

Qhov Mini-Grant Pab Neeg Zej Zog Ntawm Ib Puag Ncig Daim Ntawv Sau Npe Qhia Kev Thov Nyiaj–2021

Lub Anoka County qhov chaw sa ib txog kev noj qab haus huv (Public Health) zoo sia b xav qhib kom muaj lub cib fim rau tej neeg nyob ib puag ncig thia b koom haum zej zog kom los xa ib lub hom phiaj dejnum rau Statewide Health Improvement Partnership (SHIP). Peb lub hom phiaj yog kom muaj lub cib fim ruaj khov rau kev sib txoos los ntawm kev noj qab haus huv, qoj lub cev, saib xyuas tus kheej, thia b kom kev siv luam yeeb kom tsawg cov neeg uas nyob hauv zej zog uas tsis muaj feem tau txais cov kev pab li ha is los sa um no. Lub County Anoka (SHIP) muaj cov neeg ua haujlwm pab txog cov kauj ruam uas thov nyiaj no, yog li nta wd, txhob ua sia b deb tuaj cuag SHIP@co.anoka.mn.us yog muaj lus nug da btsi lossis xav tau neeg pab. Muaj neeg txhais lus yuav pab tau nej sau daim ntaub ntawv thov nyiaj, yog xav tau.

Caij Nyooq:

- Daim ntaub ntawv pib txais qhib rau: 1 hlis – 3 hlis 2021
- Daim ntaub ntawv thov lub sijhawm kawg: 3 hlis 31 st, 2021
- Daim ntawv qhia tau txais kev pab: 4 hlis 14 th, 2021
- Caij nyooq pab nyiaj ntawm tes dejnum: 5 hlis 1 st – 10 hli 31 st, 2021
- Daim ntawv qhia thaum kawg thia b kev soj ntsuam: 10 hli – 11 hlis 30 th, 2021

Tag nrho cov ntaub ntawv thov kev pab yuav tsum muaj yam tsawg kawg ib txoj cai txog kev tswj hwm, kev coj lossis kev hloov ntawm ib puag nciag:

- **Kev Cai Tswj Hwm: txoj cai uas raug pom zoo, kab ke los sis cai nyob hauv lub koom haum.**
Piv txwv: tsim kom muaj lossis kho dua tshia b txoj cai hauv luam yeeb kom muaj haus luam yeeb nqus pa nrog (vaping).
Kev Coj: kom muaj kev hloov pauv “txoj kev uas ib txwm ua dua los.”
Piv txwv: pab txhawb kom zej zog pib ua tau liaj teb, (SCA) muaj tej qho chaw nqa khoom mus rau lossis muaj koom haum nqa khoom noj pub dawb lossis tsim kom muaj chaw rau neeg tuaj uasi.
- **Chaw Ntawm Ib Puag Ncig:** muaj nyob ib puag ncig ntawm kev sib txoos, nyiaj txiag lossis kev hloov ib puag ncig nta w m tus kheej.
Piv txwv: muaj tsheb kauj vab lossis muaj chaw cug dej kom nyob ncaj chaw zej zog muab tau los siv.

SHIP Nyiaj Pab Cov Ncauj Lus

Cov ntawv thov yuav tsum muaj yam tsawg ka wg nkaus ib lub ncauj lus li hauv qab no.

- **Kev Noj Qab Haus Huv** tej yam uas ua kom pab tau yog noj txiv hmab txiv ntoo thia b zaub kom ntau thia b noj ntsev tej yam rog tej yam khoom qab zib kom tsawg. Kev pub menyuum niam mis yuav txhawb tau qee yam thia b ta w m tsam tej yam uas tiv thaiv nyob rau cov nqe lus tham raws li no.
- **Kev qoj ib ce** pab kom muaj txoj hau kev yuav muaj feem mus siv ta u tej chaw thia b cib fim los qoj ib ce thia b kom muaj cov tsheb thauj mus los.
- **Kev saib xyuas tus kheej** tej yam uas koj ua yuav txhawb kom yam zoo pab rau koj txoj kev xav thia b pab rau cov neeg nyob ib puag ncig ntawm yus ua ta u sia bruaj khov
- **Nyob los ntawm tsis haus luam yeeb** yuav pab kom kev haus luam yeeb tsawg/kev nqus pa luam yeeb thia b pab kev txia v luam yeeb.

