, အဆၢဒိၣ် V တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးပူၤအသိး- ဖဲတၢ်မၤသကိးဒီးတၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအခါ, တၢ်မၤစၢၤတၢ်အီၣ်တၢ်အီအပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်ကဘၣ်မၤသကိးတၢ်ဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်(တဖၣ်) / ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ(တဖၣ်) / ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်(တဖၣ်) မ့တမ့ၢ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိ(တဖၣ်)လၢအဟံးမူဒါဃုာ်ဒီးတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့ဒီးပှၤတဝၢအပှၤမၤတၢ်ဖိဝဲၤကျိၤလၢအဘၣ်မၤမူဒါလၢပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, အတၢ်အိၣ်မုာ်အိၣ်ပၢၤဒီးအတၢ်မၤလိမၤဒိးအဂီၢ်ဃုာ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးလၢတၢ်ပာ်ပနီၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လၢတၢ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဟံးန့ၢ်တၢ်အပတီၢ်အိၣ်ဒီးအဂ့ၢ်အဝီတဖၣ်ကပျဲဝဲဒၣ်ပှၤတဂၤဂၤကနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဘၣ်ဝဲဖဲတၢ်မၤစၢၤတၢ်အီၣ်တၢ်အီအပူၤန့ၣ်လီၤႋ

1. **တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီခီဖျိလၢတၢ်အိၣ်သးလၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်တဖၣ်အဃိ-**

* ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢ **ကဘၣ်** ဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢတၢ်အိၣ်သးလၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ နကဃုအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးတၢ်မနုၤလၢအပာ်ပနီၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်ဖဲလာ်အံၤန့ၣ်လီၤႋ တလိၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်ကျးစဲပနီၣ်လီၤပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအိၣ်ဒီး ‘နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ’ ဖဲတၢ်နဲၣ်လီၤအပူၤလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤႋ
* နမ့ၢ်ဃ့ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအဒိးသန့ၤထီၣ်သးဖဲတၢ်အိၣ်သးလၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဖီခိၣ်န့ၣ်, တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိ (တၢ်ပျဲဃုထၢလံာ်တကွီၣ်ဒိ) မ့ၢ်တၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤမံၤခီဖျိတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤဖဲလၢတၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီအကျဲကမၣ်ခီဖျိတၢ်အီၣ်တၢ်အီတၢ်တိာ်ကျဲၤအက့ၢ်ဂီၤန့ၣ်လီၤႋ တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤမ့ၢ်ဝဲ တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဖိးသဲစးလၢအဒိးန့ၢ်တၢ်စိကမီၤလၢအကကွဲးနဲၣ်လီၤကသံၣ်တၢ်ဘျၢတဖၣ်န့ၣ်လီၤႋ တၢ်ကဘၣ်မၤလၢပှဲၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖၣ်ဖဲလၢတၢ်ဆှၢထီၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲဝဲလၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
  + တၢ်ကဘၣ်မၤလၢပှဲၤဝံၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် A အံၤခီဖျိမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်န့ၣ်လီၤႋ
  + တၢ်ကဘၣ်မၤလၢပှဲၤဝံၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် B အံၤခီဖျိတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤအခါဖဲလၢတၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကဟ့ၣ်လီၤတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအအိၣ်ဖဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီက့ၢ်ဂီၤအချၢန့ၣ်လီၤႋ ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါမၤစၢၤမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ကသံၣ်သရၣ်လၢအကနၢ်ပၢၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီအက့ၢ်ဂီၤမနုၤလဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤႋ
  + ပဟ့ၣ်ကူၣ်သပှၢ်ပှၢ်လၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိကဆဲးလီၤအမံၤဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် C အပူၤန့ၣ်လီၤႋ
* ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢမၤဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီမ့ၢ်တသ့ဒီးလူၤထွဲဒံးဝဲဒၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီက့ၢ်ဂီၤအတၢ်လိၣ်တဖၣ်န့ၣ်, တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤတလိၣ်ဆဲးလီၤအမံၤဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤႋ ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ, ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကဃ့ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိလၢတၢ်မၤပှဲၤအီၤဝံၤအံၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤအတၢ်ဆဲးလီၤမံၤန့ၣ်လီၤႋ တၢ်မ့ၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအံၤခီဖျိကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢန့ၣ်, ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဃုထၢတၢ်အီၣ်တၢ်အီကျိၤကျဲဖဲလၢတၢ်အိၣ်ခိးတၢ်လၢတၢ်ဆဲးလီၤမံၤအတကွီၣ်ဒိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
* တၢ်ဃ့ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအဒိးသန့ၤထီၣ်သးဖဲတၢ်အိၣ်သးလၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဖီခိၣ်တၢ်ကလူၤမၤထွဲအီၤခီဖျိကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢတုၤလီၤလၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤတဲဘၣ်ဝဲဒၣ်ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢလၢအဆီတလဲတၢ်ဃ့ထီၣ်အဝဲန့ၣ်တၢ်တလိၣ်ဘၣ်ဝဲနီတဘျီလၢၤတစုန့ၣ်လီၤႋ ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကဃ့ဝဲဒၣ်တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအလံာ်ပာ်ဖျါလၢတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါတၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီကတၢၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
* ပဟ့ၣ်ကူၣ်သပှၢ်ပှၢ်လၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်ကကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်ဆီတလဲတနံၣ်ဘၣ်စုာ်စုာ်အဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲအဂ့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒီးတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဒံးဝဲ

