**नि:शुल्क र मूल्य घटाइएको विद्यालय खानाका बारेमा बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू**

आदरणीय आमाबुवा/अभिभावक:

बच्चाहरूलाई शिक्षा हासिल गर्नको लागि स्वस्थ भोजन आवश्यक छ। **[Name of School/School District]** ले विद्यालय खुलेको हरेक दिन स्वस्थ खाना प्रदान गर्दछ। नास्ताको लागत **[$ insert full price breakfast cost]** हो; खानाको लागत **[$ insert full price lunch cost]** हो। **तपाईंका बालबालिका नि:शुल्क खानाका लागि वा मूल्य घटाइएको खानाका लागि योग्य हुनसक्छन्।** यस प्याकेटले नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको खाना लाभहरूको आवेदन र विस्तृत निर्देशनहरूको सेट समावेश गर्छ। तपाईंलाई आवेदन प्रक्रियामा मद्दत गर्नका लागि तल केही सामान्य प्रश्न र तिनीहरूको उत्तरहरू छन्।

1. नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको खाना कसले प्राप्त गर्न सक्छ?
   * **3 Squares VT** वा **Reach-Up** बाट लाभहरू प्राप्त गर्ने परिवारका सबै बालबालिका नि:शुल्क खानाका लागि योग्य छन्।
   * फोस्टर स्याहार एजेन्सी वा अदालतको कानूनी जिम्मेवारी अन्तर्गतका फोस्टर बालबालिका निःशुल्क खानाको लागि योग्य हुन्छन्।
   * स्कूलको Head Start कार्यक्रममा सहभागी बालबालिका नि:शुल्क खानाका लागि योग्य छन्।
   * घरबारबिहीन, घरबाट भागेका वा बसाइ सरेकाको परिभाषासँग मेल खाने बालबालिका नि:शुल्क खानाका लागि योग्य छन्।
   * यदि तपाईंको घरायसी आम्दानी संघीय आम्दानी योग्यता निर्देशिकामा सूचित भन्दा बाहिरी सीमाभित्र परेमा पनि तपाईंका बालबालिकाले निःशुल्क वा मूल्य घटाइएको खाना प्राप्त गर्न सक्छन्। यदि तपाईंको घरायसी आम्दानी यस चार्टमा भएको भन्दा थोरै भए वा सीमा मुनि भए तपाईंका बालबालिका नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको खानाका लागि योग्य हुनसक्छन्।

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| विद्यालय वर्ष 2020-2021 को लागि संघीय योग्यता आम्दानी चार्ट | | | |
| परिवारको आकार | वार्षिक | मासिक | साप्ताहिक |
| 1 | 23,606 | 1,968 | 454 |
| 2 | 31,894 | 2,658 | 614 |
| 3 | 40,182 | 3,349 | 773 |
| 4 | 48,470 | 4,040 | 933 |
| 5 | 56,758 | 4,730 | 1,092 |
| 6 | 65,046 | 5,421 | 1,251 |
| 7 | 73,334 | 6,112 | 1,411 |
| 8 | 81,622 | 6,802 | 1,570 |
| प्रत्येक अतिरिक्त व्यक्ति: | 8,288 | 691 | 160 |

