ພາອາສັຍ

- Government Benefits Information & Case Assistance ໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ກົຣະນີການຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະສວັດດີການຕ່າງໆຂອງຣັຖໃນສັງຄົມ
- Counseling ຊ່ວຍໃຫ້ການປຶກສາຫາລື ແລະໃຫ້ການແນະນຳຕ່າງໆ
- Transportation ຊ່ວຍການພາຫະນາ ໂດຍສານຮັບສົ່ງ

Activities and Social gathering Opportunities

ໂອກາດໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມກັບກິຈກັມທາງດ້ານສັງຄົມ

- Trips to historic sites. Outdoor Traditional/ Religious Events, and Picnics ເດີນທາງທັສນະສຶກສາ ໄປເບິ່ງສະຖານທີທາງດ້ານປວັດສາດ, ໄປຮ່ວມການຈັດງານທາງດ້ານວັທນະທັມ-ປະເພນີ ແລະທາງດ້ານສາສນາ, ແລະໄປຮ່ວມກິນເຂົ້າປ່າສມັກຄີ.
- New Year's Day and Thanksgiving Celebration ເຂົ້າຮ່ວມສເລີມສລອງບຸນປີໃຫມ່ ແລະວັນຂອບໃຈ
- Christmas Bazaar ທ່ອງທ່ຽວ ແລະເຂົ້າຮ່ວມເລີມສລອງ ວັນຄຣິສມາດສ໌
- Fashion and Dance Show ເຂົ້າປະກອບສ່ວນໃນການສແດງສິລປະການຟ້ອນ ແລະຍ່າງໂຊວ໌
- Volunteer Opportunities ມີໂອກາດຢ່າງຫຼວງຫຼາຍໃນການເຂົ້າຮ່ວມເປັນອາສາສມັກເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອສັງຄົມ

"Funded under contract with the
ໂຄງການດັ່ງກ່າວໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກອົງການ MAAA, DHS, SSF, MPLS Founadtion ແລະ ການບໍຣິຈາກສົມທົບຈາກຜູ້ໃຊ້ບໍຣິການ"

Ameson Family Fund of The Minneapolis Foundation

Do You...

...Worry about a loved one sitting at home during the day?
ມີຄວາມເປັນຫ່ວງເປັນໃຍ ແລະກັງວົນ ນຳຄົນທີ່ທ່ານຮັກທີ່ຢູ່ໃນບ້ານຕລອດທັງວັນ

... Worry whether they eaten or taken their medicine?
ມີຄວາມກັງວົນວ່າ ພວກເຂົາໄດ້ກິນເຂົ້າ ຫຼືໄດ້ກິນຢາຫຼືຍັງ

... Need help providing personal care to a loved one?
ມີຄວາມຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ໃນການໃຫ້ຄວາມດູແລໃນສ່ວນບຸກຄົນ ໃຫ້ກັບຄົນທີ່ທ່ານຮັກ

... Need some time for yourself?
ທ່ານຕ້ອງການໃຫ້ມີເວລາສຳລັບຄົນເອງຫຼືບໍ່

LAOA ລາວ-ອາເມຣິກາ

Lao Seniors Quality of Life 65+

Seniors Center & Times

ສູນບໍຣິການຜູ້ສູງອາຍ, ວັນ ແລະເວລາ

SERVICE AT 9:00AM ON
ໃຫ້ການບໍຣິການເລີ້ມແຕ່ 9:00 ເຊົ້າເປັນຕົ້ນໄປ

Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su
	✓		✓	✓		

Lao Cultural Center
2648 W Broadway Ave
Minneapolis, MN 55411

laoamerica.org

ເພື່ອຄວາມຣະອຽດເພີ້ມເຕີມ, ກະຣຸນາຕິດຕໍ່ພົວພັນ

For program information or to enroll, please contact (612) 767-1684 or laoa@laoamerica.org

Adult Day Care

ການດູແລຜູ້ສູງອາຍຸ

65+

Lao Seniors Quality of Life
ໂຄງການເພື່ອຄຸນນະພາບແຫ່ງຊີວິດຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ

ໂຄງການ ເພື່ອຄຸນມະພາບຊີວິດ ຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ

Allow your loved one to attend our Lao Seniors Quality of Life Program.