1. **တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီခီဖျိလၢတၢ်ဃုထၢတၢ်အိၣ်မူအကျိၤကျဲ, တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဆူၣ်ချ့ထီရီၤ, ဒီးအဂၤတဖၣ်-**

* ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢ **တလိၣ်လၢ** အကဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢတၢ်ဃ့ထီၣ်ဝဲတဖၣ်အဂီၢ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဒိးသန့ၤထီၣ်သးဖဲတၢ်ဃုထၢတၢ်အိၣ်မူအကျိၤကျဲ, တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဆူၣ်ချ့ထီရီၤ, ဒီးအဂၤတဖၣ်ဒီးဖဲတၢ်တမၤဘၣ်ဒိတၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်တဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤႋ
* နမ့ၢ်ဃ့ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအဒိးသန့ၤထီၣ်သးဖဲတၢ်ဃုထၢတၢ်အိၣ်မူအကျိၤကျဲ, တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဆူၣ်ချ့ထီရီၤ, ဒီးအဂၤတဖၣ်အဖီခိၣ်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်မၤဝံၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤဖဲတၢ်ဆှၢထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
  + တၢ်ကဘၣ်မၤလၢပှဲၤဝံၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် A အံၤခီဖျိမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်န့ၣ်လီၤႋ
  + တၢ်ကဘၣ်မၤလၢပှဲၤဝံၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် B အံၤန့ၣ်လီၤႋ
  + ပဟ့ၣ်ကူၣ်သပှၢ်ပှၢ်လၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိကဆဲးလီၤအမံၤဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် C အပူၤန့ၣ်လီၤႋ
* ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢဟ့ၣ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဂီၢ်, တၢ်ကဆဲးမၤဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်ဆီတလဲတုၤလီၤလၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤတဲဘၣ်ဝဲဒၣ်ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢလၢအဆီတလဲတၢ်ဃ့ထီၣ်အဝဲန့ၣ်တၢ်တလိၣ်ဘၣ်ဝဲနီတဘျီလၢၤတစုန့ၣ်လီၤႋ ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢကဃ့ဝဲဒၣ်တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအလံာ်ပာ်ဖျါလၢတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါတၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီကတၢၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ
* ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢမ့ၢ်မၤဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဂီၢ်, ပဟ့ၣ်ကူၣ်သပှၢ်ပှၢ်လၢမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်ကကွၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်ဆီတလဲတနံၣ်ဘၣ်စုာ်စုာ်အဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဆီတလဲမ့ၢ်ဒံးဝဲဒၣ်တၢ်လၢအဘၣ်န့ၣ်လီၤႋ

**42 USC § 12102 – နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤအခီပညီ**

**(1) နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ**

တၢ်ကတိၤဖျၢၣ် “နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ” အခီပညီတဖၣ်, ဃုာ်ဒီးတၢ်ပာ်ကဲဝဲဒၣ်ပှၤတဂၤလၢ်လၢ်—