1. मेरो बालबालिका घरबारबिहीन, बसाइ सरेका वा घरबाट भागेकाको रूपमा योग्य हुन्छन् भनी मैले कसरी थाहा पाउने? तपाईंको पारिवारिक सदस्यहरूको स्थायी ठेगाना छैन? तपाईं सबै एकसाथमा आश्रय, होटल वा अन्य अस्थायी आवासमा बस्दै हुनुहुन्छ? तपाईंको परिवार समयानुकूल आधारमा पुनर्स्थापित हुन्छ? तपाईंसँग आफ्नो पूर्व परिवार वा घर छोड्न चाहने बालबालिका बस्दै छन्? यदि तपाईंलाई तपाईंको परिवारका बालबालिकाले यी व्याख्याहरूलाई पूरा गर्छन् भन्ने लाग्छ र तपाईंका बालबालिकाले नि:शुल्क खाना प्राप्त गर्नेछन् भनी तपाईंलाई बताइएको छैन भने, कृपया **[name of school, name of homeless liaison or migrant coordinator, phone number, email address]** लाई फोन सम्पर्क गर्नुहोस् वा इमेल गर्नुहोस्।
2. के मैले प्रत्येक बच्चाको लागि एक-एक वटा आवेदन भर्न आवश्यक छ? छैन। तपाईंको घरका सबै विद्यार्थीहरूका लागि एउटा नि:शुल्क तथा मूल्य घटाइएको विद्यालय खाना आवेदन प्रयोग गर्नुहोस्। हामी पूरा नभरेको आवेदनलाई अनुमोदन गर्न सक्दैनौं, त्यसैले सबै आवश्यक जानकारी भर्नेमा निश्चित हुनुहोस्। निम्न ठेगानामा पूरा गरिएको आवेदन फिर्ता गर्नुहोस्: **[name, address, phone number (to return the completed application)]**।
3. यस विद्यालय वर्षमा मेरा बालबालिका नि:शुल्क खानाको लागि पहिले नै स्वीकृत गरिएका छन् भन्ने पत्र मलाई प्राप्त भयो भने मैले आवेदन गर्नु पर्छ? पर्दैन, तर तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको पत्रलाई ध्यान दिएर पढ्नुहोस् र निर्देशनहरूको पालन गर्नुहोस्। यदि तपाईंको परिवारको कुनै बालबालिका तपाईंको योग्यता सूचनामा छूटेका थिए भने, **[name, address, phone number, e-mail (of the person they should contact to add children who were not listed on their DC Pre Approval Letter)]**  लाई तुरून्तै सम्पर्क गर्नुहोस्।
4. म अनलाइन आवेदन दिन सक्छु? सक्नुहुन्छ! यदि तपाईं सक्षम हुनुहुन्छ भने तपाईंलाई कागजी आवेदनको सट्टामा अनलाइन आवेदन भर्न प्रोत्साहित गरिन्छ। अनलाइन आवेदनका लागि पनि सोही आवश्यकताहरू आवश्यक छन् र तपाईंलाई कागजी आवेदनमा उपलब्ध गराउने सोही जानकारी उपलब्ध गराउन अनुरोध गरिनेछ। सुरु गर्न वा अनलाइन आवेदनको बारेमा थप जान्नका लागि **[website for online application]** मा जानुहोस्। यदि तपाईंसँग अनलाइन आवेदन बारेमा कुनै प्रश्नहरू छन् भने **[name, address, phone number, e-mail (to contact for application questions)] लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।**
5. मेरो बच्चाको आवेदन गत वर्ष स्वीकृत भएको थियो। के मैले अर्को भर्न आवश्यक छ? हो। तपाईंको बच्चाको आवेदन त्यो विद्यालय वर्ष र यो विद्यालय वर्षका **[end date of carryover period]** देखि सुरुका केही दिनका लागि मात्र उपयुक्त थियो। तपाईंले विद्यालयले नयाँ विद्यालय वर्षका लागि तपाईंको बच्चा योग्य छ भनी तपाईंलाई नभन्दासम्म नयाँ आवेदन पठाउनुपर्छ। यदि तपाईंले स्कूलले स्वीकृत गरेको नयाँ आवेदनमा पठाउनुहुन्न वा तपाईंको बच्चा नि:शुल्क खानाको लागि योग्य भएको बारेमा सूचित गरिएको छैन भने, तपाईंको बच्चालाई खानाका लागि पूर्ण शुल्क लगाइनेछ।
6. मैले WIC प्राप्त गर्छु। मेरा बालबालिकाले नि:शुल्क खाना प्राप्त गर्न सक्छन्? WIC मा सहभागी घरका बालबालिका निःशुल्क वा मूल्य घटाइएका खानाका लागि योग्य हुन सक्छन्। कृपया आवेदनमा पठाउनुहोस्।
7. के मैले उपलब्ध गराएका जानकारीको जाँच गरिनेछ? हो, जाँच गरिनेछ। हामी तपाईंलाई तपाईंले रिपोर्ट गर्नुभएको परिवार आम्दानीको लिखित प्रमाण पठाउन पनि अनुरोध गर्न सक्नेछौं।
