# [Insert School/District Letterhead]

आदरणीय आमाबुवा/अभिभावक:

विद्यार्थीहरूलाई सिक्नका लागि स्वस्थ खाना चाहिन्छ। **[Name of School/School District]** ले हरेक विद्यालय दिनमा स्वस्थ खाना प्रदान गर्छ। **विद्यालय वर्ष 2022-2023 मा, सबै विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा निःशुल्क विहानी खाजा (ब्रेकफास्ट) र दिवाखाना (लन्च) प्राप्त गर्नेछन्।** भर्मन्ट राज्यले युनिभर्सल स्कूल मिल्स एक्टको माध्यमबाट एक वर्षका लागि यसो गर्न रकम उपलब्ध गराएको छ। **आगामी दिनहरूमा सबै विद्यार्थीहरूलाई निःशुल्क खाना उपलब्ध गराउनका लागि हामीलाई तपाईंको सहयोग चाहिन्छ।** निःशुल्क र सहुलियत मूल्यमा विद्यालयको खानाका लागि कृपया यो निवेदन भर्नुहोस्। यदि धेरै परिवारहरूले यो फारम भरे र फिर्ता गरे भनि, हामीले संघीय सरकारबाट अहिले र भविष्यका लागि निःशुल्क विद्यालय खानाका लागि धेरै रकम प्राप्त गर्नेछौं। हामीले अन्य विद्यालय कार्यक्रमहरूबाट पनि थप रकम प्राप्त गर्नेछौं। यो फारम भर्नाले हाम्रो समुदायलाई सबै बालबालिकाका लागि निःशुल्क समर खाना र चाइल्डकेयरमा भएका बालबालिकाका लागि निःशुल्क खाना उपलब्ध गराउन सहयोग गर्दछ।

**तपाईंले अगस्त 19, 2022 भित्रमा यो फारम पेश गर्नुभयो भने, तपाईं समर 2022 प्यान्डेमिक-EBT (P-EBT) का लागि पनि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।** यो तपाईंको घरमा खाना खान सहयोग गर्नका लागि प्रति बच्चा $391 को एक पटकको लाभ हो। तपाईंको विद्यार्थी जुन 2022 मा विद्यालयमा भर्ना भएको थियो भने, यो फारमले तपाईं योग्य भएको देखाएमा यो फाइदा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। **[Delete after August 19]**

हाम्रो विद्यालयले विद्यालयपछिको खाजा पनि प्रदान गर्दछ। हामीले तपाईंको विद्यार्थीका लागि निःशुल्क खाजा खान योग्य हुनका लागि यो फारम भर्न अनुरोध गर्न सक्छौं। **[Delete if After School Snack Service is not offered]**

यो प्याकेटले निःशुल्क र सहुलियत मूल्यको खानाको निवेदन र निर्देशनहरू समावेश गर्दछ। यसले तपाईंलाई सहयोग गर्नका लागि साझा प्रश्न र उत्तरहरू पनि समावेश गरेको छ। तपाईंले फारम अनलाईनमा **[link for electronic application, if offered, or delete this sentence]** मा पनि भर्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंले उपलब्ध गराउनुभएको जानकारी गोप्य हो। तपाईंको जानकारी गोप्य राख्नका लागि हामीले कडा संघीय नियमहरूको पालना गर्दछौं।

यदि तपाईंको अन्य प्रश्नहरू भएमा वा सहायता चाहिएमा, **[phone number]** मा कल गर्नुहोस्।

भवदीय,

**[Signature]**

**USDA गैर भेदभावको कथन**

संघीय नागरिक अधिकार कानून र युएस कृषि विभाग (युएसडीए) नागरिक अधिकार नियमावली र नीतिअनुसार, यो संस्थाले वर्ण, रंग, राष्ट्रियता मूल, लिंग (लैंगिक पहिचान अपाङ्गतानजन्य झुकावसहित), अपाङ्गता, उमेरका आधारमा विभेद गर्न वा पहिलेका नागरिक अधिकार षतिविधीका लागि प्रतिशोध वा बदला लिन निषेध छ।