**(A)** နီၢ်ခိ မ့တမ့ၢ် နီၢ်သးတဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်ပှၤတဂၤဂၤအတၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအရ့ဒိၣ်တခါ မ့တမ့ၢ် အါခါ,-

**(B)** တၢ်မၤနီၣ်မၤဃါတၢ်တဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါဒ်န့ၣ်သိးတဖၣ်, မ့တမ့ၢ်

**(C)** ဘၣ်တၢ်ပာ်ဝဲဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်တဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါဒ် န့ၣ်သိးတဖၣ် (ဒ်တၢ်ပာ်ဖျါဝဲဖဲလံာ်ကျိၤအဆၢ (3) ပူၤအသိး)ႋ

**(2) တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအရ့ဒိၣ်တဖၣ်**

**(A) ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်ထီရီၤအပူၤ**

လၢလံာ်ကျိၤအဆၢ (1) အတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်, တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအရ့ဒိၣ်တဖၣ်ပၣ်ဃုာ်ဒီး, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်တပာ်ပနီၣ်ဝဲလၢ— တၢ်ကွၢ်ထွဲလီၤနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲတဂၤ, တၢ်မၤဝဲဒၣ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢစု, တၢ်ထံၣ်, တၢ်နၢ်ဟူ, တၢ်အီၣ်အီ, တၢ်မံ, တၢ်ဟး, တၢ်ဆၢထၢၣ်, တၢ်စိာ်ထီၣ်တၢ်, တၢ်မၤသကွံၤလီၤ, တၢ်ကတိၤတၢ်, တၢ်ကသါ, တၢ်မၤလိတၢ်, တၢ်ဖးလံာ်, တၢ်သးစၢၢ်ဆၢ, တၢ်ဆိကမိၣ်, တၢ်စံးကတိၤသကိး, ဒီးတၢ်ဖံးမၤတၢ်န့ၣ်လီၤႋ

**(B) နီၢ်ခိမိၢ်ပှၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအရ့ဒိၣ်တဖၣ်**

လၢလံာ်ကျိၤအဆၢ (1) အတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်, တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ ဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်ပၣ်ဃုာ်စ့ၢ်ကီးဒီးတၢ်မၤဝဲဒၣ်နီၢ်ခိမိၢ်ပှၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအရ့ဒိၣ်, လၢအပၣ်ဃုာ်ဒီးဘၣ်ဆၣ်တၢ်တပာ်ပနီၣ်ဝဲလၢ— နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢတၢ်မၤကျိၤကျဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်, စဲ(လ)အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒ်ညီနုၢ်အသိး, တၢ်ဂံာ်ဘျဲးတၢ်အီၣ်, ပှံာ်ကဖု, ဆံၣ်ဒၢ, နၢာ်ဘိ, ခိၣ်နူာ်, တၢ်ကသါကျိၤ, သွံၣ်လဲၤကျိၤ, ဒွဲပူၤအချံ, ဒီးတၢ်ဒုးလီၤစၢၤလီၤသွဲၣ်တၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤႋ

**(3) တၢ်ပာ်ဝဲဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်တဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါဒ်န့ၣ်သိးတဖၣ်**

လၢလံာ်ကျိၤအဆၢ (1) (C) အတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်-

**(A)** ပှၤတဂၤလၢ်လၢ်လၢအတုၤထီၣ်ဘးတၢ်ပာ်ပနီၣ် “ဘၣ်တၢ်ပာ်ဝဲဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်တဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါဒ်န့ၣ်သိးတဖၣ်” ဖဲလၢပှၤတဂၤဂၤမ့ၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဖံးမၤတၢ်လၢအအိၣ်ဖဲတၢ်ဂ့ၢ်တဆၢဒိၣ်အံၤဖီလာ်မ့ၢ်လၢအသ့ၣ်ညါဝဲနီၢ်ခိ မ့တမ့ၢ် နီၢ်သးတဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါနီၢ်နီၢ် မ့တမ့ၢ် တအိၣ်ဒီးတၢ်ပာ်ပနီၣ်ဒီးသ့ၣ်ညါတၢ်ပာ်ပနီၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဃိန့ၣ်လီၤႋ

တလိၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်ကျးစဲပနီၣ်လီၤပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအိၣ်ဒီး ‘နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ’ ဖဲတၢ်နဲၣ်လီၤအပူၤလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤႋ

**တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤအခီပညီ**

USDA Memos SP 26-2017, CACFP 14-2017, ဒီး SFSP 10-2017 တခါဘၣ်တခါ, ကီၢ်စဲၣ်လံာ်အုၣ်သးဟ့ၣ်စိကမီၤပှၤကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့စဲၣ်နီၢ်လၢအကကွဲးဝဲဒၣ်တၢ်နဲၣ်လီၤတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အကသံၣ်ဆဲးလီၤမံၤဖဲတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့လံာ်ပာ်ဖျါအပူၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤႋ

လၢ Medical Doctors (MD) (တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့ကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်), Doctors of Osteopathy (DO) (ဃံကွဲကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်), Nurse Practitioner (ကသံၣ်ပီညါကသံၣ်သရၣ်မုၣ်), ဒီး Physician Assistant (PA) (ကသံၣ်သရၣ်အစၢၤ), South Dakota ပှၤသမံသမိးတၢ်ကူစါဃံကွဲကမံးတံာ်အမဲာ်ညါဒုးနဲၣ်ဖျါထီၣ် Certified Nurse Practitioners (CNP) (ကသံၣ်ပီညါကသံၣ်သရၣ်မုၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အုၣ်သး) ဒီး Certified Nurse Midwives (CNM) (ကသံၣ်သရၣ်မုၣ်ကွၢ်ပှၤဟုးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အုၣ်သး) ကွဲးနဲၣ်လီၤကသံၣ်တၢ်ဘျၢသ့ဝဲ, အဃိတၢ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤလၢအကဆဲးလီၤမံၤဖဲ Meal Change Request (တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီ) အလံာ်တကွီၣ်ဒိပူၤန့ၣ်လီၤႋ

ကသံၣ်သရၣ်တဖၣ် အတၢ်အုၣ်သး (ဒ် SDCL 36-4-9 ပာ်ပနီၣ်လီၤဝဲအသိး) တပၣ်ဃုာ်ဒီးကသံၣ်သရၣ်လၢအကူစါကျဲၤဘၣ်ဃံကွဲ, ပှၤဘှီမဲာ်ဒိး, မဲကသံၣ်သရၣ်, ကသံၣ်သရၣ်ကူစါကျဲၤဘၣ်မဲ, မ့တမ့ၢ် ပှၤကူစါနီၢ်ခိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤန့ၣ်လီၤႋ ဒ်တၢ်ပာ်ဖျါပှၤရဲၣ်ကျဲၤမၤစၢၤတၢ်ကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့အမံၤဖဲထးအသိးတနီၤနီၤစူးကါအမံၤခီၣ်ထံးလၢအစးထီၣ်လၢ “Dr.” ဖဲအမံၤမဲာ်ညါ, ထဲဒၣ်ကသံၣ်သရၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အုၣ်သးဒ် SDCL 36-4-9 ပာ်ပနီၣ်ဝဲအသိးကွဲးအါထီၣ်လံာ်ဖျၢၣ်လၢ M.D. မ့တမ့ၢ် D.O. ဖဲအမံၤမဲာ်ညါ (SDCL 36-4-9) သ့ဝဲန့ၣ်လီၤႋ လၢတၢ်န့ၣ်အဃိ, တၢ်ဆဲးလီၤမံၤတဖၣ်ဖဲတၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိအပူၤဒိးသန့ၤထီၣ်သးဖဲတၢ်အိၣ်သးလၢအမၤဘၣ်ဒိတၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအရ့ဒိၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ကပာ်ပနီၣ်ဝဲလၢတၢ်စူးကါအီၤသ့ထဲလၢကသံၣ်သရၣ်မ့ၢ်စူးကါဝဲအခါ, မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်တၢ်အုၣ်သးလၢတၢ်စူးကါဝဲ, M.D. မ့တမ့ၢ် D.O. ဖဲအမံၤလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤႋ

မိၢ်ပၢ်လၢအမ့ၢ်ဝဲ M.D., D.O., PA, CNP, မ့တမ့ၢ် CNM ဆဲးလီၤအမံၤဖဲအဖိတၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိပူၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤႋ

**တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီအလံာ်တကွီၣ်ဒိ**

**\* ပာ်ဃာ်လံာ်တကွီၣ်ဒိလၢတၢ်မၤပှဲၤအီၤဝံၤအတၢ်ကွဲးဒိလၢနတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါအဂီၢ်တက့ၢ်ႋ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **အကူာ် A – ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်, မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ, ဒီးကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢတၢ်ဆဲးကျိးအဂ့ၢ်အကျိၤ –** တၢ်ကဘၣ်မၤပှဲၤဝံၤအီၤခီဖျိမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအပှၤလၢတၢ်ဆဲးကျိးအီၤသ့တဂၤဂၤ – | | | | | | | | | | | |
| **1. ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအမံၤ** | | | **2. တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲအမံၤ (မ့ၢ်အိၣ်)** | | | | | **3. ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအလီတဲစိ** | | | |
| **4. ပှၤလၢအနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်/ကၠိဖိအမံၤ** | | | | | | | | **5. အိၣ်ဖျဲၣ်နံၤသီ** | | | |
| **6. မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိအမံၤ** | | | | | | | | **7. မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိအလီတဲစိ** | | | |
| **အကူာ် B – တၢ်ဆီတလဲတၢ်အီၣ်တၢ်အီ –** တၢ်ကဘၣ်မၤပှဲၤဝံၤအီၤခီဖျိတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါ (ကီၢ်စဲၣ်လံာ်အုၣ်သးဟ့ၣ်စိကမီၤပှၤကွၢ်ထွဲဆူၣ်ချ့စဲၣ်နီၢ်လၢအကကွဲးနဲၣ်လီၤကသံၣ်) ဖဲတၢ်ဆီတလဲမ့မ့ၢ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီက့ၢ်ဂီၤလၢတၢ်ချၢန့ၣ်လီၤႋ ကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါမၤစၢၤမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ/ကသံၣ်သရၣ်လၢအကနၢ်ပၢၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီအက့ၢ်ဂီၤမနုၤလဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤႋ | | | | | | | | | | | |
| **8. မၤနီၣ်လီၤတခါ-**   a. ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်အိၣ်ဒီး **တၢ်အိၣ်သးလၢအမ့ၢ်တၢ်ပာ်ပနီၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်**န့ၣ်လီၤႋ   b. ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်တအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးလၢအမ့ၢ်တၢ်ပာ်ပနီၣ်တၢ် အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်န့ၣ်လီၤႋ | | | | | | | | | | | |
| **9. ပာ်ဖျါထီၣ်တၢ်အိၣ်သးလၢအမ့ၢ်, တၢ်တဖိးလိာ်ဒီးတၢ်အီၣ်/တၢ်တဖိးလိာ်ဒီးသွံၣ်, တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့တၢ်အိၣ်သး, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ဆီတလတၢ်အီၣ်တၢ်အီအတၢ်အလိၣ်/တၢ်ဃ့ထီၣ် (အလီၢ်မ့ၢ်အိၣ်စူးကါအါထီၣ်ကဘျံးပၤတဖၣ်):** | | | | | | | | | | | |
| **10. ပှၤနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးလၢအပာ်ပနီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်န့ၣ်**  (ကွၢ်ဘၣ်တၢ်အခီပညီဖဲတၢ်နဲၣ်လိကဘျံးပၤအပူၤ)**, ပာ်ဖျါထီၣ်တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဂ့ၢ်ဖုၣ်ကိာ်**  (ကွၢ်ဘၣ်အမံၤစရီဖဲတၢ်နဲၣ်လိအကဘျံးပၤအပူၤ) **တၢ်မၤဘၣ်ဒိအီၤခီဖျိတၢ်အိၣ်သး** (အဒိ, တဖိးလိာ်ဒီးသဘ့ဟီၣ်လာ်အဃိမၤဘၣ်ဒိအတၢ်ကသါ)**:**  မၤနီၣ်လီၤဖဲလၢအမ့ၢ်တဘၣ်ထွဲ | | | | | | | | | | | |
| **11. တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ် တၢ်အကလုာ်တဖၣ် (Texture)-**     တဘၣ်ထွဲ  ယဲၤဘျဲးသးလံ   တၢ်ဂံာ်ဘျဲးကမူၣ်  တၢ်ဝ့ၤဟၢ (Pureed) | | | | **12. တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်တၢ်အတီၣ်တဖၣ်-**      တဘၣ်ထွဲ   ဖီအစီ   ကနဲစီ   နီၣ်တၢၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဝ့ၤဟၢကဖီအတီၣ် (Pudding Thick) | | | | | | | |
| **13. တၢ်အီၣ်တၢ်အီတဖၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်ပာ်လီၤတဲာ်ဒီးတၢ်အီၣ်ပှဲၤက့ၤဝဲလၢအလီၢ်-  (ပာ်ဖျါထီၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီလီၤဆီတဖၣ်အမံၤစရီလၢတၢ်ကဘၣ်ပာ်လီၤတဲာ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲလၢတၢ်ကအီၣ်ပှဲၤက့ၤဝဲလၢအလီၢ်န့ၣ်လီၤႋ နကဆဲးလီၤမံၤဒီးဒုးဘျးစဲဃုာ်လံာ်ကဘျံးပၤလီၤဆီလိာ်သးဃုာ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်ဖဲအလိၣ်မ့ၢ်အိၣ်န့ၣ်လီၤႋ)**  မၤနီၣ်လီၤဖဲလၢအမ့ၢ်တဘၣ်ထွဲ  **A. တၢ်အီၣ်တၢ်အီတဖၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်ပာ်လီၤတဲာ်** **B. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲလၢတၢ်ကအီၣ်ပှဲၤက့ၤဝဲလၢအလီၢ်** | | | | | | | | | | | |
|  |  | | | |  |  | | | | |  |
|  | | | |  | | | | |
|  | | | |  | | | | |
|  | | | |  | | | | |
