

## Tau txais cov kev pab cuam uas koj tuaj yeem them taus.

Cov kev pab cuam khoom noj haus rau tus laus yog **cov khoos kas uastsum them raws li koj tuaj yeem them taus.** Thov pab raws li qhov uas koj tuaj yeem ua tau, yog li ntawd lwm tus thiaj li yuav nkag siv tau cov kev pab cuam no txuas mus ntxiv zoo ib yam. Yog tias koj tsis tuaj yeem pab, ces koj tseem yuav tau txais cov kev pab cuam khoom noj haus rau cov laus.

## Tus yeem pab thiab pab rov qab.

Cov khoos kas pab khoom noj rau cov laus xav tau cov neeg yeem, ua hauj lwm pab dawb los pab npaj thiab xa cov puas noj.

Yog tias koj tau txais cov khoos kas pab khoom noj haus, ces koj tuaj yeem pab rov qab rau koj lub zej zog los ntawm kev yeem pab dawb.



## Nrhiav seb koj puas muaj cai tau txais!

Txuas lus rau koj lub khoos kas khoom noj haus rau tus laus



Hu rau peb:



Xab kees kuv  
FindMyADRC.org



WISCONSIN DEPARTMENT  
of HEALTH SERVICES

P-03712DH (03/2025)

## Cov Kev Pab Cuam Khoom Noj Haus Rau Tus Laus

(Elder Nutrition Services)

Khoom Noj | Kev Noj Qab Haus Huv  
| Zej Zog | Kev Sib Txuas



## Muaj cov kev pab cuam twg?

Cov khoos kas pab cuam khoom noj haus rau tus laus muab cov puas noj thiab lwm cov kev pab cuam khoom noj haus rau cov neeg uas muaj cai tau txais nyob hauv txhua lub khauj tim thiab Pawg Neeg nyob rau hauv Wisconsin.



Nyam cov puas noj uas muaj raug raws li koj cov kev xav tau raws li koj hnuv nyoog. Koj tuaj yeem koom nrog lwm tus neeg nyob rau hauv koj lub zej zog rau cov puas noj, los sis tau txais cov puas noj uas xa tuaj rau koj lub tsev.



Kawm paub ntxiv txog kev noj khoom uas muaj kev noj qab nyob zoo thiab kev ua ub ua no fab lub cev.



Txuas nrog koj lub zej zog los ntawm kev yeem ua hauj lwm pab dawb, tus neeg sib txuas lus fab zej tsoom, thiab cov xwm txheej.



Nkag siv cov kev pab cuam hauv zej zog xws li kev pab sab laj txog khoom noj haus thiab kev thauj mus los txhawm rau pab txhawb rau koj li kev noj qab haus huv.

## Tau txais cov puas noj uas muaj raug raws li koj cov kev xav tau.

Txhua tej puas noj tau txais kev pom zoo los ntawm lub khoos kas tus kws tshawb fawb txog khoom noj haus thiab muaj raug raws li cov kev xav tau khoom noj ntawm cov neeg uas muaj hnuv nyoog 60 xyoo thiab laus dua ntawd rau yam tsawg kawg yog ib puas noj rau ib hnuv rau ib tug neeg koom nrog. Qee cov khoos kas muab cov puas noj uas tau hloov kho rau cov kev xav tau khoom noj tshwj xeeb.

### Ua hauj lwm nrog lub khoos kas pab khoom noj rau tus laus saib seb hauv kev xaiv khoom noj puas zoo rau koj tshaj plaws.

- Cov chaw khoom noj hauv zos yog nyob rau hauv ntau pua cov zej zog ntawm xeev Wisconsin. Koj tuaj yeem txaus siab rau cov puas noj uas ua tshiab nrog rau lub tuam txhab ntawm lwm tus. Koj lub khoos kas pab khoom noj rau tus laus yuav pab koj nrhiav cov teev sij hawm thiab cov chaw nyob ntawm koj lub chaw khoom noj hauv zej zog uas nyob ze tshaj plaws.
- Cov puas noj uas xa tuaj txog ntawm tsev, nyiam hu ua Meals on Wheels, yog cov puas noj tshiab uas xa tuaj kias ntawm tus kheej los ntawm cov neeg tsav tsheb uas siab zoo thiab txaus siab. Cov puas noj yuav raug xa tuaj nyob rau hauv cov xwm txheej thaum koj tuaj yeem tawm hauv tsev tau tsawg. Txuas lus rau koj lub khoos kas pab khoom noj haus rau tus laus txhawm rau sib sab laj seb qhov kev pab cuam no puas phim rau koj.

*Cov yam pab yooj yim, cov ntaub ntawv ua lwm cov qauv ntawv, thiab cov kev teem caij tom qab lawb hauj lwm muaj raws thaum thov tuaj. Thov hu rau txhawm rau npaj cov kws txhais lus los sis cov kws sau ntawv.*

## Leej twg thiaj li tuaj yeem tau txais cov kev pab cuam khoom noj haus?

### Koj tuaj yeem tau txais cov kev pab cuam khoom noj haus yog tias koj:

- Puas yog muaj 60 xyoo los sis laus dua ntawd.
- Puas yog tus khub txij nkawm ntawm tus neeg uas muaj 60 xyoo los sis laus dua ntawd.

Cov kev pab cuam yog tau txais kev muab cob rau txhawm rau pab cuam tus uas muaj kev xav tau ntau tshaj plaws xub thawj, tab sis tsis muaj cai teeb tseg rau nyiaj khwv tau los ua ntej.

