



Cov khoom plig rau Kev Noj Qab Haus Huv (Healthy Start) yog txhawm rau cov tswvcuab uas muaj Alliance thiaj li yog lawv qhov kev pab them nqi pab kho mob nkaus xwb thiab rau cov **noob nyog 0-15 lub hlis, 15-30 lub hlis, 2 xyoos, 13 xyoos, thiab 18 txog 21 xyoos.** Cov uas muaj lwm qhov chaw pab them nqi kho mob yuav tsis tsim nyog tau txais.

Puas muaj lus nug? Hu rau Alliance qhov chaw Pab Qhia Kev Noj Qab Haus Huv ntawm **800-700-3874, ext.5580.**

Tau txais khoom plig rau koj tsev neeg rau kev pab kho mob.

Cov tswvcuab tuaj yeem tau txais khoom plig** rau kev pib kev noj qab haus huv hauv lub neej.

Tau txais cov npav khoom plig rau lub khw Target los ntawm kev ua kom paub meej hais tias koj tus menuam tau txais tshuaj tiv thaiv kab mob thiab kev kuaj mob raws sijhawm

Xav paub ntaw ntxiv, ces mus saib hauv
www.thealliance.health/hmn/healthystart
lossis siv koj lub xov tooj ntawm tes los
scan tus QR code hauv qab no:





Kev Pib Noj Qab Haus Huv

COV KHOOM PLIG NTAWM QHOV
KEV PAB CUAM KEV PIB NOJ QAB
HAUS HUB (HEALTHY START)

Qhov khoom plig yog txhawm rau leej twg?

Qhov khoom plig yog dab tsi?

Kuv yuav tau ua li cas txhawm kom tau txais qhov khoom plig?

 Noob nyoog qis dua 15 lub hlis

Daim npav khoom plig \$50 mus rau lub khw Target

Koj tus menyuam yuav tsum muaj kev kuaj mob txog 6 zaus nrog nws tus kws kho mob ua ntej yuav muaj noob nyoog 15 lub hlis.

 Noob nyoog 15-30 lub hlis

Daim npav khoom plig \$25 mus rau lub khw Target

Koj tus menyuam yuav tsum muaj kev kuaj mob txog 2 zaug nrog nws tus kws kho mob thaum txog lossis ua ntej thaum yuav txog 30 lub hlis.

 2 xyoos

Daim npav khoom plig \$100 mus rau lub khw Target

Koj tus menyuam yuav tsum tau txais cov tshuaj tiv thaiv kab mob uas xav tau los ntawm nws tus kws kho mob tsis dhau lub hnub yug thib 2.

 13 xyoos

Daim npav khoom plig \$50 mus rau lub khw Target

Cov tswvcuab yuav tsum ua kom tiav kev kuaj mob 1 zaug nrog lawv tus kws kho mob tsis dhau 12 lub hlis thiab tau txais tag nrho cov tshuaj tiv thaiv kab mob uas xav tau los ntawm lawv tus kws kho mob tsis dhau lawv lub hnub yug thib 13.

 Noob nyoog 18-21 xyoos

Daim npav khoom plig \$25 mus rau lub khw Target

Cov tswvcuab yuav tsum ua kom tiav kev kuaj mob 1 zaug txhua xyoo nrog lawv tus kws kho mob.

Nws ua haujlwm li cas

- Tus tswvcuab yuav tsum ua kom tiav txhua qhov kev nqis tes ua uas xav tau txhawm kom tau txais qhov khoom plig.
- Koj yuav tau txais ib daim npav khoom plig rau lub khw Target hauv kev sau ntawv li ntawm 4-8 lub vij tom qab uas ua tiav cov kev nqis tes.
- Ua kom paub meej hais tias tuam txhab Alliance muaj koj qhov chaw xa ntawv tam sim no kom peb thiab tuaj yeem xa tau koj daim npav khoom plig rau lub khw Target rau koj! Hu rau Lub Chaw Pab Cuam Tswvcuab ntawm **800-700-3874 (TTY: 800-735-2929 lossis 711)** Hnub Monday txog Hnub Friday, thaum 8 a.m. txog 5:30 p.m.
- Koj yuav tsum thov daim npav khoom plig rau lub khw Target tsis pub dhau 12 lub hlis txij thaum tsim nyog tau txais daim npav khoom plig.