कार्यक्रमको बारेमा जानकारी अंग्रेजीबाहेकका भाषामा पनि उपलब्ध हुन सक्ने छ। कार्यक्रमको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नका लागि सञ्चारको वैकल्पिक माध्यम (उदाहरणका लागि, ब्रेल, ठूलो प्रिन्ट, अडिअपाङ्गता, अमेरिकन सांकेतिक भाषा) चाहिने अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले कार्यक्रम सञ्चालन गर्नका लागि जिम्मेवार राज्य वा स्थानीय निकायलाई वा युएसडीएको टार्गेट सेन्टरलाई (202) 720-2600 (भ्वाइस र TTY) मा वा संघीय रिले सेवा (800) 877-8339 मार्फत युएसडीएलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ।

कार्यक्रम विभेद शिकायत फाइल गर्नका लागि, शिकायतकर्ताले फारम AD-3027, युएसडीए कार्यक्रम विभेद शिकायत फारम पुरा गर्नुपर्छ जुन अनलाईनमा: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf> मा, युएसडीए कार्यालयबाट, (866) 632-9992 मा कल गरेर वा युएसडीएलाई सम्बोधन गरी पत्र लेखेर प्राप्त गर्न सकिन्छ। पत्रमा उजुरीकर्ताको नाम, ठेगाना, टेलिफोन नम्बर र नागरिक अधिकारका सहायक सचिव (ASCR) लाई जानकारी दिन आरोपित विभेदकारी कार्यको विस्तृत विवरण र आरोपित नागरिक अधिकार उल्लंघनको प्रकृति र मिति समावेश हुनुपर्छ। पुरा गरिएको AD-3027 फारम वा पत्र युएसडीएसम्म निम्न विधीबाट पेश गरिनुपर्छ:

1. पत्रः  
   U.S. Department of Agriculture  
   Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
   1400 Independence Avenue, SW  
   Washington, D.C. 20250-9410; वा
2. फ्याक्सः  
   (833) 256-1665 वा (202) 690-7442; वा
3. इमेलः  
   [program.intake@usda.gov](http://mailto:program.intake@usda.gov/)

