

د کووید-19 د عامي روغتيا د بيرني حالت پای



په کووید-19 کې بدلونونه روغتیايي گټې



د عامي روغتيا بيرني حالت به د 2023 د مې په 11مه پای ته ورسيزي. د عامي روغتيا بيرني حالتونه حکومت ته اجازه ورکوي چې پيسې په چټکي سره ولگوي او د خلکو د هوساينې د ملاتړ لپاره نوي پروگرامونه رامنځته کړي.



که څه هم د عامي روغتيا بيرني حالت پای ته رسيزي، کووید-19 لاهم يوه خطرناکه ناروغي ده.

په متحده ايالاتو کې هره ورځ ډيری خلک مړه کيږي او ډيری نور شديد ناروغېږي. ✓

کووید-19 ستاسو او ستاسو د کورنۍ ورځينی چارې هم گډوډولی شي چې کار يا ښوونځي ته د خلکو د تگ مخه نيسي. ✓



که تاسو SNAP کاروئ، ممکن له حکومت څخه د خوړو لپاره کمې پيسې ترلاسه کړئ. حکومت د عامي روغتيا د بيرني حالت په بهير کې هغو کورنيو ته چې د بشپړونکي تغذیوي د مرستې پروگرام (SNAP) کاروي، د خوړو اضافي پيسې ورکړي. کورنی به ډير ژر د دغو اضافي پيسو ترلاسه کول ودروي.



که تاسو Medicaid لري، باید هر کال ثابتته کړئ چې پر شرايطو برابر یاست. هغه خلکو چې د Medicaid له لارې روغتیايي بیمه درلوده، د عامي روغتيا د بيرني حالت په جریان کې هر کال په اتوماتیک ډول بیا شامل شول. خلک به د مارچ تر 31مې وروسته اړتیا ولري څو ثابتته کړي چې دوی هر کال پر شرايطو برابر دي.



تاسو ممکن د کووید-19 ټسټونو، درملني او واکسينونو لپاره پيسې ورکړئ. د عامي روغتيا د بيرنيو حالتونو په بهير کې، د کووید-19 واکسين، درملني او ټسټونه وړيا وو. د درملنو، ټسټونو او واکسينو لگښت به د مې تر 11مې وروسته ستاسو په روغتیايي بیمې پورې اړه ولري.



THE CENTER



خپل واکسين او ټيسټونه نن په داسې حال کې ترلاسه کړئ چې وړيا دي.

For more information: cdc.gov/coronavirus

د 2023 د مارچ 31مه

که تاسو Medicaid لری:

- دامن شئ چې هغه اداره چې ستاسو د Medicaid گټي اداره کوي، ستاسو د اړیکو معلومات د سمې پټي او تلفون شمېرې په گډون لري.
- هغه پوستونو ته پام وکړئ چې تاسو یې د خپلو Medicaid گټو په تړاو ترلاسه کوئ. که تاسو خبرتیا ترلاسه کړئ، سمدلاسه عمل وکړئ.

داسې گامونه شته دي چې تاسو د PHE تر پای ته رسېدو مخکې او وروسته د خپل ځان او ټولني د ساتنې لپاره اخیستی شئ.

د هغو خلکو لپاره ډیرې اختیاري وړنه شته دي چې د خواړو لپاره د پیسو ورکولو په برخه کې مرستې ته اړتیا لري.

- **foodfinder.us** ته د مراجعي او خپل زیږ کود په دننه کولو سره له خپل سیمه ییز خوراکي بانک سره اړیکه ونیسئ.
- ځینې ایالتونه داسې پروگرامونه لري چې تاسو ته اجازه درکوي چې په خپلو SNAP گټو سره ډیرې تازه میوې او سبزیجات واخلئ. د نورو معلوماتو لپاره **doubleupamerica.org** ته مراجعه وکړئ.
- د خپل ماشوم له ښوونځي وپوښئ چې آیا وړیا او کم بیه خواړه شتون لري.
- 1-2 یا 1-866-3-HUNGRY ته زنگ ووهئ یا د بیا میشتیدني د قضیې له مدیر څخه د نورو خوراکي سرچینو په اړه پوښتنه وکړئ.

د می تر 11مې مخکې په کور کې د کووید-19 تستونه زېرمه کړئ.

- د می تر 11مې مخکې له حکومت څخه د کووید-19 وړیا تستونو فرمایش ورکړئ. په هره کورنۍ کې د څلورو تستونو فرمایش په هره میاشت کې پرته له لگښت ورکول کېدی شي. په **covidtests.gov** لینک کې د تست فرمایش په آنلاین بڼه ورکړئ یا دغه 1-800-232-0233 شمېرې ته زنگ ووهئ ترڅو تر 150 په زیاتو ژبو د تست فرمایش ورکړئ.
- که تاسو طبي بیمه د Medicaid په گډون لری، نو کولی شئ د می تر 11مې پورې په ډیری درملتونونو کې وړیا د کووید-19 تستونه ترلاسه کړئ. خپل سیمه ییز درملتون ته لار شئ، خپل د بیمې کارت ورکړئ او ترې وپوښئ چې آیا د کووید-19 تستونه ستاسو د بیمې له مخې پوښل شوي.

د خپلو کووید-19 د واکسینو په اړه اېډېټ معلومات په داسې حال کې ترلاسه کړئ چې لاهم وړیا دي.

- د اېډېټ پاتې کېدو معنا دا ده چې د دوو زرقه واکسینو دواړه ډوزونه او بیا سپارښت شوي پیاوړي کوونکي زرقونو تر لاسه کول ده.
- که تاسو اېډېټ نه وئ، نو پر کووید-19 د اخته کېدو، جدي ناروغه کېدو یا مړه کېدو ډېر احتمال لری.
- مهمه ده چې د کووید-19 له واکسینو سره اېډېټ پاتې شئ حتی د می تر 11مې وروسته. د ټولني په هغو روغتیايي کلینیکونو او نورو ځایونو پسې وگرځئ چې وړیا یا کم لگښت روغتیايي خدمتونه وړاندې کوي.
- په **vaccines.gov** کې واکسین ومومئ.



یو خوراکي بانک ومومئ



نور تستونه



واکسین ومومئ



که تاسو د می تر 11مې وروسته په کووید-19 ناروغه کېږئ، درملنه مه ځنډوئ. حتی که تاسو د درملو لپاره پیسې ورکړئ، نو ستاسو د روغتیايي پاملرنې لگښتونه به خورا لوړ وي که تاسو ډیر اوږد انتظار وکړئ او بستر کېدو ته اړتیا ولری.

