



## တုဖိတ်လုပ်တဖော်လာတုတ္ထုအီ-



ခီဖိုကမူး (Coffee grounds),  
တုပုံခီဖို (filters) ဒီးလေးများ  
(tea leaves)



တုအီဂုတ်တုအီလာတု  
တူထုးထိုင်ဒီးတုနှင့်ထု



ဆီဒို့ ဒီးဆီဒို့ဘုံးကု



တုသူးတုသာ့ ဒီး  
တုဒီးတုလာ့



တုဖုးတုညာ့, ပို့လဲတုတ်  
အီး ဒီးတုယံတုကွဲတဖော်



တုအီဂုတ်လာကု့ထိုင်ဒီးအ  
အုပ်အကျိုး



ပုံဒီးပဲအဘုံး



ဟု, ကိုပို့မူး(bread), ဖုနစ်  
တုရ ဒီးသဘုံးတဖော်



## တုဖိတ်လုပ်တဖော်လာတုတ္ထုအီ-

- တုဂူတုသာ့/တုကံးညာ့ (ပုံးပုံးလုပ်သဲ 100%).
- ဖိသံတုပေးခဲ့ (Diapers) ဒီးနှိုက်စ်တုကာခဲ့ကန့်အပီးလိုတဖော်.
- ထွေ့, သုတေသန မူတမ်း၊ ဆုရိုက်ဖိုအုံအဆုံးအဆံ့တကလုံးလုံး.
- နှုနိမ်ခြိုး, သုတေသနဝိုင်လုံး, သုတေသနကျိုးမူတမ်း တပို့တပို့တကလုံးလုံး.
- မုတ်ကလာ (Glass), တုထား (metal), ဖျော်စတုး (plastics) ဒီးတုဖိ  
တုလုံးလုံးကေလဲသွားတဖော်.
- စာခီအကေအခါ ဒီးစာခီအပီးလိုတဖော် (ဒေအာ့ လီခီစာ့ခီ, လီခီဖျော့, ထွေ့ ဒီးတုပူတုတ်လုံးလာတုကု့စို့ဆူဟံ့သွားသွား) လာတုအီး BPI တုပ်  
နှုနိရှုလီး.



တုသံကျိုးအီး။

နှုနိလီးကွဲ့ FoodScrapsPickup.com  
မူတမ်း ကံးဖဲ့ 651-661-9393.

တုတို့ကျွေအောင်အကျိုးအီးပဲလာ English,  
Español, Hmoob, Soomaali, Oromoo  
ဒီးကည်း.



 RAMSEY COUNTY

 Washington  
County

# ຕ່າງໆເມືອນຕ່າງໆໃຫ້ລົງ-



ບຸກທີ່ນູ້ຕັ້ງກັນວ່າວ່າງຕັ້ງກັນຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມ  
ຝ່ຽວຍາກ ແລ້ວເກົດລິຕະພູກຕາກູ້.



ထະຫຼິກົງຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ລາຍໄຫວ້  
ບຸກຕາກູ້. ຕັ້ງກັນວ່າງີ່ ມູນຕັ້ງ ດ້ວຍບຸກເອົ້າ,  
စາວີເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ປ່ອມີກຳລັງທະນະລາງການທີ່  
ຫາວີາຝ່ຽວຍາກຕາກູ້.



ບໍລິເສຫຍາວີລາຟລຸ່ມຕ່າງໆ ແລ້ວ ຕ່າງໆໃຫ້ລົງ  
ມູນຕັ້ງ ທະນະລັງລົງລົງຕ່າງໆ.



ດໍາລົງ. ພົມຕັ້ງກົງວ່າງຕ່າງໆໃຫ້ລົງນີ້ແນ້ນ  
ວິທີ: ອີ່ຫາວີ້ຕະພູກົງວ່າງຕ່າງໆໃຫ້ພະແນກຕ່າງໆ  
ກົມ່ງ ແລ້ວ ອີ່ມາເບາະກີ່ເອົ້າຝ່ຽວຍາກ.

# ຂ່າຍເລີ່ມ

ລາຍເຫຼີນມາຄູ່ຕ່າງໆລາຍ່າງໆ ມູນຕັ້ງ ກິຈະ

**651-661-9393** ລາຍໂທ: ທີ່ນູ້ຕັ້ງມາຕັ້ງເອົ້າຕາກູ້.

**ປັບ 1** ຖົ້ນລົງຕ່າງໆ [FoodScrapsPickup.com](http://FoodScrapsPickup.com) ສະໜັບ  
ລື່ມເສີມ Sign up ຕາກູ້.

**ປັບ 2** ດາວົ້ນລົງເສີມບົ້ນເລີ່ມໃຫ້ວິທີກະທີ:ຕ່າງໆ.

**ປັບ 3** ດຸແລະ: ເອົ້າຝ່ຽວຍາກ.

**ປັບ 4** ບຸກທີ່ ພົມຕັ້ງ (bag size) ສະໜັບລົງຕ່າງໆ  
ລາຟມົງລົງຕາກູ້.

**ປັບ 5** ດໍາລົງ. ຕ່າງໆກາງຫຼືເຫັນຫາວີ້ຕ່າງໆລາຍ  
ຝ່າຍລົງຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ.

# ຕ່າງໆຕິ່ພາເມາດາຕ່າງໆ

ຕ່າງໆຕິ່ພາເມາດາເອງດົກໆທີ່ເກີດຕາຫຼຸງໄຟ  
[FoodScrapsPickup.com](http://FoodScrapsPickup.com)

- ຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆໃຫ້ມູນຕັ້ງ.
- ຕ່າງໆວິ່ນຕົ້ນລາ ຕ່າງໆວິ່ນຕົ້ນນີ້ໄໝເອົ້າເອົ້າ.
- ຕ່າງໆຜິຕ່າງໆລົ່ມລາຕ່າງໆຕົ້ນ ສະໜັບຕ່າງໆຕິ່ພາເມາດາ.
- ຕ່າງໆບູ້ວິກູ້ລົງລົງເສີມວ່າງບຸກ: ຕ່າງໆໃຫ້ວິທີຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ
- ຕ່າງໆດົກໆຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆໃຫ້ພະແນກຕ່າງໆ  
ພະແນກຕ່າງໆໃຫ້ພະແນກຕ່າງໆ.

ນີ້ແມ່ນ

# ຕ່າງໆຫາຝ່ຽວ ຕ່າງໆບູ້ວິກູ້ກູ້ຕ່າງໆ!

ຕ່າງໆເກົ່າເກົ່າລາວ່າງ ໃຫ້ວິທີເມະລາ ດາວົ້ນ  
ຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມ ດົກໆວ່າງ ຕ່າງໆໃຫ້ວິກູ້  
ກູ້ ລາຍເມາຕ່າງໆເຊັ່ນກາຕ່າງໆລາຟດົກໆຕາກູ້.

## ຕ່າງໆໃຫ້ວິກູ້ບໍ່ຕ່າງໆບູ້ວິກູ້ຕ່າງໆ.

- ດູ້ກົດຕ່າງໆບູ້ວິກູ້ຕ່າງໆລົງ ລາຍເມື່ອວິທີກົງວ່າງຕ່າງໆ.
- ອະນຸ- ຕ່າງໆບົ້ນທີ່ໃຫ້ນົມນູ້ວິກູ້ອາວັນ (compost caddy), ດົກໆທີ່ອຸ່ນທີ່ອາຍຸ (ice cream bucket), ພູມຕັ້ງລົງ (plastic tub) ມູນຕັ້ງ ຕ່າງໆມົງເມາຂະໜົງ (small trash).

## ບົ້ນທີ່ຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ.

- ບຸກທີ່ຕ່າງໆລົງຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ ລາຍເນີ້ນວິກູ້ເລີ່ມ.
- ອະນຸ- ດໍາລົງຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ (countertop), ຕ່າງໆວຸດອຸ:ອາຍຸ  
ລົງ, ຊັ້ນຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ (refrigerator) ແລ້ວ ມູນຕັ້ງ  
ມູນຕັ້ງ ຕ່າງໆອຸ່ນທີ່ວິກູ້ວິກູ້ອາວັນ (freezer) ແລ້ວ ມູນຕັ້ງ ດໍາລົງຕ່າງໆ  
ມົງເມາ.
- ດໍາລົງຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ອາຍຸເກີດຕາຫຼຸງ  
ຫຼື ດໍາລົງຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ ພົມຕັ້ງລົງລົງລົງຕ່າງໆ.

## ດູ້ຕ່ົກ້າກູ້ຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າຕ່າງໆ.

- စາວີບົ້ນ ພົມຕັ້ງເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ເກີດຕາຫຼຸງ  
ຕ່າງໆຕິ່ພາເມາດາຕ່າງໆຕົ້ນ ດໍາລົງຕ່າງໆມົງເມາ.  
ມານີ້ຕ່ົກ້າກູ້ຕ່າງໆເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ລາຍເມາຕ່າງໆມົງເມາ  
ຕ່າງໆຕິ່ພາເມາດາຕ່າງໆ.
- ບົ້ນລົງເສີມຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ດໍາລົງຕ່າງໆມົງເມາ  
ລົງລົງຕ່າງໆມົງເມາ ລົງລົງມູນຕັ້ງ ຕ່າງໆມົງເມາ  
ລົງລົງຕ່າງໆມົງເມາ (dumpster) ແລ້ວ ຕາກູ້.
- ຕ່າງໆບົ້ນລົງເສີມຕ່າງໆເອົ້າວຸກເອົ້າລື່ມຕ່າງໆ ອາຍຸເກີດຕາຫຼຸງ  
ຫຼື ດໍາລົງຕ່າງໆກົງວ່າງຕ່າງໆ ພົມຕັ້ງລົງລົງລົງຕ່າງໆ  
ມົງເມາ.