8. यदि म अहिले योग्य नभएमा, के मैले पछि आवेदन दिन सक्छु?सक्नुहुन्छ, तपाईंले विद्यालय वर्ष अवधिमा कुनैपनि समयमा आवेदन दिन सक्नुहुन्छ। उदाहरणका लागि, यदि घरायसी आम्दानी कम भएर आम्दानी सीमाभन्दा मुनि भए बेरोजगार आमाबुवा वा अभिभावकका बालबालिका नि:शुल्क तथा मूल्य घटाइएका खानाका लागि योग्य हुन सक्छन्।
9. यदि मेरो आवेदन बारे विद्यालयको निर्णयसँग मैले असहमति जनाए के हुन्छ?तपाईंले विद्यालय अधिकारीहरूसँग कुरा गर्नुपर्छ। तपाईंले निम्न ठेगानामा फोन गरी वा पत्र पठाएर सुनुवाईका लागि पनि अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ **[name, address, phone number, e-mail (of person they can call if they disagree with the eligibility determination)]**।
10. यदि मेरो घरको कुनै व्यक्ति अमेरिकी नागरिक नभए के मैले आवेदन दिन सक्छु?सक्नुहुन्छ। तपाईं, तपाईंका बालबालिका वा अन्य परिवार सदस्यहरू निःशुल्क वा मूल्य घटाइएको खानाको लागि योग्य हुन अमेरिकी नागरिक हुनु पर्दैन।
11. यदि मेरो आम्दानी सधैं एउटै नरहेमा के गर्ने?तपाईंले सामान्यतया प्राप्त गर्ने रकम सूचीबद्ध गर्नुहोस्। उदाहरणका लागि, यदि तपाईंले सामान्यतया प्रत्येक महिना $1000 बनाउनुभयो, तर तपाईंले पछिल्लो महिना केही कार्य छुटाउनु भयो र मात्र $900 बनाउनुभयो भने, तपाईंले प्रति महिना $1000 बनाउनुहुन्छ भनी लेख्नुहोस्। यदि तपाईंले सामान्यतया ओभरटाइम पाउनुभयो भने, यसलाई समावेश गर्नुहोस्, तर यदि तपाईंले कहिलेकाहीं मात्र ओभरटाइम कार्य गर्नुहुन्छ भने यसलाई समावेश नगर्नुहोस्। यदि तपाईंले जागिर गुमाउनु भयो वा तपाईंको कार्य घण्टा वा ज्याला कम भएमा, तपाईंको हालको आम्दानी प्रयोग गर्नुहोस्।
12. यदि परिवारका कुनै सदस्यहरूसँग रिपोर्ट गर्नका लागि आम्दानी नभएमा के गर्ने? हामीले आवेदनमा रिपोर्ट गर्न तपाईंलाई अनुरोध गरेका केही आम्दानी प्रकार परिवार सदस्यहरूले प्राप्त नगर्न सक्छन् वा आम्दानी नै प्राप्त नगर्न सक्छन्। यस्तो अवस्था आएमा कृपया भागमा पनि 0 लेख्नुहोस्। यद्यपि, यदि कुनै आम्दानी भागलाई खाली राखिएको छ भने, तिनीहरूलाई पनि शून्यको रूपमा गणना गरिनेछ। कृपया आम्दानी भागहरू खाली छोड्दा ध्यान दिनुहोस् किनकी हामी तपाईंले खाली छोड्नुभएको हो भन्ने सोच्नेछौं।
13. हामी सेनामा थियौं। हामीले हाम्रो आम्दानी फरक तरिकामा रिपोर्ट गर्नुपर्छ?तपाईंको आधारभूत तलब र नगद बोनसहरूलाई आम्दानीको रूपमा रिपोर्ट गर्नुपर्छ। यदि तपाईंले गैर आधारित आवास, खाना वा कपडाका लागि कुनै नगद भत्ता प्राप्त गर्नुहुन्छ भने, यसलाई पनि तपाईंको आम्दानीको रूपमा समावेश गर्नुपर्छ। यद्दपि, यदि तपाईंको आवास सैन्य आवास निजीकरण पहलको भागमा छ भने, तपाईंको आवास भत्तालाई आम्दानीको रूपमा समावेश नगर्नुहोस्। तैनाथको आधारमा प्राप्त गर्ने कुनै पनि अतिरिक्त सैन्य भुक्तानीलाई पनि आम्दानीबाट हटाउनुपर्छ।
14. यदि परिवारको लागि आवेदनमा पर्याप्त ठाउँ छैन भने के गर्ने? अतिरिक्त परिवार सदस्यहरूलाई अलग कागजको टुक्रामा सूचीबद्ध गर्नुहोस् र यसलाई तपाईंको आवेदनमा संलग्न गर्नुहोस्। दोस्रो आवेदन प्राप्त गर्न **[name, address, phone number, e-mail (of person they should contact to receieve a second application)] लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।**
15. मेरो परिवारलाई थप मद्दतको आवश्यकता छ। के त्यहाँ हामीले आवेदन दिनुपर्ने अन्य कार्यक्रमहरू छन्? **3SquaresVT** वा अन्य सहायता लाभहरूको आवेदन कसरी गर्ने भनी फेला पार्न, तपाईंको स्थानीय सहायता कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस् वा **211** मा फोन गर्नुहोस्।