| **14. တၢ်မၤအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ- (ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဒုးအီၣ်အီတၢ်အပိးလီလီၤဆီ, တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီအကလုာ်, ဒီးအဂၤတဖၣ်)န့ၣ်လီၤႋ** | | | | | | | | | | | |
| **15. ပှၤကတဲာ်ကတီၤတၢ်ဖိဆဲးလီၤမံၤ**  **(ဖဲတၢ်တလိၣ်ဘၣ်တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါအခါ)** | | **16. ကွဲးလီၤမံၤ** | | | | | **17. လီတဲစိနီၣ်ဂံၢ်** | | | **18. နံၤသီ** | |
| **19. တၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဆဲးလီၤမံၤ/လီၢ်လၤ** | | **20. ကွဲးလီၤမံၤ** | | | | | **21. လီတဲစိနီၣ်ဂံၢ်** | | | **22. နံၤသီ** | |
| **အကူာ် C – မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဟ့ၣ်တၢ်ပျဲ –** တၢ်ကဘၣ်မၤပှဲၤဝံၤအီၤခီဖျိမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိ (အလီၢ်တအိၣ်, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်ဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်ဝဲ) | | | | | | | | | | | |
| ယဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢပှၤမၤတၢ်ဖိဝဲၤကျိၤကဟံးမူဒါလၢတၢ်မၤကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်ယဖိအတၢ်အီၣ်တၢ်အီဃုာ်ဒီးကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါကြၢးဝဲဘၣ်ဝဲဒီးတၢ်လူၤထွဲဝဲဒၣ်တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢယဖိအကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢတၢ်အီၣ်တၢ်အီတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤႋ ယဟ့ၣ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ပျဲလၢယဖိအတၢ်ကူစါယါဘျါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါအဂီၢ်လၢအကမၤလီၤတံၢ်အါထီၣ်တၢ်လဲလိာ်ဘှီဘၣ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအံၤအပူၤဖဲတၢ်မ့ၢ်ဃ့ထီၣ်ဝဲလၢတၢ်ကမၤဝဲဒ်သိးန့ၣ်ခီဖျိကၠိ/ခၢၣ်စးကရၢအပှၤမၤတၢ်ဖိဝဲၤကျိၤန့ၣ်လီၤႋ | | | | | | | | | | | |
| **23. မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဆဲးလီၤမံၤ-** | | | | | | | | | **24. နံၤသီ-** | | |
| **အကူာ် D – တၢ်ဃ့ထီၣ်ဆီတလဲဝဲလၢကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံအထံအနိခီဖျိလၢတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အိၣ်ဒီးဆူၣ်ချ့ထီရီၤ –** တၢ်ကဘၣ်မၤပှဲၤဝံၤအီၤခီဖျိမိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိန့ၣ်လီၤႋ | | | | | | | | | | | |
| 25. ကၠိဖိလၢအတအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးအတၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်အဂီၢ်, တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲထဲဒၣ်ကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံအထံအနိခီဖျိ USDA လၢအမ့ၢ်-  (a) ကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံလၢ တအိၣ်ဒီးဂာ်လဲၣ်ထိး(စ) (Lactose-free) မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤစှၤလီၤဂာ်လဲၣ်ထိး(စ) (reduced-lactose),  (b) မဲာ်တဲးလဲးနုၢ်ထံအထံအနိ,  (c) ထီဘးနုၢ်ထံ,  (d) တၢ်နုၢ်ထံဆံၣ်, မ့တမ့ၢ်  (e) တၢ်ထံတၢ်နိလၢတၢ်တတ့ထုးထီၣ်ဒီးတၢ်နုၢ်ထံလၢအိၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါထဲသိးဒီးကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံဒ်တၢ်ပာ်ဖျါလီၤဆီဝဲဖဲဖဲၣ်ဒရၢၣ်ကီၢ်စၢဖှိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤႋ  လၢကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံအလီၢ်, ဝံသးစူၤဟ့ၣ်လီၤပှၤတဂၤဂၤလၢအမံၤဖျါဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် A အံၤအပူၤဃုာ်ဒီးတၢ်လၢတၢ်မၤပှဲၤက့ၤဝဲလၢအလီၢ်ဖဲလာ်အံၤ (မၤနီၣ်လီၤတခါ)-  တၢ်နုၢ်ထံတအိၣ်ဒီးဂာ်လဲၣ်ထိး(စ) (Lactose-free)  တၢ်နုၢ်ထံလၢတၢ်မၤစှၤလီၤဂာ်လဲၣ်ထိး(စ) (reduced-lactose)  မဲာ်တဲးလဲးနုၢ်ထံအထံအနိ  ထီဘးနုၢ်ထံ  တၢ်နုၢ်ထံဆံၣ်  တၢ်ထံတၢ်နိလၢတၢ်တတ့ထုးထီၣ်ဒီးတၢ်နုၢ်ထံလၢအိၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါထဲသိးဒီးကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံဒ်တၢ်ပာ်ဖျါဝဲဖဲဖဲၣ်ဒရၢၣ်ကီၢ်စၢဖှိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီတခါဘၣ်တခါအပူၤ  **တၢ်နုၢ်ထံလၢတၢ်မၤပှဲၤက့ၤဝဲလၢအလီၢ်မ့ၢ်တတုၤထီၣ်ဘးဝဲဒၣ်တၢ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢအထဲးသိးဒီးကျီၢ်/ဂီၤဖံးနုၢ်ထံအထံအနိ, တၢ်အိၣ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်ကဘၣ်ပၣ်ဃုာ်ဝဲဒီးတၢ်ကူစါဆူၣ်ချ့အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢတၢ်သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်အီၤကဘၣ်မၤပှဲၤဝံၤဝဲဒၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိအကူာ် B ဒီးဆဲးလီၤမံၤန့ၣ်လီၤႋ** | | | | | | | | | | | |
| **26. မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိဆဲးလီၤမံၤ-** | | | | | | | | | **27. နံၤသီ-** | | |

