

# ဒေါက်ကလပ် ခေါင်းထိ ခိုရိုနာဗိုင်းရပ်

## ခိုဗစ်-၁၉ အကူအညီ နှင့် သတင်းအချက်အလက်

### လက်ကိုင်ဖုန်းများ

- ❖ ဤတွင်လူအများချိတ်ဆက်ကူညီရန်လက်ကိုင်ဖုန်းသယ်ဆောင်သူများဘာလုပ်နေလဲဆိုတာဖြစ်သည်။
- ❖ လက်ဖုန်းကုမ္ပဏီတွေကဘာလုပ်နေလဲ။
- ❖ အချို့သယ်ဆောင်သူများကမ်းလှမ်းနေသည့်အသေးစိတ်အချက်အလက်များကိုကြည့်ကြပါစို့။

### AT & T (အေထီအန်ထီ)

- ❖ AT & T (အေထီအန်ထီ) က၎င်းသည် ခိုရိုနာဗိုင်းရပ်ကူးစက်ရောဂါကြောင့်ငွေပေးချေမှုကိုနောက်ကျမှ ပေးဆပ်ရန်ငြင်းဆန်ခြင်းနှင့် ဝန်ဆောင်ခကိုရပ်ဆိုင်းခြင်းမပြုဘဲလာမည့်ရက် ၆၀ အတွင်းဖောက်သည်များအားထောက်ပံ့မည်ဟုပြောကြားခဲ့သည်။

ဤတွင် AT & T အေထီအန်ထီအစီအမံများ၏အသေးစိတ်အချက်အလက်များမှာ -

- ❖ ကြိုးမဲ့၊ အိမ်ဖုန်း၊ ဘရော့ဘန်းလူနေအိမ်သို့မဟုတ်အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများဖြစ်သော ကုမ္ပဏီသည်အောက်ပါဆိုးသွမ်းသောဖောက်သည်များအတွက်ဝန်ဆောင်မှုများကိုဆက်လက်ထားရှိမည်။
- ❖ AT&Tအေထီအန်ထီ သည်အောက်ဖော်ပြပါ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများအတွက်ငွေပေးချေမှုနောက်ကျပါလိမ့်မည်။ ကြိုးမဲ့၊ အိမ်ဖုန်း၊ ဘရော့ဘန်းလူနေအိမ်သို့မဟုတ်အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း၊
- ❖ ကုမ္ပဏီအနေဖြင့်အများပြည်သူသုံး Wi-Fi လွှင့်စက်ငယ်များအားလုံးကိုဖွင့်ထားလိမ့်မည်။

### SPRINT (စဖရင့်)

- ❖ Sprint (စဖရင့်) သည်ပြိုင်ဘက်များနှင့်ပူးပေါင်းပြီးနှစ်လအခမဲ့အကန့်အသတ်မရှိသောဒေတာအစီအစဉ်များကိုအခြားကောင်းကျိုးများနှင့်အတူပေးသည်။

စတိုးဆိုင်မှာဆိုင်မှာရှိသောအရာများ

- ❖ နောက်ရက်ပေါင်း ၆၀ တွင် Sprint (စဖရင့်) က COVID-19 (ခိုဗစ်-၁၉) ကူးစက်ရောဂါကြောင့်ထိခိုက်

ခံစားရသူများအတွက်နောက်ကျကြေးပေးရန်မလိုကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

- ❖ နောက်ကျသောသူတို့၏ငွေတောင်းခံလွှာများအတွက်ဝန်ဆောင်မှုများကိုဆက်လက်ထားရှိမည်ဖြစ်သည်။
- ❖ CDC မှသတ်မှတ်ထားသောအဆင့်၃အဖြစ်သတ်မှတ်ထားသောနိုင်ငံများသို့ခေါ်ဆိုသောအမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိသုံးစွဲသူများအားအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာခေါ်ဆိုမှုနှုန်းထားများကိုအခမဲ့ပေးပါသည်။
- ❖ အကန့်အသတ်မရှိသောအစီအစဉ်များမရှိသောသုံးစွဲသူများသည်ရက်ပေါင်း ၆၀အကန့်အသတ်မဲ့ဒေတာ (အနည်းဆုံးငွေတောင်းခံသံသရာနှစ်ခု) ကိုအခမဲ့ရရှိပါမည်။
- ❖ သုံးစွဲသူများသည်တစ်လလျှင်အပို 20GB မိုဘိုင်းဟော့စပေါ့အချက်အလက်များကိုတစ်လရက်ပေါင်း ၆၀ အတွင်း (အနည်းဆုံးဘီလီသံသရာနှစ်ခု) အခမဲ့ရရှိမည်။