YAM UAS YUAV TSUM MUAJ

- Yuav tsum nyob rau hauv lub Anoka County, MN.
- Daim ntaub ntawv thov ua tiav la w m yuav tsum xa kom txog rau lub 3 hlis 31 st, 2021.

- Yuav xub pab cov koom haum uas muaj cov neeg uas tsis tshua muaj kev nyab xeeb coob dua. Qhov nov tej zaum kuj muaj, tabsis tsis txwv los nta w m haiv neeg/tej pab pawg neeg, neeg tawg rog/neeg tsiv teb, qub tub rog, xiam hoob qhab, neeg txomnyem, thiab cov la us (hnuv nyoog 65 rov).
- Cov neeg uas tau txais kev pab la w m yuav tsum tau qhia tias tes dejnum no ua txog twg la w m, nyiaj siv ta s, thiab tej haujlwm ua, raws li cov lus kom ua li 5-10 hnuv nta w m cov hnuv ua haujlwm.
- Ua cov haujlwm kev soj ntsuam thiab qhia seb tej ntaub nta wv sau tau npaum lica s la w m. SHIP muaj ib co neeg ua haujlwm pab rau txoj kev soj ntsuam nrog rau loj hlob thiab khaws cov ntaub nta wv.
- Xa mus rau la wv teb txoj dabneeg uas tshwm sim tau zoo heev, xws li dua b, tej lus ha is, video, lwm yam uas kom muaj kev cim rau nta w m koj tej dejnum

Kev Txia v Txim Pab Nyia j thiab Pes Tsawg: cov neeg uas yuav tau txais cov nyia j pab no mam li paub thaum lub 4 hlis 14 th , 2021. Cov nyia j pab nta u kaw nka us yog \$3,000. Tag nrho cov khoom yuav yog lub Anoko County SHIP cov neeg ua haujlwm ua tus yuav thaum cov nyia j koom tseg nta w m cov dejnum no tau txia v txim thiab pom. Kev soj ntsuam thiab txia v txim siab rau cov kev thov uas twb xa tuaj la w m, yog lub nroog Anoka thiab lub xeev Minnesota Department of Health tej txhej txheem, thiab seb nyia j txaus.

Kev Siv Nyia j: khoom kom tseg yuav tsum yog siv raws li kev tswj hwm, kev coj, lossis kev hloov ib puag ncig. Nyia j **tsis pub siv** rau tej txoj kev coj uas tsis ruaj khov thiab tej yam uas yog tsis los pab rau nta w m tes haujlwm loj uas yuav los pab rau lub zej zog kev nyab xeeb.

- Cov khoom piv txwv uas yuav siv tau yog xws li:
 - Khoom siv, cuab yeej los siv ua pib kom sawv taus, nthuav kom kev pab muaj mus ntxiv—khoom siv ua teb, khoom siv/tej yam khoom siv rau chav kawm ua noj, tsheb kauj vab, lwm yam.
 - Nqi kev cob qhia uas cuam tshuam txog tes dejnum no – i.e. kev cob qhia rau Walk Bike Fun, Tai Ji Quan, lwm yam.
 - Kev Mus Los – npav yuav roj tsheb thiab daim npav (voucher) caij tsheb
- Cov khoom piv txwv uas tsis muaj kom tseg:
 - Txhim kho kom muaj peev tuaj/khoom txim kho
 - Yam khoom siv dav dav uas yuav siv nyia j nta u
 - Tsheb
 - Sau npe rho nta wv seb leej twg yeej (Raffles)
 - Tej xwm txhej uas muaj ib za ug – tes dejnum yuav tsum muaj nyob mus thiab ruaj khov.