यदि तपाईंसँग अन्य प्रश्नहरू भए वा मद्दतको आवश्यकता भएमा, **[phone number for assistance]** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

भवदीय,

**[Signature]**

**[Title]**

रिचार्ड बी. रुसेल राष्ट्रिय विद्यालय स्थापना ऐन (Richard B. Russell National School Lunch Act) लाई यस आवेदनमा उपलब्ध गराएको जानकारी आवश्यक छ। तपाईंले जानकारी उपलब्ध गराउनु पर्दैन, तर यदि तपाईंले यसो नगरेमा, हामी तपाईंको बच्चाको लागि नि:शुल्क वा कम मूल्य खानाको अनुमोदन गर्न सक्दैनौं। तपाईंले यस आवेदनमा हस्ताक्षर गरेको घरको वयस्क सदस्यको सामाजिक सुरक्षा नम्बरको अन्तिम चारवटा संख्या समावेश गर्नुपर्छ। सामाजिक सुरक्षा नम्बरका अन्तिम चार अङ्क तपाईंले पालेका बच्चाको लागि आवेदन गर्दा, वा तपाईंले पूरक पोषण सहयोग कार्यक्रम (SNAP) को सूची दिएमा, आवश्यक परिवारको लागि अस्थायी सहायता (TANF) कार्यक्रम वा भारतीय आरक्षणमा खाद्य वितरण कार्यक्रम (FDPIR) मामला नम्बर वा आफ्नो बच्चाको लागि अन्य FDPIR परिचय दिएमा वा तपाईंले आवेदनमा हस्ताक्षर गर्ने परिवारका वयस्क सदस्यको सामाजिक सुरक्षा नम्बर छैन भन्ने सङ्केत गरेमा आवश्यक पर्दैन। हामीले तपाईंको जानकारीलाई तपाईंको बच्चा नि:शुल्क वा कम मूल्य खानाका लागि, स्थापना र बिहानको खानाको प्रबन्ध तथा प्रवर्तनका लागि योग्य छ छैन भनि निर्धारण गर्नका लागि प्रयोग गर्नेछौं। हामीले शिक्षा, स्वास्थ्य, र पोषण कार्यक्रमहरुलाई तिनीहरुको कार्यक्रमहरुमा मूल्यांकन, अनुदान, वा लाभहरु निर्धारणमा तिनीहरुलाई मद्दत पुर्‍याउन, कार्यक्रम समीक्षाका लागि लेखापाललाई मद्दत पुर्‍याउन, र कार्यक्रम नियमहरुको उल्लंघन निरीक्षणमा कानून प्रवर्तक अधिकरीहरुलाई मद्दत पुर्‍याउन तपाईंको योग्यताको जानकारी साझा गर्न सक्छौं।

जाति, रङ, राष्ट्रिय मूल, लिङ्ग, अशक्तता, उमेर वा प्रतिशोध वा USDA द्वारा आयोजित वा वित्त व्यवस्था गरिएको कुनै पनि कार्यक्रम वा क्रियाकलापमा पूर्व मानव अधिकारहरूको लागि प्रतिशोधको आधारमा संघीय मानव अधिकार कानून तथा अमेरिकी कृषि विभाग (USDA) मानव अधिकार नियमन तथा नीतिहरू, USDA र यसका एजेन्सीहरू, कार्यालय, कर्मचारीहरू र USDA मा सहभागी भएका वा यसलाई प्रबन्ध गरिरहेका संस्थाहरूको अनुसार भेदभाव गर्न प्रतिबन्धित गरिएको छ।

कार्यक्रम जानकारीका लागि सञ्चारको वैकल्पिक साधनहरू ( जस्तै ब्रेल लिपी, ठूलो अक्षरमा छपाइ, अडियो टेप, अमेरिकन चिन्ह भाषा आदि) को आवश्यकता पर्ने असक्षमताहरू भएका व्यक्तिहरूले लाभहरूका लागि तिनीहरूले आवेदन गरेको एजेन्सी ( राज्य वा स्थानीय) मा सम्पर्क गर्नुपर्नेछ। बहिरा, सुन्नमा कठिनाइ भएका वा बोल्ने असक्षमताहरू भएका व्यक्तिहरूले (800) 877-8339; मा संघीय रिले सेवा (Federal Relay Service) को माध्यमबाट USDA लाई सम्पर्क गर्न सक्छन्। अतिरिक्त रूपमा, कार्यक्रमको जानकारीलाई अङ्ग्रेजी बाहेकका भाषाहरूमा उपलब्ध हुन सक्नेछन्।

कार्यक्रममा भेदभावको उजुरी दायर गर्नका लागि USDA कार्यक्रम भेदभाव फाराम, (AD-3027) अनलाइनमा: http://www.ascr.usda.gov/complaint\_filing\_cust.html, र कुनै पनि USDA कार्यालयमा पाइने फाराम भर्नुहोस् वा USDA लाई सम्बोधन गरी चिठ्ठी लेख्नुहोस् र फाराममा अनुरोध गरिएको सम्पूर्ण जानकारी उपलब्ध गराउँनुहोस्। सिकायत फारामको प्रतिलिपिको अनुरोध गर्नका लागि, (866) 632-9992 मा कल गर्नुहोस्। तपाईंको भरिएको फाराम वा चिठ्ठीलाई USDA मा यस अनुसार पेश गर्नुहोस्:

मेल: U.S. Department of Agriculture

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410

फ्याक्स: (202) 690-7442; वा

email: program.intake@usda.gov.

