



THE CONGREGATE PROGRAM IS DESIGNED TO HELP INCREASE THE NUTRIENT INTAKE AND TO PREVENT HEALTH DETERIORATION AND SOCIAL ISOLATION OF PARTICIPANTS.

ໂຄງການຮັບປະທານອາຫານທ່ຽງຮ່ວມກັນຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ, ລາວ-ອາເມຣິກາ ໄດ້ອອກແບບຂຶ້ນມາເພື່ອຊີດຊ່ວຍເພີ່ມການບໍລິໂພກອາຫານ ແລະຊ່ວຍປົກປ້ອງການເສື່ອມສະພາບທາງດ້ານສຸຂະພາບ, ການຢູ່ຢາງໂດດດ່ຽວອ້າງຫວ່າງ ຂອງຜູ້ສູງທີ່ເຂົ້າຮ່ວມ

## CONTACT US ຢາກຊາບລາຍຮອງດ, ກະຮຸນາຕິດຕໍ່

For more information, please call LAOA: (612) 767-1684, or visit us at [www.laoamerica.org](http://www.laoamerica.org) email us: [laoa@laoamerica.org](mailto:laoa@laoamerica.org).

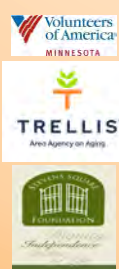
OFFICE HOURS:	M-F 8:30AM-4:30PM
ໂມງເຮັດວຽກ:	ວັນຈັນ - ວັນສຸກ

For Weekend: Appointment or Emergency only

ສໍາລັບວັນພັກ ມີໄວ້ສະເພາະການນັດຫມາຍ ທີ່ຈໍາເປັນ ແລະການສຸກເສີນເທົ່ານັ້ນ



THIS PROGRAM IS FUNDED BY THE METROPOLITAN AREA AGENCY ON AGING (MAAA) . AS PART OF THE OLDER AMERICAN ACT PROGRAM, PARTICIPANT DONATIONS AND VOLUNTEERS IN-KINDS CONTRIBUTION



ໂຄງການນີ້ໄດ້ຮັບການສນັບສນູນ ແລະໃຫ້ທຶນຊ່ວຍເຫຼືອຈາກອົງການ MAAA ໂດຍຜ່ານ VOA ໃນຖານະທີ່ເປັນສ່ວນຫນຶ່ງຂອງຮັດຸບັນຍັດວ່າດ້ວຍ ໂຄງການສໍາລັບຜູ້ສູງອາຍຸຊາວອາເມຣິກັນ, ການມີສ່ວນຮ່ວມໃນການບໍລິຈາກຂອງຜູ້ໃຊ້ບໍລິການ ແລະການເສັງສະເຫຼືອແຮງ ແລະສະຕີປັນຍາຂອງບັນດາອາສາສນັກ ລາວ-ອາເມຣິກາ



**LAOA**  
ລາວ-ອາເມຣິກາ

Lao Elders Congregate Meals

ໂຄງການຮັບປະທານອາຫານຮ່ວມກັນຂອງຜູ້ສູງອາຍຸລາວ



Ver. 01/22

## What Benefits YOU WILL HAVE?

ທ່ານຈະໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດຫຼາຍແດ່ ໃນການຮັບປະທານຮ່ວມກັນ?

Lao Advancement Organization of America (LAOA) serve a hot, nutritious meal along with enjoyable activities designed to provide social, mental, and physical stimulation

ອົງການລາວເພື່ອຄວາມກ້າວໜ້າໃນສະຫະຣັດ (ລາວ-ອາເມຣິກາ) ໃຫ້ການບໍລິການແກ່ທ່ານຜູ້ສູງອາຍຸດ້ວຍອາຫານທີ່ຮ້ອນໆ, ມີຄຸນຄ່າ ແລະມີຄວາມສົມດູນທາງດ້ານໂພຊນາການ ໄປພ້ອມກັບກິຈກັມທີ່ມ່ວນຊື່ນຫຼາຍຢ່າງຊຶ່ງອອກແບບມາ ເພື່ອເປັນການກະຕຸ້ນທາງດ້ານສັງຄົມ, ທາງດ້ານຈິດໃຈ ແລະທາງດ້ານກາຍພາບແກ່ຜູ້ສູງອາຍຸໂດຍສະເພາະ

- Promote good health ສົ່ງເສີມໃຫ້ເກີດມີສຸຂະພາບທີ່ແຂງແຮງດີ
- Improve nutrition status ຍົກຮະດັບ ແລະປັບປຸງພາວະທາງດ້ານໂພຊນາການ.
- Increase socialization and build companionship ເພີ່ມທວີການສ້າງຄວາມສັມພັນອັນໃຫມ່ໆ ແລະດີງາມໃນສັງຄົມ ແລະການສ້າງມິຕພາບຄວາມຮັກແພງກັບຫມູ່ເພື່ອນ.
- Elders can access in variety of programs such as ຜູ້ສູງອາຍຸມີໂອກາດໄດ້ເຂົ້າເຖິງກິຈກັມຕ່າງໆ ທີ່ຫຼາກຫຼາຍຂອງ ລາວ-ອາເມຣິກາ ເປັນຕົ້ນ :