Thov cuag tau nta w m SHIP@co.anoka.mn.us yog koj muaj lus nug txog cov khoom uas pub kom tseg no

Tej Haujlwm Uas Piv Txwv (tsis yog yuav tag nrho)

- **Kev Noj Qab Haus Huv**
 - o Tsim cov kev cai tswj hwm/kev cai txhej txheem los kom yuav tsum muaj tej khoom noj nyab xeeb nyob hauv lub zej zog tej kev sib txoos
 - o Qhia cov uas tuaj muag khoom kom muaj cov khoom noj uas ua rau yus nyob nyab xeeb kom muag tus nqi ib yam los yog qis dua cov khoom uas noj tsis tshua nyab xeeb.
 - o Tsim kom muaj khoom txom ncauj zoo phee yig rau yus xaiv yuav
 - o Txha wb nqa kom zej zog muaj chaw rau neeg nqa zaub mov tuaj tso rau losiss kom muaj koom haus nqa zaub mov pub dawb Community Supported Agriculture (CSA)
 - o Kom muaj txoj hau kev zoo siv tau dej, piv txwv: yuav cov poom dej uas rov qab siv tau
 - o Cov nyia j peev yuav siv los tsim kom muaj ua teb rau pej xee m
 - o Tsim kom muaj chav nraim rau kev pub mis nia m rau menyua m noj
 - o Lwm yam: _____



Anoka County
HUMAN SERVICES DIVISION
Public Health & Environmental Services

Anoka County Public Health & Environmental Services
2100 3rd Ave, Suite 600
Anoka, MN 55303
SHIP@co.anoka.mn.us
www.goanokacounty.org



- **Kev Qoj Ib Ce**

- o Tsim kom muaj chaw tuaj sib txoos qoj ib ce, tej khoom siv coj los qoj ib ce (nca ws npas, chav ua kom ib ce muaj zog, lossis khoom siv rau tsheb kauj vab)
- o Tshwj tseg ib qho cha ws uas twb yeej xub muaj nyob rau ua kev qoj ib ce
- o Yua v ib qhov chaw tso tsheb kauj vab thiab/lossis chaw kho (Fix-It)
- o Daim ntawv qhia cov kev taug ib ncig nta wm lub zej zog thia bib puag ncig ntawm thaj chaw
- o Tsim kom muaj kev qhia cib fim rau kev qoj ib ce (xws li., pab taug kev, tej yam rau cov hluas uasi, lwm yam.)
- o Tej yam uas lwm haiv neeg muaj cib fim qoj ib ceb tau
- o Lwm yam: _____

- **Kev Saib Xyuas Tus Kheej**

- o Koomtes nrog cov kws saib xyuas kev nyuaj sia b es xa mus nrhiav kev pab
- o Kev sib tham hais txog kom tsis txhob muaj kev thuam txog kev puas hlwb lossis txhawb nqa txog txoj kev tswj kev nyuaj sia b
- o Tua v ib qhov kev cob qhia txog Mental Health First Aid lossis lwm yam kev pab kom tsis txhob muaj kev thuam thia b txhawb nqa
- o Koom kev cob qhia txog tej yam uas ua rau yus poob sia b
- o Lwm yam

- **Nyob Los Ntawm Tsis Haus Luam yeeb**

- o Tsim lossis qhia txog kev haus luam yeeb lossis nqus pa luam yeeb thiab qhia txog txoj cai ntawm Clean Indoor Air Act
- o Npaj kom muaj chaw txhawb kev txiav luam yeeb
- o Tiv nta wv tsis pa ub haus luam yeeb
- o Kom muaj chav pab rau kev txiav luam yeeb
- o Lwm yam: _____



Anoka County
HUMAN SERVICES DIVISION
Public Health & Environmental Services

Anoka County Public Health & Environmental Services

2100 3rd Ave, Suite 600
Anoka, MN 55303
SHIP@co.anoka.mn.us
www.goanokacounty.org

