

Early Childhood Education and Assistance Program (ကလေးငယ်အရွယ် ပညာရေးနှင့် အထောက်အကူပြု အစီအစဉ်) (ECEAP)

ကလေးနှင့် မိသားစုများ ကိုယ်အား ကိုယ်ကိုးနိုင်ရေး တံတားတစ်ခု



ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးနိုင်ရေးအတွက် လူတိုင်း၏ ခရီးစဉ်မှာ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မတူညီကြပေ။ ဤစာသွန်းတွင် ECEAP ဝန်ထမ်းများသည် သင့်နှင့် လက်တွဲကာ အောက်ပါတို့ကို ဆောင်ရွက်ကြပါမည်- သင့်အောင်မြင်မှုကို အောင်ပွဲခံခြင်း။

ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးနိုင်ရေး ရှေ့ဆက်လျှောက်လှမ်းရာတွင် ကူညီပေးရန် - သင့် ယဉ်ကျေးမှု စံနှုန်းများကို သိထားလျက် - တစ်ဦးချင်းအတွက် တိကျသော ပန်းတိုင် များ သတ်မှတ်ခြင်း။

သင့်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် ယခုတွင်ရော အနာဂတ်တွင်ပါ အရေးကြီးဆုံးအရာကို ဦးစားပေး ဆောင်ရွက်ခြင်း။

သင့်အားသာချက်များကို သိရှိပြီး ပန်းတိုင်များ သတ်မှတ် ရာတွင် သင့်အားဆောင်ရွက်ရာကို လိုက်ခြင်း။

သင့်ခရီးစဉ်တွင် ပံ့ပိုးကူညီပေးမည့် အဖွဲ့ အစည်းများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးခြင်း။

| တည်ငြိမ်မှု | | | ကိုယ်ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများနှင့် ချိတ်ဆက်မှု | | | ငွေကြေး စီမံခန့်ခွဲမှု | | ပညာရေးနှင့် လေ့ကျင့် သင်ကြားမှု အစီအစဉ် | အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရေးနှင့် အလုပ်အကိုင်အမျိုးအစား စီမံ ခန့်ခွဲမှု |
|---|---|--|---|--|---|--|---|--|---|
| အိမ်ရာ | မိသားစု ချမ်းသာသူခ ပြည့်စုံမှု | မိဘအုပ်ထိန်းမှု | ချမ်းသာသူခ ပြည့်စုံမှု | မိမိနှင့်သက်ဆိုင် သည့် ဟူသော ခံစားချက် | ကိုယ်ရရေးကိုယ်တာနှင့် အလုပ်အကိုင်ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှုများ | အသုံးစရိတ်များ | အစီအစဉ်ရှေးဆွဲ ခြင်း | လေ့လာသင်ယူခွင့် | ဝင်ငွေအဆင့် |
| ကျွန်ုပ်တို့ ကျွန်ုပ် မိသားစု၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီသည့် ဘေး ကင်းလုံခြုံပြီး အိမ် ဌာနခ သက်သာသော တည်ငြိမ်သည့် အိမ် ရှိသည်။ | ကျွန်ုပ်မိသားစု၏ လိုအပ်ချက်များ ပြည့်စုံ နေသဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်၏ ပန်းတိုင် များကို ကောင်းစွာ အာရုံစိုက်နိုင်ပါသည်။ | ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ် ကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုး မှုပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များ ကို သိရှိပြီး လိုအပ် သလို ဆောင်ရွက် သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အဖွဲ့အစည်းများကို လိုသလို ဆက်သွယ် အသုံးပြုပါသည်။ | ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျန်းမာ သဖြင့် ဘဝကို အပြည့်အဝ ခံစား နိုင်ပါသည်။ | ကျွန်ုပ်တို့သည် မတူကွဲပြား သည့် လူများပါဝင် နေသော ကျွန်ုပ်၏ အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ပါဝင် နေပြီး ၎င်းအတွက် အားဖြည့်ကူညီပေးနေ ပါသည်။ | ကျွန်ုပ်၏ ပန်းတိုင်များသို့ ရောက်ရှိစေရေး ထောက်ပံ့ ကူညီပေးနေသည့် ကိုယ်ပိုင် အဆက်အသွယ်များ ကျွန်ုပ် တွင် ရှိပါသည်။ | ကျွန်ုပ်၏ အကြွေးများကို လျှို့ဝှက်စွာ စီမံခန့်ခွဲရန်လို သည့် အရင်းအမြစ်များ ကျွန်ုပ်တွင် ရှိပါသည်။ | ကျွန်ုပ်မိသားစု၏ ငွေကြေး လိုအပ်ချက်များကို ယခု တွင်ရော၊ နောင်တွင်ပါ ကျွန်ုပ် ပြည့်ဆည်းပေး နိုင်ပါသည်။ | ကျွန်ုပ်တို့တွင် စွမ်းရည်၊ ပညာရေးနှင့် လေ့ကျင့်မှု အလုပ်အလောကရှိသဖြင့် ကျွန်ုပ် လုပ်ချင်သည့် အလုပ်အကိုင်မျိုးကို ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။ | ကျွန်ုပ်၏ အလုပ်အကိုင် အမျိုးအစားများနှင့် အနာဂတ် ပန်းတိုင်များနှင့် ကိုက်ညီသော အလုပ်မှ နေထိုင်စား သောက်စရိတ်ကို ဖြည့်စွာ ရရှိပါသည်။ |

Economic Mobility Pathways (စီးပွားရေး ခိုင်မာတောင့်တင်းမှု လမ်းကြောင်းများ) (EMPath) Bridge to Self Sufficiency (ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးနိုင်ရေး တံတား) တံတားမှ အချက်အလက်များကို အခြေခံကာ ပြင်ဆင်ရေးသားထားသည်။

ဤစာရွက်စာတမ်းမိတ္တူများကို အခြားပုံစံဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဘာသာစကားဖြင့်ဖြစ်စေ ရရှိလိုပါက DCYF Constituent Relations (DCYF ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဌာန) ကို (1-800-723-4831 | 360-902-8060 | ConstRelations@dcyf.wa.gov) တွင် ဆက်သွယ်ပါ။

DCYF PUBLICATION EL_0021 BS (06-2021) Burmese