**T-Mobile (T- မိုဘိုင်း)**

T-Mobile က၎င်း၏ဖောက်သည်များထံမှအချက်အလက်များကိုပိုမိုပေးသည်ဟုကြေငြာခဲ့သည်။ T-Mobile

(T- မိုဘိုင်း) ၏ဖောက်သည်အများအပြားတွင်အကန့်အသတ်မရှိသောဒေတာအစီအစဉ်များရှိပြီးဖြစ်သောကြောင့် ကုမ္ပဏီမှကမ်းလှမ်းထားသည့်အရာများမှာဤအရာများဖြစ်သည်။

- ❖ လာမည့်ရက် ၆၀ တွင် ၆၀၀ MHz ရောင်စဉ် (ကြိမ်နှုန်း) ကိုတိုးချဲ့ထားသောကွန်ယက်စွမ်းရည်ကိုတိုးချဲ့ထားသည်။
- ❖ T-Mobile (T- မိုဘိုင်း) ၏ကွန်ယက်မှ Sprint(စဖရင့်) ဖောက်သည်များအတွက်ပိုမို အသုံးပြုခွင့်ပေးသည်။
- ❖ လာမည့်နှစ်လတာအတွက် T-Mobile (T- မိုဘိုင်း) ဖောက်သည်များက T-Mobile နှင့် Metro အားလုံးအတွက် 20GB အပိုပေးမည်။ ဤအရာကမကြာခင်လာလိမ့်မည်ဟုကုမ္ပဏီကပြောသည်။
- ❖ လာမည့်ရက် ၆၀ အတွင်း Lifeline ၏မိတ်ဖက်များအတွက်တစ်လလျှင် ၅ GB ထပ်ဆောင်းအခမဲ့ဒေတာကိုရရှိမည်ဖြစ်သည်။
- ❖ ကျောင်းများအတွက်၎င်း၏ EmpowerED ဒစ်ဂျစ်တယ်သင်ယူမှုအစီအစဉ်များကိုအသုံးပြုသည်။ အသုံးပြုသူတစ် ဦး ချင်းစီအနေဖြင့်လာမည့်ရက် ၆၀ တွင်တစ်လလျှင်အနည်းဆုံး 20GB ဒေတာ ရှိရန်ရည်ရွယ်သည်။
- ❖ T-Mobile အင်္ဂါနေ့မှတစ်ဆင့် Feeding America သို့ဒေါ်လာ ၅၀၀၀၀၀ ဒေါ်လာပေးအပ်သည်။

## Verizon (ဗာရီင်းဇန်)

Verizon (ဗာရီင်းဇန်) သည်ကူးစက်ရောဂါကြောင့်ဖောက်သည်များအားစိတ်စေတနာကောင်းများအစပျိုးခြင်းအပါအဝင်ကူညီသည်။

- ❖ လူနေအိမ်နှင့်အသေးစားစီးပွားရေးအကောင်အရာများအပါအဝင် covid-19 ခံစားခဲ့ရသူများအတွက်နောက်ကျကြေးပေးရန်မလို
- ❖ ၎င်း၏ verizon ဆန်းသစ်တီထွင်မှုသင်ယူမှုကျောင်းများအတွက်၎င်း၏လစဉ်ဒေတာထောက်ပံ့ကြေးသုံးဆ
- ❖ ကျောင်းသားများအားထောက်ပံ့ရန်ရည်ရွယ်သည့်အကျိုးအမြတ်အတွက်မဟုတ်သောသူများအတွက်ဒေါ်လာ ၁၀ သန်းကိုအပ်ရန်နှင့်ပထမ ဦး ဆုံးတုံ့ပြန်သောအဖွဲ့

## လက်ကိုင်ဖုန်းများ

- ❖ COVID-19 တုန့်ပြန်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ Nebraska တရားရုံးချုပ်၏ဝက်ဘ်ဆိုက် တွင်သတင်းအချက်အလက်တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