यो संस्था समान अवसर प्रदायक हो।

# [Insert School/District Letterhead]

**बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू**

1. के मैले हरेक बच्चाका लागि निवेदन भर्नुपर्छ? पर्दैन। तपाईंको घरपरिवारको सबै विद्यार्थीहरूका लागि एउटा निःशुल्क र सहुलियत मूल्यको विद्यालय खाना निवेदनप्रयोग गर्नुहोस्। हामीले पुरा नभएको निवेदन स्वीकृत गर्न सक्दैनौं, त्यसेले सबै आवश्यक जानकारी भरेको निश्चित गर्नुहोस्। पुरा गरेको निवेदन यो ठेगानामा पठाउनुहोस्: **[name, address, phone number]।**
2. यदि मैले मेरा बालबालिका यो विद्यालय वर्षका लागि निःशुल्क खानाका लागि पहिले नै स्विकृत भएको पत्र प्राप्त गरिसकेको छु भने, के मैले निवेदन भर्नुपर्छ? पर्दैन, तर कृपया तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको पत्र होसियारीपूर्वक पढ्नुहोस् र निर्देशनहरूको पालना गर्नुहोस्। तपाईंको घरको कुनै पनि बालबालिका तपाईंको योग्यता जानकारीबाट छुटेका छन् भने, तत्काल **[name, address, phone number, e-mail]** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।
3. मेरो बच्चाको निवेदन गत वर्ष स्वीकृत भएको थियो। के मैले नयाँ भर्नुपर्छ? पर्छ। तपाईंको बच्चाको निवेदन त्यो विद्यालय वर्ष र यो विद्यालय वर्षको पहिलो केही दिनका लागि मात्र काम लाग्छ। विद्यालयले तपाईंको बच्चा नयाँ विद्यालय वर्षका लागि योग्य छ भनेर भनेको अवस्थामा बाहेक तपाईंले नयाँ निवदेन पठाउनुपर्छ।
4. यदि मेरो घरको कोही युएस नागरिक होइन भने के मैले निवेदन पेश गर्नुपर्छ? पर्छ। निःशुल्क र सहुलियत मूल्यको खानाका लागि निवेदन दिन तपाईं, तपाईंको बच्चा वा परिवारका अन्य सदस्यहरू युएस नागरिक हुनुपर्दैन।
5. निःशुल्क वा सहुलियत मूल्यको खानाका लागि को योग्य छ? यो वर्ष, हाम्रो विद्यालयका सबै विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा निःशुल्क ब्रेकफास्ट र लन्च पाउनेछन्। तर केही विद्यार्थीहरू मात्र निःशुल्क खानाका लागि “योग्य” हुनेछन्। तिनीहरू यी हुन्ः
   * **3SquaresVT (SNAP) वा रिच अप (TANF)** बाट फाइदा प्राप्त गरिरहेका घरपरिवारका सबै बालबालिका।
   * पालनपोषण हेरचाह एजेन्सी वा अदालतको कानूनी जिम्मेवारीमा रहेका बालबालिका।
   * आफ्नो विद्यालयको हेड स्टार्ट कार्यक्रममा सहभागी भएका बालबालिकाहरू।
   * **घरबिहीन, भागेका** वा **आप्रवासी**को परिभाषामा पर्ने बालबालिका।

यदि घरपरिवारको आम्दानी संघीय आय योग्यता निर्देशिकाहरूको सिमाभित्र छ भने बालबालिका निःशुल्क वा सहुलियत मूल्यको खानाका लागि “योग्य” हुन सक्छन्। तपाईंको घरपरिवारको आम्दानी यो चार्टको सिमामा वा त्यसको तल पर्छ भने तपाईंको बालबालिका निःशुल्क वा सहुलियत मूल्यको खानाका लागि योग्य हुन सक्छन्।

| विद्यालय वर्ष 2022-2023 का लागि संघीय आय योग्यता निर्देशिकाहरू | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **घरधुरीको आकार** | **वार्षिक** | **मासिक** | **महिनामा दुइ पटक** | **हरेक दुइ हप्तामा** | **साप्ताहिक** |
| 1 | 25,142 | 2,096 | 1,048 | 967 | 484 |
| 2 | 33,874 | 2,823 | 1,412 | 1,303 | 652 |
| 3 | 42,606 | 3,551 | 1,776 | 1,639 | 820 |
| 4 | 51,338 | 4,279 | 2,140 | 1,975 | 988 |
| 5 | 60,070 | 5,006 | 2,503 | 2,311 | 1,156 |
| 6 | 68,802 | 5,734 | 2,867 | 2,647 | 1,324 |
| 7 | 77,534 | 6,462 | 3,231 | 2,983 | 1,492 |
| 8 | 86,266 | 7,189 | 3,595 | 3,318 | 1,659 |
| घरका हरेक अतिरिक्त सदस्यका लागि, थप्नुहोस् | 8,732 | 728 | 364 | 336 | 168 |

