



## Pub Zauv Mov Noj Dawb rau Cov Neeg Laus

Puas yog koj muaj hnuv nyoog 60 xyoo los sis laus dua? Nrhiav seb koj puas tsim nyog tau txais ib lub thawv khoom noj pub dawb txhua hli.

☎️ HU XOY TOOJ 🗨️ SAU NTAWV TUAJ  
**866-844-3663**

✉️ XA EMAIL  
**carecenter@2harvest.org**

**HNUV MONDAY-FRIDAY THAUM 8 TEEV  
SAVV NTXOV TXOG 4:30 TEEV YUAV  
TSAUS NTUJ**

**LUS HMOOB | LUS SPANISH | LUS SOMALI | LUS ASKIV**

### KUV YUAV PAUB TAU LI CAS TIAS KUV TSIM NYOG TAU TXAIS?

Lub Khoos Kas Pab Cuam Khoom Noj Khoom Haus Ntxiv (CSFP) muab ib lub thawv khoom noj pub dawb rau cov neeg laus txhua hli. **Koj yuav tsim nyog tau txais yog tias koj muaj 60 xyoo los sis laus dua, nyob hauv Minnesota thiab yog koj li nyiaj hli yog raws li, los sis tsawg tshaj:**

Qhov loj ntawm yim neeg      Cov nyiaj tau los hauv tsev neeg txhua hli, ua ntej them se

1 leej neeg	\$1,995
2 leej neeg	\$2,705
3 leej neeg	\$3,415
4 leej neeg	\$4,125

Rau txhua tus neeg tshaj hauv yim neeg ntxiv +\$710

**Txawm yog tias koj khwv tau ntau dua los xij, koj tseem tuaj yeem tsim nyog tau txais.** Piv txwv li, yog koj twb tau txais cov nyiaj laus los sis nyiaj xiam oob qhab (SSI/Social Security Income) ces koj twb tsim nyog tau txais lawm. Peb tuaj yeem pab saib xyuas raws li koj qhov xwm txheej.

### KUV YUAV THOV LI CAS?

**Hu, xa ntawv, los sis xa email rau peb!** Peb yuav nug koj lub npe, hnuv yug, chaw nyob, cov nyiaj hli, thiab muaj pes tsawg tus neeg nyob nrog koj. Thaum koj tuaj nqa koj lub thawv thawj zaug, nqa daim ID uas muaj duab thiab ib daim ntawv (mail) uas muaj koj qhov chaw nyob.

### COV KHOOM NOJ MUAJ LI CAS RAU HAUV LUB THAWV?

Nws tuaj yeem sib txawv txhua hli. **Cov khoom noj uas feem ntau noj yog:**

- Taum pauv, txiv laum huab xeeb, los sis taum lentil
- Nqaij los sis ntses hauv kaus poom
- Cov khoom noj uas ua los ntawm nplej, nplej oats, mov, los sis pasta
- Mis khov (cheese)
- Kua txiv hmab txiv ntoo
- Mis (khaws cia tau ntev los sis mis hmoov)

### KUV YUAV MUS NQA NWS TAU QHOV TWG?

Koj tuaj yeem nqa koj cov khoom noj ntau dua **220 qhov chaw nyob ib puag ncig hauv lub xeev.** Peb tuaj yeem pab koj nrhiav qhov uas ze tshaj plaws rau koj.