ဒ်ဖဲၣ်ဒရၢၣ်ကီၢ်စၢဖှိၣ်ထံဖိကီၢ်ဖိခွဲးယာ်အသဲစးတၢ်ဘျၢဒီး U.S. Department of Agriculture (USDA) (ကီၢ်အမဲရံကၤစံာ်ပှဲၤသူၣ်ဖျဲးဝဲၤကျိၤ) ထံဖိကီၢ်ဖိခွဲးယာ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သီဒီးအကျဲသနူတဖၣ်အသိး, USDA, အခၢၣ်စးကရၢတဖၣ်, ဝဲၤဒၢးတဖၣ်, ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်, ဒီးတၢ်သိၣ်လိလီၢ်လၢအနုာ်လီၤပၣ်ဃုာ် မ့တမ့ၢ် ပၢဆှၢရဲၣ်ကျဲၤ USDA တၢ်တိာ်ကျဲၤတဖၣ်ဘၣ်တၢ်တြီအီၤလၢတၢ်ပဲၤဖးနီၤဖးတၢ်လၢအဒိးသန့ၤသးဖဲကလုာ်တၢ်လီၤစၢၤ, ဖံးဘ့ၣ်အလွဲၢ်, ထံကီၢ်လၢအဟဲဝဲ, မုၣ်ခွါသွံၣ်ထံး, နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ, သးနံၣ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဆၢက့ၤတၢ်အၢ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကၣ်ဆၢက့ၤတၢ်တချုးဒံးဖဲတၢ်မၤထံဖိကီၢ်ဖိခွဲးယာ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဖဲတၢ်တိာ်ကျဲၤတမံၤမံၤအပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟ့ၣ်စ့ဆီၣ်ထွဲခီဖျိ USDA န့ၣ်လီၤႋ