<https://supremecourt.nebraska.gov>

## ပြည်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု

တိုးတက်မှုအတွက်အမျိုးသမီးစင်တာ -WCA: 380 | Harney St Omaha 68131 402-345-6555

## ဒေါက်ကလပ် ခေါင်းထိ: COVID-19 အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှု

Boys Town Family Help Line – 1-888-866-8660

Douglas County Health Department – (402) 444-3400 Mon.-Fri. 8:30am-4 pm

Health and Human Services – (402) 552-6645 7 days a week- 8am to 8 pm

After 8pm – call 2-1-1

Methodist Health System – (402) 815-7425

Nebraska Medicine – 1-800-922-0000

Ortho Nebraska – (402) 609-2600

အင်တာနက်မရှိသောကျောင်းသားများအတွက်ချိတ်ဆက်မှု

ပံ့ပိုးပေးသူများသည်နောက်ကျသောအခကြေးငွေများကိုလျှော့ပေါ့ခြင်း၊ ငွေပေးချေမှုမရှိခြင်းအတွက်ဝန်ဆောင်မှု မဖြတ်တောက်ခြင်း နှင့် အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှု ဖွင့် ပေးခြင်း တို့ကို FCC မှသဘောတူညီကြောင်းဖော်ပြသည်။

- ❖ AT&T COVID-19 တုန့်ပြန်ချက်သည်လက်ရှိသုံးစွဲသူများအား အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှု ဖွင့် ပေး ပြီး အချက်အလက်အကန့်အသတ်မရှိပေးထားသည်။ ဝင်ငွေနည်းမိသားစုများအတွက်တစ်လလျှင် ၁၀ ဒေါ်လာ အစီအစဉ်ကိုလည်းစီစဉ်ထားသည်။
- ❖ Charter သည် အခမဲ့ 2 လအင်တာနက်ကမ်းလှမ်းမှုကိုရှိသည်။
- ❖ Comcast COVID-19 ၏တုံ့ပြန်မှုသည်ဝင်ငွေနည်းသောမိသားစုများကို ၂ လအခမဲ့ WiFi ပေးသည်။
- ❖ COX: လာမယ့်ရက်ပေါင်းခြောက်ဆယ်အတွင်း Cox အောက်ပါအရာများကိုတိုးချဲ့နေသည်။  
 (03/13/2020)

ခိုရိုနာဗိုင်းရပ်ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသောအနှောင့်အယှက်များကြောင့်အင်တာနက်အမြန်နှုန်းကို မွမ်းမံခြင်း၊ မည်သည့်လူနေအိမ်သို့မဟုတ်အသေးစားစီးပွားရေးဖောက်သည်ကိုမဆို ဝန်ဆောင်ခကိုရပ်ဆိုင်း မည်မဟုတ်။ သူတို့ကလူနေအိမ်သို့မဟုတ်အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းဖောက်သည်များကျခံရသည့်မည်သည့် နောက်ကျသောအခကြေးငွေကိုမဆို လျှော့ပေါ့လိမ့်မည်အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ခိုရိုနာဗိုင်းရပ်ကပ်ရောဂါ နှင့်ပတ်သက်သောသူတို့၏စီးပွားရေးအခြေအနေများကြောင့်ဖြစ်သည်။ Cox Wifi အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုသည် ဤလိုအပ်သောအချိန်တွင်အများပြည်သူနှင့်ဆက်သွယ်မှုရှိစေရန်ကူညီပေးပါလိမ့်မည်။

Cox ၏အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုတည်နေရာများ

<http://www.cox.com/aboutus/wifi-hotspot-map.html>

- ❖ Connect 2 Compete- ကျောင်းသားသည်အိမ်မှဆက်လက်သင်ယူနိုင်စေရန်အတွက်အရည် အချင်းပြည့်မီသောလုပ်ငန်းစဉ်ကိုအရှိန်အဟုန်မြှင့်တင်ပေးလိမ့်မည်။ (တစ်လလျှင် ၉.၉၅ ဒေါ်လာ ကုန်ကျမည်ဖြစ်သည်)
- ❖ Sprint COVID-19 ၏တုံ့ပြန်မှုသည် FCC သဘောတူညီချက်အတိုင်းလိုက်နာ ပြီး လက်ရှိဖောက် သည်များအကန့်အသတ်ဒေတာပေးနှင့်မကြာမီအပိုကုန်ကျမှာအရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုဟုန်းဆက်များ အားလုံးကိုရက်ပေါင်း 60 ဖွင့်ဖို့ခွင့်ပြုပါလိမ့်မည်။