1. मेरो बच्चा घरविहीन, आप्रवासी वा भागेको भनी योग्य हुन्छ भनी मैले कसरी थाहा पाउने?? के तपाईंको घरपरिवारको स्थायी ठेगाना छैन? के तपाईंहरू आश्रय, होटल वा अन्य अस्थायी आवास व्यवस्थामा सँगै बसिरहनुभएको छ? के तपाईंको परिवार मौसमी रूपमा बसाइ सरिरहन्छ? के तपाईंसँग आफ्नो पहिलेको परिवार वा घरपरिवार छोड्ने छनोट गरेका कोही बालबालिका छन्? यदि तपाईंलाई तपाईंको घरमा रहेका बालबालिकाले यी विवरणहरू पुरा गर्छन् र तपाईंको बालबालिकाले निःशुल्क खाना प्राप्त गर्छन् भनिएको छैन भने, कृपया **[school, homeless liaison or migrant coordinator] लाई कल वा इमेल गर्नुहोस्।**
2. मैले WIC पाउँछु। के मेरा बालबालिका निःशुल्क खानका लागि योग्य छन्? WIC मा सहभागी भएका घरपरिवारका बालबालिका निःशुल्क वा सहुलियत मूल्यको खानाका लागि योग्य हुन सक्छन् तर खानाको निवेदन चाहिन्छ। कृपया एउटा निवेदन पठाउनुहोस्।
3. के मैले दिने जानकारी जाँच गरिनेछ? हामीले तपाईंलाई तपाईंले जानकारी दिनुभएको घरधुरीको आम्दानीको लिखित प्रमाण पठाउन सम्पर्क गर्न सक्नेछौं।
4. यदि म अहिले योग्य छैन भने, के मैले पछि निवेदन दिन सक्छु? हो, तपाईंले विद्यालय वर्षभर जुनसुकै समयमा निवेदन दिन सक्नुहुन्छ। उदाहरणका लागि, यदि घरपरिवारको आम्दानी सिमाभन्दा तल झरेमा बेरोजगार हुने मातापिता वा अभिभावकका बालबालिका निःशुल्क र सहुलियत मूल्यको खानाका लागि योग्य हुन सक्छन्। यदि तपाईंको आम्दानी विद्यालय वर्षको क्रममा घटेमा, कृपया नयाँ निवेदन पेश गर्नुहोस्। यदि तपाईंको आम्दानी बढेमा नयाँ निवेदन पेश गर्नुपर्दैन।
5. यदि म मेरो निवेदनको सम्वन्धमा विद्यालयको निर्णयसँग असहमत भएमा के हुन्छ? तपाईंले तपाईंको विद्यालयका अधिकारीहरूसँग कुरा गर्नुपर्छ। तपाईंले: **[name, address, phone number, e-mail]**मा कल गरेर वा लेखेर पनि सुनुवाइको माग गर्न सक्नुहुन्छ।
6. यदि मेरो आम्दानी सधैं समान नभए के गर्ने? सामान्यतयाः तपाईंले प्राप्त गर्ने रकमलाई सूचीकृत गर्नुहोस्। उदाहरणका लागि, यदि तपाईंले सामान्यतयाः हरेक महिना $1,000 कमाउनुहुन्छ तर गत महिना तपाईंले केही काम छुटाउनुभयो र जम्मा $900 कमाउनुभयो भने तपाईंले मासिक $1,000 कमाउने उल्लेख गर्नुहोस्। यदि तपाईंले सामान्यतयाः ओभरटाइम पाउनुहुन्छ भने, त्यसलाई उल्लेख गर्नुहोस् तर यदि तपाईंले कहिलेकाहिँ मात्र काम गर्नुहुन्छ भने समावेश नगर्नुहोस्। यदि तपाईंले जागिर गुमाउनुभयो वा तपाईंको काम गर्ने घण्टा वा पारिश्रमिक घटेको छ भने, तपाईंको अहिलेको आम्दानी प्रयोग गर्नुहोस्।