- Nutrition counseling & education ການໃຫ້ຄໍາປຶກສາ ແລະໃຫ້ການສຶກສາທາງດ້ານໂພຊນາການຕ່າງໆ



- Health screening ໄດ້ຮັບການກວດກາທາງດ້ານສຸຂະພາບ ເປັນປະຈໍາຈາກພະຍາບານທີ່ຊໍານິຊໍານານ

- Holiday special Events ມີໂອກາດໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນງານບຸນທີ່ມີເສດ ແລະສໍາຄັນຕ່າງໆ

**Elderly Programs at LAOA**

- LAO ELDERS SPECIAL ACCESS
- ELDERS ASSISTED TRANSPORTATION
- TAI-CHI
- ADULT DAY SERVICE
- HOME RESPITE CARE
- DEMENTIA
- FOOD
- US CITIZENSHIP



SENSE OF COMMUNITY | DECREASE OF ALZHEIMER'S AND DEMENTIA | PURPOSE | POSITIVE RELATIONSHIPS LEADING TO HAPPINESS | HEALTHY NUTRITION | DECREASE IN STRESS | INCREASED COGNITIVE FUNCTION

- Participate in activities such as free chemical vegetable garden, etc...

ມີໂອກາດໄດ້ເຮັດສວນຄົວທີ່ປອດສານພິດ

- Free assisted transportation and often available ໄດ້ຮັບບໍລິການໂດຍສານຮັບສົງຟຣີ

- Physical activity

program: Tai-J i Quan ໄດ້ປະ

ກອບສ່ວນນໍາໂຄງການອອກ

ກໍາລັງກາຍແບບ ໄຕຈີ-ແບບວິທີ

ການເຄື່ອນເຫນັງເພື່ອຄວາມສົມດູນຂອງຮ່າງກາຍ

- Volunteer opportunities

ມີໂອກາດໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມເປັນອາສາສາມັກໃນທຸກຮະດັບ ບໍ່ວ່າຈະເປັນທາງດ້ານການເອີ້ຍອົງສະຖານທີ່ຊົດຊ່ວຍການປຸງແຕ່ງອາຫານ, ການຫັດຖັກ ແລະອື່ນໆ ອີກຫຼາຍຢ່າງ ທີ່ມີຜົນປະໂຫຍດຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງ ແລະຕໍ່ສັງຄົມໂດຍຮວມ

- Referral for Public Benefits, etc... ໄດ້ຮັບການຊົດຊ່ວຍ ແລະແນະນໍາໃຫ້ເຂົ້າເຖິງສະຖານທີ່ຕ່າງໆຂອງສາທາຣະນະ, ໆລໆ...

## How do you qualify for CONGREGATE MEALS?

### ທ່ານມີເງື່ອນໄຂໃດແດ່ຈຶ່ງຈະສາມາດເຂົ້າຮ່ວມໄດ້?



● YOU MUST BE 60 YEARS OF AGE OR OLDER. THE SPOUSE OF ANY AGE IS ALSO ELIGIBLE REGARDLESS OF AGE.

ທ່ານຕ້ອງມີອາຍຸຢ່າງນ້ອຍ 60 ປີຂຶ້ນໄປ. ພັນຮະຍາຫຼືສາມີຂອງທ່ານບໍ່ວ່າຈະມີອາຍຸເທົ່າໃດ ກໍສາມາດຮັບປະທານອາຫານຮ່ວມກັນກັບທ່ານໄດ້

● DISABLED PERSONS, BUT NOT FOR PEOPLE FROM EW/AC ENROLLED WITH ADULT DAYS CARE PROGRAM. ບຸກຄົນຜູ້ພິການ ແລະດ້ອຍຄວາມສາມາດ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບບໍລິການຈາກໂຄງການຊ່ວຍເຫຼືອໃນຮູບແບບຂອງ EW/AC

NOTE: EFFORTS SHOULD BE MADE TO SERVE THOSE ELIGIBLE PARTICIPANTS WITH THE GREATEST ECONOMIC NEED, GREATEST SOCIAL NEED, THOSE WITH LOW INCOMES.  
ຫມາຍບອກ: ລາວ-ອາເມຣິກາໄດ້ໃຊ້ທຸກຄວາມພະຍາຍາມທີ່ຈະໃຫ້ບໍລິການຜູ້ສູງອາຍຸ ທີ່ມີຄວາມຈໍາເປັນຢ່າງຍິ່ງທາງດ້ານເສດຖະກິດ, ມີຄວາມຈໍາເປັນທາງດ້ານສັງຄົມ ແລະມີລາຍໄດ້ຕໍ່າ.