ຈົ່ງອະນຸຍາດໃຫ້ຄົນທີ່ທ່ານຮັກ ໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມນຳໂຄງການ "ເພື່ອຄຸນນະພາບຊີວິດຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ" ທີ່ສູນວັທນະທັມລາວ- ອົງການລາວເພື່ອຄວາມກ້າວຫນ້າໃນສະຫະຣັຖ.

This Program serve those 65 and over who:

ໂຄງການດັ່ງກ່າວບໍຣິການຜູ້ສູ,ອາຍຸແຕ່ 65 ປີ ຂຶ້ນໄປ

- need a supervised and stimulating environment. ມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງມີສະພາບແວດລ້ອມ ທີ່ດູແລເບິ່ງແຍງໄດ້ ແລະມີການກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດໃນສິ່ງທີ່ດີໆ.
- need health, medicine or diet monitoring ມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ມີການຄວບຄຸມແລະ ແນະນຳທາງດ້ານສຸຂພາບ, ຢາປິ່ນປົວພະຍາດ ແລະການກວດສອບອາຫານການກິນອື່ນໆ.
- need personal care ມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງດູແລໃນສ່ວນບຸກຄົນ
- need suitable exercise ມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງອອກກຳລັງກາຍໃນຮູບແບບທີ່ເຫມາະສົມ
- want to spend time with friends ມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຢາກຈະໃຊ້ເວລາພົບປະ ແລະສ້າງສັມພັນກັບຫມູ່ເພື່ອນ

ອົງການລາວເພື່ອຄວາມກ້າວຫນ້າໃນສະຫະຣັຖ (ລາວ-ອາເມຣິກາ) ໄດ້ອອກແບບ "ໂຄງການເພື່ອຄຸນນະພາບຊີວິດຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ" ເພື່ອເປັນການຮອງຮັບຄວາມຫຍຸ້ງຍາກສັບສົນຂອງລູກຫຼານ ຫຼືຜູ້ຮັກສາເບິ່ງແຍງໃນວັຍຊະຣາຂອງເຂົາເຈົ້າ ແລະພ້ອມດ້ວຍເຂົາເຈົ້າເອງ ໃຫ້ມີສຸຂພາບແຂງແຮງ ແລະຍັງຄົງຢູ່ໃນບ້ານຄົນເຂົາເຈົ້າ. ເປັນການບໍຣິການບົນພື້ນຖານຂອງພາສາ-ວັທນະທັມລາວ, ຄວາມເຊື່ອຫມັ້ນໃນຕົວພັນກງານ ແລະອາສາສມັກທີ່ມາຈາກປະຊາຄົມລາວ ຈະສາມາດຍົກສູງໃຫ້ດີຂຶ້ນ ບໍ່ວ່າທາງສຸຂພາບຮ່າງກາຍ, ຄວາມຮູ້ສຶກທາງອາຣົມຄວາມຄິດ, ສຸຂພາບທາງດ້ານຈິດໃຈ, ການເງິນ ແລະການເປັນຢູ່ທີ່ດີ ແລະມີຄຸນນະພາບໃນສັງຄົມ.

Lao Seniors Quality of Life

Lao Senior Quality of Life is a program which provide an opportunity for Lao senior to stay healthy and allow them to live at home. The program is staffed by Lao speaking employees and volunteer, based on Lao language, culture and beliefs.. Utilizing the Lao Cultural Center (LCC) and existing resources, volunteer support and selected contractors /partners, the Lao Senior Quality of Life Program bilingual program for Lao seniors result to improve safety and health of ethnic Lao seniors and supports for caregivers that allow them to maintain their own health, emotional and financial well-being while caring for an elder.

Our Facility- Lao Cultural Center
Education Recreation Health (ERH)

ສູນວັທນະທັມລາວ ເປັນສະຖານທີ່ບໍລິການ ທີ່ມີພ້ອມທັງການຮໍ່າຮຽນສຶກສາ, ການພັກຜ່ອນ ແລະການສົ່ງເສີມທາງດ້ານສຸຂພາບ