यो संस्थान एउटा समान अवसर 􀄤दायक हो।

**नि:शुल्क र मूल्य घटाइएको विद्यालय खानाका लागि कसरी आवेदन दिने**

कृपया नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको विद्यालय खानाका लागि आवेदन भर्न तपाईंको मद्दतका निमित्त यी निर्देशनहरूको पालना गर्नुहोस्। तपाईंको बालबालिका [School District]मा एकभन्दा धेरै विद्यालयमा उपस्थित हुने भएपनि तपाईंले एउटा परिवारको लागि एउटा मात्र आवेदन पेश गर्नुपर्छ। तपाईंको बालबालिकाको लागि नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको विद्यालय खानाका लागि प्रमाणित गर्न आवेदनलाई पूर्ण रूपमा भर्नुपर्छ। कृपया यी निर्देशहरूको क्रम अनुसार पालना गर्नुहोस्! निर्देशनहरूका प्रत्येक चरण तपाईंको आवेदनमा भएका चरणसँग समान छन्। यदि कुनैपनि समयमा तपाईं अब के गर्ने भन्ने बारेमा निश्चित हुनुहुन्न भने, कृपया [School/school district contact here; phone and email preferred]. मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

**कृपया आवेदन भर्न पेन (पेन्सिल होइन) प्रयोग गर्नुहोस् र स्पष्ट रूपमा देखिने गरी प्रिन्ट गर्नुहोस्।**

| **चरण 1: तपाईंको परिवारका ग्रेड 12 सम्म र सहितका शिशु, बालबालिका र विद्यार्थीहरूलाई सूचीबद्ध गर्नुहोस्** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| तपाईंको परिवारमा कति जना शिशु, बालबालिका र स्कूले विद्यार्थीहरू बस्छन् हामीलाई बताउनुहोस्। तपाईंको परिवारको हिस्सा हुनका लागि तपाईंसँग उनीहरूको सम्बन्ध हुनु आवश्यक छैन।  **मैले यहाँ कसलाई सूचीबद्ध गर्नुपर्छ?** यस भागमा भर्दा, कृपया तपाईंको परिवारका निम्न सबै सदस्यहरूलाई समावेश गर्नुहोस्:   * 18 वर्ष वा सोभन्दा मुनिका र परिवारको आम्दानीमा निर्भर बालबालिका; * तपाईंको स्याहार अन्तर्गत फोस्टर स्याहारका वा घरबारबिहीन, बसाइ सरेर आएका वा घरबाट भागेका बालबालिका; * जुनसुकै उमेरका [school/school district here] मा उपस्थित विद्यार्थीहरू। | | | |
| **A)** **प्रत्येक बच्चाको नाम लेख्नुहोस्।** प्रत्येक बच्चाको नाम प्रिन्ट गर्नुहोस्। प्रत्येक बच्चाको लागि आवेदनको एउटा रेखा प्रयोग गर्नुहोस्। नामहरू प्रिन्ट गर्दा, प्रत्येक बाकसमा एउटा अक्षर लेख्नुहोस्। यदि तपाईंलाई नाम लेख्न ठाउँ पुगेन भने रोकिनुहोस्। यदि आवेदनमा भएका रेखा संख्याभन्दा बालबालिकाको संख्या धेरै भएमा, अतिरिक्त बालबालिकाको लागि सबै आवश्यक जानकारी सहित अर्को कागजको टुक्रा यसमा संलग्न गर्नुहोस्। | **B) बच्चा [name of school/school district here] मा पढ्छ?** कुन बालबालिकाले [name of school/school district here] मा पढ्छन् भनी हामीलाई बताउन “विद्यार्थी” शीर्षक अन्तर्गतको स्तम्भमा ‘हो’ वा ‘होइन’ चिन्ह लगाउनुहोस्। यदि तपाईंले ‘हो’ चिन्ह लगाउनुहुन्छ भने, दायाँ भागमा रहेको ‘ग्रेड’ स्तम्भमा विद्यार्थीको ग्रेड स्तर लेख्नुहोस्। | **C) तपाईंका कुनै फोस्टर बालबालिका छन्?** यदि कुनै बालबालिकालाई फोस्टर बालबालिकाको रूपमा सूचीबद्ध गरिएमा, बच्चाको नामको छेउको “फोस्टर बच्चा” बाकसमा चिन्ह लगाउनुहोस्। यदि तपाईंले फोस्टर बालबालिकाका लागि मात्र आवेदन दिंदै हुनुहुन्छ भने, **चरण 1** को समाप्तिपछि **चरण 4** मा जानुहोस्।  तपाईंसँगै बस्ने फोस्टर बालबालिकालाई तपाईंको परिवारको सदस्यको रूपमा गणना गर्न सकिनेछ र तपाईंको आवेदनमा सूचीबद्ध गर्नुपर्छ। यदि तपाईं फोस्टर र गैर-फोस्टर बालबालिका दुबैका लागि आवेदन दिंदै हुनुहुन्छ भने, चरण 3 मा जानुहोस्। | **D)** **के घरबारबिहीन, बसाइ सरेर आएका वा घरबाट भागेका बालबालिका छन्?** यदि तपाईंलाई यस भागमा सूचीबद्ध गरिएको कुनै बच्चाले यस मापदण्ड पूरा गर्छ भन्ने विश्वास लाग्छ भने, बच्चाको नामको छेउको “घरबारबिहीन, बसाइ सरेको आएको, घरबाट भागेको” बाकसमा चिन्ह लगाउनुहोस् र आवेदनका सबै चरणहरू पूरा गर्नुहोस्। |