## How to apply? ຈະສາມາດເຂົ້າມີສ່ວນຮ່ວມນໍາໂຄງການໄດ້ແນວໃດ?

Just Call or Walk-In ພາງແຕ່ທ່ານໂທຣ໌ ເພື່ອນັດພົບປະກອບເອກກະສານ (612) 767-1684 ຫຼື (612) 302-9154 ອີເມລ໌: laoa@laoamerica.org

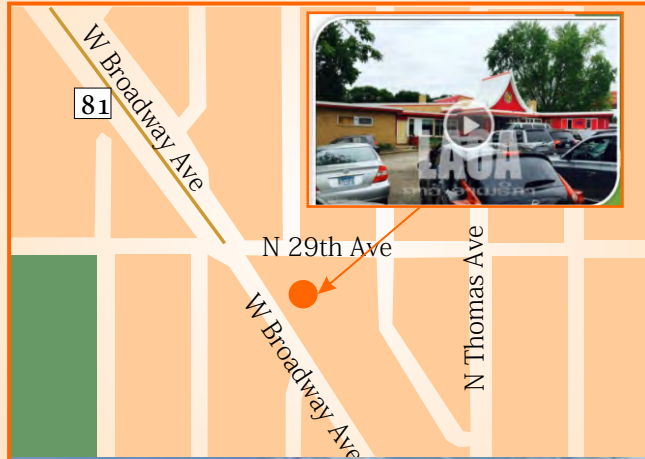
ມີຄວາມຮູ້ສຶກດີໆຕໍ່ຊຸມຊົນ ລົດພາວະສມອງເສື່ອມໃຫ້ນ້ອຍລົງ ຕອບສອງກັບວັດຖຸປະສົງ ກໍເກີດມີຄວາມສັມພັນໄປໃນທາງບວກຊຶ່ງນໍາໄປສູ່ຄວາມສຸຂ ໄດ້ຮັບໂພຊນາການເພື່ອສຸຂະພາບ ລົດຄວາມຕຶງຄຽງໃຫ້ນ້ອຍລົງ ເພີ່ມການເຮັດວຽກຂອງຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະເຂົ້າໃຈ

## MEAL SITE & TIMES

### ສະຖານທີ່, ວັນ ແລະເວລາຂອງການຮັບປະທານອາຫານ

Meals Served at 12:00 PM  
ໃຫ້ການບໍລິການອາຫານທ່ຽງໃນເວລາ  
☒ Mo ☐ Tu ☒ We ☐ Th ☒ Fr ☐ Sa ☐ Sun

Hours Of Operations: MON, WED AND FRI (12:00 NOON) THREE (3) DAYS/WEEK. RESERVATION IS REQUIRED FOR NON-REGISTERED SENIORS. MEALS WILL BE PROVIDE BASED ON SPACE AVAILABILITY AND ON FIRST CALL FIRST SERVE BASIS



Lao Cultural Center Building  
ອາຄານຂອງສູນວັດທະນະທັມລາວ (LCC).  
2648 W Broadway Ave. Minneapolis, MN 55411  
ຫ້ອງການຂອງອົງການລາວເພື່ອຄວາມກ້າວໜ້າໃນສະຫະຣັດ  
LAO ADVANCEMENT ORGANIZATION OF AMERICA (LAOA)

## DONATION

### ການບໍລິຈາກໃຫ້ແກ່ໂຄງການຮັບປະທານອາຫານຮ່ວມກັນ

MEAL IS FREE BUT VOLUNTARY CONTRIBUTIONS ACCEPTED!

ອາຫານບໍລິການທ່ານຟຣີ, ແຕ່ມີຄວາມຍິນດີ

ຮັບເອົາການບໍລິຈາກຂອງທ່ານ!

The meals are funded by VOA through the TRELIS. There are no set fees for meals, any donation would be beneficial to the cause. The actual cost of a congregate meal is \$8.00 NO ONE IS DENIED A MEAL IF THEY ARE NOT ABLE TO MAKE A DONATION.

ໂຄງການຮັບປະທານອາຫານທ່ຽງຮ່ວມກັນໄດ້ຮັບທຶນຊ່ວຍເຫຼືອຈາກ TRELIS ໂດຍຜ່ານອົງການ VOA ບໍ່ໄດ້ມີກຳນົດການໃນກາເນຈ່າຍຄ່າອາຫານ ແຕ່ຈາກຕາຕະລາງອັດຕາຄ່າທີ່ມາດຮຽມສໍາລັບການຈ່າຍສົມທົບ ກໍຊ່ວຍຮັດໃຫ້ທ່ານສາມາດໃຫ້ການບໍລິຈາກໄດ້ຕາມຄວາມອາດສາມາດລາວ-ອາເມຣິກາແນະນໍາໃຫ້ທ່ານບໍລິຈາກເພື່ອສົມທົບທຶນດັ່ງກ່າວ. ໂປຣເຈຈຸບັນຄ່າອາຫານຄາບຫນຶ່ງຕົກປູໃນຮາຄາປະມານ \$8.00.

No one is denied a meal if they are not able to make a donation ບໍ່ມີຜູ້ໃດຈະຖືກຖືກບໍ່ໃຫ້ອາຫານຍ້ອນບໍ່ມີປັ້ຍໃຈບໍລິຈາກ

NOTES: NON-ELIGIBLE ELDER OR PRIVATE PERSON MUST PAY \$8.00/MEAL