- ❖ Verizon COVID-19 သည်အထူးကမ်းလှမ်းချက်များကိုတုန့်ပြန်သော်လည်း FCC ၏သဘောတူညီချက်ကိုလိုက်နာသည်။
- ❖ Xfinity အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုအားလုံးအချိန်ကာလအတွင်းအများပြည်သူအတွက်ခမဲ့ဖြစ်သည်။

## တရားဝင်ကူညီမှု

တရားဝင်အကူအညီ - Covid-19 ကြောင့်ထိခိုက်သော Nebraskans များအတွက်အခမဲ့အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှု

တရားဝင်အကူအညီ: 1-844-268-5627

## စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့်ဆေးစွဲခြင်း

- ❖ Online AA meetings:  
<http://aa-intergroup.org/directory.php>
- ❖ Project Harmony Connections Program:  
<http://projectharmony.com/services/early-intervention-and-training/connections/>
- ❖ SAMHSA Website  
<http://www.samhsa.gov/>

## Nebraska ကလေးများ COVID-19 အရင်းအမြစ်စာမျက်နှာ

[http://www.nebraskachildren.org/covid-19-information-and-resources.html?blm\\_aid=7536642](http://www.nebraskachildren.org/covid-19-information-and-resources.html?blm_aid=7536642)

## ရွယ်တူချင်းထောက်ခံမှု

SAMHSA ဝက်ဘ်ဆိုက်သည်ရွယ်တူချင်းများကိုထောက်ပံ့ရာတွင်များစွာအထောက်အကူပြုသည်။

<http://www.samhsa.gov/>

## Telehealth ဝန်ဆောင်မှုများ

Boys Town Family Helpline - အကျပ်အတည်း အတွက်အကြံပေးများသူရနိုင်သည် 1-800-448-3000

Lutheran Family Services RSAFE အစီအစဉ်



<https://www.lfsneb.org/new-clinets-childrens-behavioral-health-childrens-rsafe/>

Nebraska Family Support Network – မိသားစုရွယ်တူပံ့ပိုးဝန်ဆောင်မှုများရရှိနိုင်သည် 402-345-0971

Region 6 Behavioral Health – စစ်ဆေးခြင်းနှင့်ခေါ်ဆိုခြင်း များအတွက် Jason Levering ကိုခေါ်ပါ။

### **အိမ်ကနေအလုပ်လုပ်ဘို့အကြံပြုချက်များ**

<http://www.govering.com/Working-from-Home-Ten-Tips-for-Staying-Productive.html>

### **သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး**

Metro Area Transit (MAT) သည်ဘတ်စ်ကားအခမဲ့စီးရန်ကမ်းလှမ်းသည်။ ဘတ်စ်ကားနောက်ဘက်ရှိတံခါးများကို ဖြတ်၍ဝင်ရန်ဖောက်သည်များကိုတောင်းဆိုသည်။ ဤအရာသည်နောက်ထပ်အသိပေးစာသည် အထိဆက်လက်ပါလိမ့်မည်။

<http://www.ometro.com/index.php/alert/covid-19/>

### **ဘတ်စ်ကားအချိန်ဇယား**

<http://www.ometro.com/index.php/alert/covid-19/>

### **အရင်းအမြစ်စာရင်းများ**

Doane တက္ကသိုလ်တွင်ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်းရှိကုန်ပစ္စည်းများ / ဝန်ဆောင်မှုများအတွက်ရှာဖွေနိုင်သော ဝက်ဘ်ဆိုက်ရှိသည်။

<http://www.doane.edu/covid-19-community-resources>

Nebraska Total Care တွင် သူတို့၏zip code ရှိကုန်ပစ္စည်းများ / ဝန်ဆောင်မှုများကိုရှာဖွေရန်ဖောက်သည် များအတွက်ရှာဖွေနိုင်သောအရင်းအမြစ်ဝက်ဘ်ဆိုက်ရှိသည်။

<http://nebraskatotalcare.auntbertha.com/>

Region 6 ဝက်ဘ်ဆိုက်: စာမျက်နှာ၏အောက်ခြေရှိလူထုအရင်းအမြစ်များ 2019 ကိုနှိပ်ပါ။



<http://www.regionsix.com/>

၁၇၀၃:၁၇၀၃

<http://foodbankheartland.org/>