| **चरण 2: परिवारका कुनै सदस्य हालै SNAP, TANF वा FDPIR मा सहभागी हुनुहुन्छ?** | |
| --- | --- |
| **यदि तपाईंको परिवारको कुनै सदस्य (तपाईं सहित) हालै तल सूचीबद्ध गरिएका एक वा धेरै सहायता कार्यक्रममा सहभागी हुनुहुन्छ भने, तपाईंका बालबालिका नि:शुल्क विद्यालय खानाका लागि योग्य हुन्छन्:**   * पूरक पोषण सहायता कार्यक्रम (Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)) वा **3SquaresVT**। * आवश्यकतामा रहेका परिवारहरूको लागि अस्थायी सहायता (Temporary Assistance for Needy Families (TANF) वा **Reach-Up**। * भारतीय आरक्षणमा खाद्य वितरण कार्यक्रम (Food Distribution Program on Indian Reservations (FDPIR)। | |
| **A)** **यदि तपाईंको परिवारको कुनै पनि व्यक्ति माथि सूचीबद्ध गरिएका कुनै पनि कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुनुहुन्न भने:**   * **चरण 2** लाई खाली छोड्नुहोस् र **चरण 3** मा जानुहोस्। | **B)** **यदि तपाईंको परिवारको कुनै व्यक्ति माथि सूचीबद्ध गरिएका कुनै पनि कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुनुहुन्छ भने:**   * SNAP, TANF वा FDPIR का लागि केस नम्बर लेख्नुहोस्। तपाईंले एउटा मात्र केस नम्बर उपलब्ध गराउन आवश्यक छ। यदि तपाईं यी मध्ये कुनै एउटा कार्यक्रममा सहभागी हुनुहुन्छ र केस नम्बर थाहा छैन भने, यहाँ सम्पर्क गर्नुहोस्: **Call 1-800-479-6151** * **चरण 4** मा जानुहोस्। |