ပှၤတဂၤဂၤလၢအအိၣ်ဒီးနီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤလၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဃုထၢတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢအခီပညီတဖၣ်လၢတၢ်တိာ်ကျဲၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ် (အဒိ, ပှၤမဲာ်တထံၣ်အလံာ်မဲာ်ဖျၢၣ်, တၢ်ကွဲးလံာ်ဖျၢၣ်ဖးဒိၣ်, တၢ်ကလုၢ်အလီလုၤကွီၤ, အမဲရံကၤတၢ်နဲၣ်စုအပနီၣ်, ဒီးအဂၤတဖၣ်), ကဘၣ်ဆဲးကျိးဝဲဒၣ်ခၢၣ်စးကရၢ (ကီၢ်စဲၣ် မ့တမ့ၢ် လီၢ်ကဝီၤ) ဖဲအဝဲသ့ၣ်ပတံထီၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျုးတဖၣ်အလီၢ်န့ၣ်လီၤႋ ပှၤတဂၤလၢ်လၢ်လၢအမ့ၢ်ပှၤအုးအး, တနၢ်ဟူတၢ် မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်စၢ်လၢတၢ်ကတိၤတၢ်ဆဲးကျိးဝဲဒၣ် USDA သ့ခီဖျိ Federal Relay Service (ကီၢ်စၢဖှိၣ်တၢ်မၤစၢၤတၢ်ဒိးသန့ၤအလီၢ်) ဖဲ (800) 877-8339 န့ၣ်လီၤႋ လၢန့ၣ်အမဲာ်ညါ, ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကမၤအိၣ်ထီၣ်တၢ်တိာ်ကျဲၤအဂ့ၢ်အကျိၤလၢကျိာ်အဂၤတဖၣ်တမ့ၢ်ထဲအဲကလံးကျိာ်တကျိာ်န့ၣ်လီၤႋ   
  
လၢတၢ်ဆှိးထီၣ်တၢ်ပဲၤဖးနီၤဖးလိာ်သးအဂ့ၢ်, မၤပှဲၤ USDA တၢ်တိာ်ကျဲၤ Discrimination Complaint Form (တၢ်ဆှိးထီၣ်တၢ်ပဲၤဖးနီၤဖးအလံာ်တကွီၣ်ဒိ), (AD-3027) လၢတၢ်ထံၣ်န့ၢ်အီၤသ့ဖဲ- <http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html>, ဒီးဖဲ USDA ဝဲၤဒၢးတတီၤလၢ်လၢ်, မ့တမ့ၢ် ကွဲးတၢ်ပရၢဆူ USDA အလီၢ်အိၣ်ဆိးထံးဒီးပာ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤဖဲလံာ်တကွီၣ်ဒိအတၢ်ပရၢပူၤတက့ၢ်ႋ လၢတၢ်ဃ့ထီၣ်တၢ်ဆှိးထီၣ်တၢ်အလံာ်တကွီၣ်ဒိအတၢ်ကွဲးဒိအဂီၢ်, ကိးဘၣ်ဖဲ (866) 632-9992 တက့ၢ်ႋ ဆှၢထီၣ်လံာ်တကွီၣ်ဒိလၢနမၤပှဲၤအီၤဝံၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ပရၢဆူ USDA အအိၣ်ခီဖျိ-   
  
(1) တၢ်ပရၢ- U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;   
  
(2) စဲးဒိဆှၢလံာ်- (202) 690-7442; မ့တမ့ၢ်

(3) လီပရၢ- [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).   
  
တၢ်မၤလိအလီၢ်အံၤမ့ၢ်ဝဲပှၤရဲၣ်ကျဲၤမၤစၢၤတၢ်ခွဲးဂ့ၤယာ်ဘၣ်ထဲသိးတုၤသိးန့ၣ်လီၤႋ