- 4200+ square feet of activity space plus men and women's handicapped accessible bathrooms of Lao Cultural Center (LCC). ສູນວັທນະທັມລາວ ເປັນສະຖານທີ່ກ້ວາງຂວາງ ຫຼາຍກ່ວາ 4200 ສແກຣ໌ຟີດ ເຫມາະແກ່ການດໍາເນີນກິຈກັມຕ່າງໆ ແລະເຂົ້າເຖິງໄດ້ສໍາລັບຜູ້ພິການ ແລະດ້ອຍຄວາມສາມາດ
- Satellite Television /Community and Socialize /Conference Room ມີຫ້ອງປະຊຸມໃຫຣ່ທີ່ຕິດຕັ້ງທັງທີວີ ການສົ່ງຈາກດາວທຽມ ເຫມາະແກ່ການສັງສັນ ແລະພົບປະ ທັງເປັນຫ້ອງປະຊຸມໃຫຣ່
- Computer Lab ມີຫ້ອງຄອມພິວເຕີຣ໌ ຊຶ່ງສາມາດເຂົ້ານໍາໃຊ້ໄດ້ຕລອດເວລາ
- Library ມີຫ້ອງສມຸດ ແລະສາມາດອ່ານປຶ້ມ ແລະເອກກະສານ ຂ່າວຄາວຕ່າງໆໄດ້
- Health scanning / Nurse room ມີຫ້ອງພຍາບານ ຊຶ່ງເປັນບ່ອນກວາດສຸຂພາບຂອງຜູ້ສູງອາຍຸ
- Meeting room ມີຫ້ອງປະຊຸມໄວ້ສໍາລັບການປະຊຸມຮໍ່າຮຽນ ແລະສົນທະນາ
- Entertainment Stage ມີວົງດົນຕຣີ "ຈໍາປາສິລປ໌" ທີ່ໃຫ້ຄວາມມ່ວນຊື່ນ ແລະລົ້ນເລີງຂອງອາສາສມັກ ພ້ອມດ້ວຍຜູ້ສູງອາຍຸ
- Exercise room ມີຫ້ອງຫັດກາຍບໍຣິຫານ ເພື່ອສຸຂພາບຂອງທຸກຣະດັບ
- Seniors garden ມີສວນຄົວປູກຝັງ ທີ່ປອດສານພິດ
- Van Transportation ມີຍານພາຫະນະຣົດແວັນໂດຍສານ ນໍາສົ່ງ ໃນການເຂົ້າຮ່ວມກິຈກັມຕ່າງໆ ທັງໃນລາວ-ອາເມຣິກາ ແລະນອກສະຖານທີ່

Our Staff

ອົງການລາວ-ອາເມຣິກາ ມີພັນກງານອາສາສມັກ

- Qualified Staffs and Volunteers ເຈົ້າຫນ້າທີ່ພັນກງານ ແລະອາສາສມັກທີ່ມີຄວາມສາມາດ ແລະໄດ້ຮັບການຝຶກງານ ແລະລົງ ຕົວຈິງມາແລ້ວເປັນຢ່າງດີ
- Licensed Practical Nurse ພຍາບານທີ່ໄດ້ຮັບການອະນຸຍາດໃນການປະຕິບັດຕົວຈິງ
- Certified Nursing Assistants ພຍາບານຊ່ວຍທີ່ໄດ້ຮັບການຢັ້ງຢືນໃນຄຸນນະວຸທເປັນຢ່າງດີ
- Senior Companions ເພື່ອນມິດທີ່ເປັນຜູ້ອາວຸໂສ

Your Benefits

ທ່ານຈະໄດ້ຮັບຜົນປໂຍດຫຣັງແດ່ ໃນການເຂົ້າຮ່ວມ

"Lao Seniors Quality of Life" is a planned program of activities for individuals 65 years or older who require supportive care during the day but can return home in the evenings. The benefits for participants of those services include: ໂຄງການເພື່ອຄຸນນະພາບຊີວິດຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ ໄດ້ຂຶ້ນແຜນສັງລວມເອົາກິຈກັມຕ່າງໆ ທີ່ເຫມາະສົມໃຫ້ແກ່ຜູ້ສູງອາຍຸ 60 ປີຂຶ້ນໄປ ທີ່ຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີການດູແລໃນຕອນກາງເວັນ ແຕ່ໃນຕອນແລງພວກເຂົາເຈົ້າຈະກັບຄືນສູ່ບ້ານເຮືອນຂອງຕົນເອງ. ສວັດດີການທີ່ໄດ້ຮັບຈາກການເຂົ້າຮ່ວມນໍາໂຄງການນີ້ປະກອບດ້ວຍ:

- Mental, physical and social interaction and stimulation ປະຕິສັມພັນ ແລະການກະຕຸ້ນທາງຈິຕ, ທາງກາຍ໌ພາບ ແລະທາງດ້ານສັງຄົມ
- To enhance self-esteem and dignity ເສີມສ້າງຄວາມເປັນຕົວຂອງຕົນເອງ ແລະພາກພູມໃຈໃນສັກສີໃນຕົນເອງ
- To promote independence ສົ່ງເສີມຄວາມເປັນອິສຣະ
- To prevent or delay institutional/nursing home placement ເພື່ອເປັນການປ້ອງກັນ ຫຼືທ່ວງດຶງເວລາທີ່ຈະເຂົ້າໄປອາສັຍຢູ່ທີ່ເຮືອນຄົນຊະລາ
- Provide a safe and secure location for your loved one in a medically supervised environment. ໃຫ້ສະຖານທີ່ ທີ່ມີຄວາມປອດພັຍ ແລະຮັບປະກັນ ສໍາລັບຄົນທີ່ທ່ານຮັກ ໃນສະພາບແວດລ້ອມພາຍໃຕ້ການດູແລທາງການແພດ

Placement in the LAOA can provide much needed respite for a family caregiver to allow them time to work, attend to other family responsibilities or just take a break from caring for their loved one ການເຂົ້າຮ່ວມນໍາໂຄງການທີ່ ລາວ-ອາເມຣິກາ ສາມາດໃຫ້ການພັກພ່ອນທີ່ຈໍາເປັນຫຼາຍທີ່ສຸດ ສໍາລັບຜູ້ດູແລໃນຄອບຄົວ ເພື່ອໃຫ້ມີເວລາທີ່ຈະທໍາງານ, ຖ້າຕໍ່ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຄອບຄົວອື່ນ ຫຼືພຽງແຕ່ໃຊ້ເວລາຫຽດພັກຈາກການດູແລຄົນທີ່ພວກເຂົາຮັກ.

Our activities include

ກິຈກັມຕ່າງໆຂອງພວກເຮົາ

- Hot lunch plus morning and afternoon snack ບໍຣິການອາຫານທ່ຽງ ແລະອາຫານຫວ່າງສໍາລັບຕອນເຊົ້າ ແລະຕອນບ່າຍ
- Flower and Vegetable Gardening ບໍຣິການເຮັດ ສວນດອກໄມ້ ແລະສວນຜັກທີ່ປອດສານພິດ
- Special Guests (Singers, Musicians) ການຕ້ອນ ຮັບແຂກພິເສດ ເປັນຕົ້ນນັກຮ້ອງ ແລະນັກດົນຕຣີອື່ນໆ
- Senior Aerobics Walking Trail ການຍ່າງຫັດ ກາຍຂອງຜູ້ສູງອາຍຸ
- Nutrition Study ການສຶກສາຮໍ່າຮຽນທາງດ້ານການປຸງແຕ່ງ ແລະຮັບປະທານອາຫານ
- Gaming on Computer ການຫຼິ້ນເກມນໍາຄອມພິວເຕີຣ໌
- Blood Pressure Screenings ການກວດວັດແທກຣະດັບຄວາມກົດດັນຂອງເລືອດ
- Computer Class ການບໍາຣຸງຮໍ່າຮຽນພື້ນຖານ ການນໍາໃຊ້ຄອມພິວເຕີຣ໌
- Crocheting ການຫຽິບຖັກປັກແສ່ວ
- Exercise Classes ການຫັດກາຍບໍຣິຫານ
- Music/Special Singing ການດົນຕຣີ/ຮ້ອງເພງ ແລະເຕັ້ນລໍາ
- Support Groups/ Elders Circle ການຮ່ວມສົນທະນາ ແລະແລກປ່ຽນຄວາມຄິດຄວາມເຫັນ
- Citizenship Class ການຮຽນກະກຽມເພື່ອການສອບເສັງຕັດສັນຊາດ
- And More! ແລະມີອີກຫຼາຍຢ່າງ

Available Services

ການບໍຣິການທີ່ເປັນໄປໄດ້

- Property Tax Return Assistance ຊ່ວຍປະກອບເອກກະສານການຄືນພາສີທີ່ພັກພາອາສັຍໃນທ້າຍປີ
- Legal Assistance ຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານກົດຫມາຍ
- Housing Assistance ຊ່ວຍເຫຼືອຫາບ່ອນພັກ