| **चरण 3: परिवारका सबै सदस्यहरूको आम्दानी रिपोर्ट गर्नुहोस्** | | |
| --- | --- | --- |
| **मैले मेरो आम्दानीको रिपोर्ट कसरी गर्ने?**   * यदि तपाईंको परिवारले आम्दानीको बारेमा रिपोर्ट गर्नुपर्छ पनि भनी निर्धारण गर्न आवेदनको पछाडि भागमा प्रिन्ट गरिएको **“वयस्कको आम्दानी स्रोत”** र **“बालबालिकाको आम्दानीको स्रोत”** नामक शीर्षक रहेको चार्टहरूको प्रयोग गर्नुहोस्। * सबै रकमलाई कूल आम्दानीमा मात्र रिपोर्ट गर्नुहोस्। सबै आम्दानीलाई पूर्ण अंकीय डलरमा रिपोर्ट गर्नुहोस्। सेन्टहरू समावेश नगर्नुहोस्।   + कूल आम्दानी भनेको कर तिर्नु अगाडिको कूल आम्दानी हो   + धेरैजसो मानिसले आम्दानीलाई जम्मा, “कूल” रकम नभएर “घर लैजाने” रकमको रूपमा सोच्छन्। तपाईंले यस आवेदनमा रिपोर्ट गर्नुभएको आम्दानी कर, बीमा प्रिमियम वा तपाईंको तलबबाट काटिने कुनै रकमको भुक्तानमा कम रकम देखाइएको छैन भनी निश्चित गर्नुहोस्। * आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्न छैन भने कुनै पनि भागमा “0” लेख्नुहोस्। खाली राखिएको कुनै पनि आम्दानी भागलाई पनि शून्यको रूपमा गणना गरिनेछ। यदि तपाईंले ‘0’ लेख्नुहुन्छ वा कुनै भागलाई खाली छोड्नुहुन्छ भने, तपाईंले रिपोर्ट गर्नुपर्ने कुनै आम्दानी नभएको प्रमाणित (वाचा) गर्दै हुनुहुन्छ। यदि स्थानीय अधिकारीले तपाईंको परिवारको आम्दानी गलत तरिकाले रिपोर्ट गरिएको शंका गरेमा, तपाईंको आवेदनको छानबिन गरिनेछ। * प्रत्येक भागको दायाँ भागमा रहेका चिन्ह बाकसहरूको प्रयोग गरी प्रत्येक प्रकारका आम्दानी प्राय: कति पटक प्राप्त भयो भनी चिन्ह लगाउनुहोस्। | | |
| **3.A. बालबालिकाले आर्जन गरेको आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्** | | |
| **A**) **बालबालिकाले आर्जन गरेको वा प्राप्त गरेको सबै आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्।** चरण 1 मा सूचीबद्ध गरिएका तपाईंको परिवारका सबै बालबालिकाको संयुक्त कूल आम्दानीलाई “कूल बाल आम्दानी” चिन्हांकित बाकसमा रिपोर्ट गर्नुहोस्। तपाईंले फोस्टर बालबालिका सहित तपाईंका बाँकी बालबालिकाको लागि आवेदन दिंदै हुनुहुन्छ भने मात्र फोस्टर बालबालिकाको आम्दानीको गणना गर्नुहोस्।  ***बाल आम्दानी के हो?*** बाल आम्दानी भनेको तपाईंका बालबालिकालाई तपाईंको परिवारभन्दा बाहिरबाट प्रत्यक्ष रूपमा भुक्तान गरी प्राप्त गरेको रकम हो। धेरै परिवारमा कुनै पनि बाल आम्दानी हुँदैन। | | |
| **3.B वयस्कले आर्जन गरेको आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्** | | |
| **मैले यहाँ कसलाई सूचीबद्ध गर्नुपर्छ?**   * यस भागमा भर्दा, कृपया तपाईंसँग सम्बन्ध नभएका र तिनीहरूको आफ्नो आम्दानी प्राप्त नगर्ने भएपनि तपाईंसँगै बस्ने र आम्दानी तथा खर्चहरू साझा गर्ने तपाईंको परिवारका सबै वयस्क सदस्यहरूलाई समावेश गर्नुहोस्। * ***समावेश नगर्नुहोस् :***    + तपाईंसँगै बस्ने तर तपाईंको परिवारको आम्दानीद्वारा सहायता प्राप्त नभएका र तपाईंको पारिवारिक आम्दानीमा योगदान नगर्ने व्यक्तिहरू।   + बालबालिका र विद्यार्थीहरूलाई पहिले नै **चरण 1** मा सूचीबद्ध गरिएको छ। | | |
| **a)** **वयस्क परिवार सदस्यहरूको नाम सूचीबद्ध गर्नुहोस्।** “वयस्क परिवार सदस्यहरूको नाम लेख्नुहोस् (पहिलो र अन्तिम नाम)” चिन्हांकित बाकसमा तपाईंको परिवारको प्रत्येक सदस्यहरूको नाम लेख्नुहोस्। तपाईंले **चरण 1** मा सूचीबद्ध गर्नुभएका कुनै पनि परिवार सदस्यहरूको नाम नलेख्नुहोस्। यदि **चरण 1** मा सूचीबद्ध गरिएको बच्चाको आम्दानी छ भने, **चरण 3,** **भाग A** का निर्देशनहरूको पालना गर्नुहोस्। | **b) कामबाट प्राप्त हुने आम्दानीको रिपोर्ट गर्नुहोस्।** आवेदनको “जागिरबाट भएको आम्दानी” भागमा कामबाट प्राप्त सबै आम्दानीको रिपोर्ट गर्नुहोस्। यो साधारणतया तपाईंले आफ्नो जागिरबाट कमाएको रकम हो। यदि तपाईं स्वरोजगार व्यवसायी वा खेती मालिक हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो कूल आम्दानी रिपोर्ट गर्नुपर्नेछ।  ***म स्वरोजगार छु भने के गर्ने?*** उक्त कामबाट प्राप्त कूल रकमलाई आम्दानीको रूपमा रिपोर्ट गर्नुहोस्। यसलाई तपाईंको कूल रसिद वा राजस्वबाट तपाईंको व्यवसायको कूल सञ्चालन व्ययलाई घटाएर गणना गरिन्छ। | **c) सार्वजनिक सहायता/बाल सहायता/निर्वाह व्ययबाट प्राप्त आम्दानीको रिपोर्ट गर्नुहोस्।** आवेदनको “सार्वजनिक सहायता/बाल सहायता/निर्वाह व्यय” भागमा लागू हुने सबै आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्। चार्टमा सूचीबद्ध नगरिएको कुनै पनि सार्वजनिक सहायता लाभहरूको नगद मूल्य बारेमा रिपोर्ट नगर्नुहोस्। यदि आम्दानी बाल सहायता वा निर्वाह व्यय मार्फत प्राप्त हुन्छ भने, अदालतले आदेश दिएका भुक्तानीहरू मात्र रिपोर्ट गर्नुहोस्। अनौपचारिक तर नियमित भुक्तानीहरूलाई अर्को भागमा रहेको “अन्य” आम्दानीको रूपमा रिपोर्ट गर्नुपर्छ। |
| **d)** **पेन्सन/अवकाश/अन्य सबै आम्दानीबाट प्राप्त आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्।** आवेदनको “पेन्सन/अवकाश/अन्य सबै आम्दानी” भागमा लागू हुने सबै आम्दानी बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्। | **e)** **कूल परिवारको आकार बारेमा रिपोर्ट गर्नुहोस्।** “कूल परिवार सदस्य (बालबालिका र वयस्क)” भागमा परिवार सदस्यहरूको कूल संख्या प्रविष्ट गर्नुहोस्। यो संख्या **चरण 1** र **चरण 3** मा सूचीबद्ध गरिएको परिवार सदस्य संख्यासँग बराबर हुनुपर्छ। यदि तपाईंले आवेदनमा सूचीबद्ध नगर्नुभएका तपाईंका कुनै परिवार सदस्य हुनुहुन्छ भने, पछाडि फिर्ता जानुहोस् र तिनीहरूलाई थप्नुहोस्। सबै परिवार सदस्यहरूलाई सूचीबद्ध गर्न एकदमै महत्त्वपूर्ण हुन्छ किनकी तपाईंको परिवारको आकारले नि:शुल्क र कम मूल्य खानाको योग्यतामा प्रभाव पार्छ। | **f)** **तपाईंको सामाजिक सुरक्षा नम्बरको अन्तिम चार अंक प्रदान गर्नुहोस्।** वयस्क परिवार सदस्यले उपलब्ध गराइएको ठाउँमा आफ्नो सामाजिक सुरक्षा नम्बरको अन्तिम चार अंक प्रविष्ट गर्नुपर्छ। तपाईंसँग सामाजिक सुरक्षा नम्बर छैन भनेपनि तपाईं लाभहरूका लागि आवेदन दिनको लागि योग्य हुनुहुन्छ। यदि कुनै पनि वयस्क परिवार सदस्यसँग सामाजिक सुरक्षा नम्बर छैन भने, यस ठाउँलाई खाली छोड्नुहोस् र दायाँ भागमा लेबल गरिएको “SS छैन भने जाँच गर्नुहोस्” बाकसमा चिन्ह लगाउनुहोस्। |