7. यदि तपाईंको घरकाकेही सदस्यको उल्लेख गर्नका लागि कुनै आम्दानी छैन भने के गर्ने? घरपरिवारका मानिसले हामीले निवेदनमा उल्लेख गर्न भनेका आम्दानीका प्रकारहरू प्राप्त नगर्न सक्छन् वा कुनै पनि आम्दानी प्राप्त नगर्न सक्छन्। जहाँ यस्तो हुन्छ, कृपया त्यस क्षेत्रमा ‘0’ लेख्नुहोस्। तथापी, यदि कुनै पनि आम्दानीको क्षेत्र खाली छोडिन्छ भने, तिनीहरूलाई पनि शून्यको रूपमा गणना गरिनेछ। कृपया आम्दानीको क्षेत्रहरू खाली छोड्दा ध्यान पुर्याउनुहोस् किनभने हामीले तपाईंले त्यसो गर्न खोज्नुभयो भनी अनुमान गर्छौं।
8. हामी सेनामा छौं। के हामीले हाम्रो आम्दानी फरक तरिकाले उल्लेख गर्नुपर्छ? तपाईंको आधारभूत तलव र नगद बोनसलाई आम्दानीको रूपमा उल्लेख गर्नुपर्छ। यदि तपाईंले अफबेस हाउजिङ, खाना वा कपडाका लागि कुनै नगद मूल्यको भत्ता पाउनुहुन्छ वा पारिवारिक निर्वाह पुरक भत्ता भुक्तानीहरू पाउनुहुन्छ भने, त्यसलाई आम्दानीमा समावेश गर्नुपर्छ। तथापी, यदि तपाईंको आवास सैनिक आवास निजीकरण पहलको अंग हो भने, तपाईंको आवास भत्तालाई आम्दानीमा समावेश नगर्नुहोस्। कतै खटनपटनबाट हुने थप कम्ब्याट भुक्तानी पनि आम्दानीमा समेटिदैंन।
9. यदि मेरो परिवारका लागि निवेदनमा पर्याप्त स्थान छैन भने के गर्ने? घरपरिवारका थप सदस्यहरूलाई कागजको छुट्टै टुक्रामा सूचीकृत गर्नुहोस् र त्यसलाई तपाईंको निवेदनमा संलग्न गर्नुहोस्। दोस्रो निवेदन प्राप्त गर्नका लागि **[name, address, phone number, e-mail] मा सम्पर्क गर्नुहोस्।**
10. मेरो परिवारलाई थप सहायता चाहिन्छ। के हामीले निवेदन दिन सक्ने अरू कुनै कार्यक्रमहरू छन्? तपाईंको परिवारलाई खाना उपलब्ध गराउन सहयोग गर्ने धेरै कार्यक्रमहरू छन्!
    * 3SquaresVT ले तपाईंलाई ग्रोसरी स्टोर, किसानको बजार र अनलाईनमा खाना किन्नका लागि सहयोग गर्न सक्छ। 3SquaresVT का फाइदाहरू हरेक महिना EBT कार्डमा जम्मा गरिन्छ जसले डेविट कार्डजसरी नै काम गर्छ। **3SquaresVT** वा अन्य सहायता लाभहरूका लागि कसरी आवेदन दिने भनी थाहा पाउन <https://dcf.vermont.gov/mybenefits> वा **1-800-479-6151मा कल गर्नुहोस्। तपाईंले VFBSNAP लाई 85511 मा पनि टेक्स्ट गर्न सक्नुहुन्छ।**
    * **यदि तपाईं गर्भवती वा पाँच वर्षमुनिको बच्चाको हेरचाहकर्ता वा मातापिता हुनुहुन्छ भने, WIC ले स्वस्थ खानाले सहयोग गर्न सक्छ। VTWIC लाई 85511 मा टेक्स्ट गर्नुहोस् वा 1-800-464-4343 मा कल गर्नुहोस्।**
    * **सहयोग गर्न सक्ने कार्यक्रमहरूको बारेमा थप थाहा पाउन 2-1-1 मा कल गर्नुहोस्। यदि तपाईंलाई तत्काल खाना चाहिएको छ भने 2-1-1 ले पनि सहयोग गर्न सक्छ। 2-1-1 कल सेन्टर दिनमा 24 घण्टा/सातामा सात दिन उपलब्ध छ।**