| **चरण 4: सम्पर्क जानकारी र वयस्कको हस्ताक्षर** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| ***सबै आवेदनहरूमा परिवारको वयस्क सदस्यले हस्ताक्षर गर्नुपर्छ। आवेदनमा हस्ताक्षर गरेर, परिवारको सदस्यले सबै जानकारी तथ्य र पूर्ण रूपमा उपलब्ध गराइएको वाचा गर्नुहुन्छ। यस भागलाई पूरा गर्नु अगाडि, कृपया तपाईंले यस आवेदनको पछाडि भागमा रहेको गोपनीयता र नागरिक अधिकार कथनहरू पनि पढ्नुहोस्।*** | | | |
| **A)** **तपाईंको सम्पर्क जानकारी उपलब्ध गराउनुहोस्।** यदि यो जानकारी उपलब्ध छ भने उपलब्ध गराइएको भागमा तपाईंको हालको ठेगाना लेख्नुहोस्। यदि तपाईंको स्थायी ठेगाना छैन भने, यसले तपाईंको बच्चालाई नि:शुल्क वा मूल्य घटाइएको विद्यालय खानाका लागि अयोग्य बनाउँदैन। फोन नम्बर, इमेल ठेगाना वा दुबैको साझा वैकल्पिक छ तर यदि हामीले तपाईंलाई सम्पर्क गर्न आवश्यक परेमा यसले हामीलाई तपाईंसँग द्रुत सम्पर्क गर्न सहायता गर्छ। | **B) तपाईंको नाम प्रिन्ट गरी हस्ताक्षर गर्नुहोस्।** आवेदनमा हस्ताक्षर गर्ने वयस्कको नाम प्रिन्ट गर्नुहोस् र उक्त व्यक्तिले “वयस्कको हस्ताक्षर” बाकसमा हस्ताक्षर गर्छ। | **C)** **आजको मिति लेख्नुहोस्।** उपलब्ध गराइएको खाली ठाउँमा, बाकसमा आजको मिति लेख्नुहोस्। | **D) बालबालिकाको जातिय र साम्प्रदायिक पहिचानहरू साझा गर्नुहोस् (वैकल्पिक)।** आवेदनको पछाडि भागमा, हामी तपाईंलाई आफ्ना बालबालिकाको जाति र साम्प्रदायिकता बारेमा जानकारी साझा गर्न अनुरोध गर्छौं। यो भाग वैकल्पिक छ र यसले तपाईंको बच्चाको नि:शुल्क वा कम मूल्य विद्यालय खानाको योग्यतामा प्रभाव पार्दैन। |

रिचार्ड बी. रुसेल राष्ट्रिय विद्यालय स्थापना ऐन (Richard B. Russell National School Lunch Act) लाई यस आवेदनमा उपलब्ध गराएको जानकारी आवश्यक छ। तपाईंले जानकारी उपलब्ध गराउनु पर्दैन, तर यदि तपाईंले यसो नगरेमा, हामी तपाईंको बच्चाको लागि नि:शुल्क वा कम मूल्य खानाको अनुमोदन गर्न सक्दैनौं। तपाईंले यस आवेदनमा हस्ताक्षर गरेको घरको वयस्क सदस्यको सामाजिक सुरक्षा नम्बरको अन्तिम चारवटा संख्या समावेश गर्नुपर्छ। सामाजिक सुरक्षा नम्बरका अन्तिम चार अङ्क तपाईंले पालेका बच्चाको लागि आवेदन गर्दा, वा तपाईंले पूरक पोषण सहयोग कार्यक्रम (SNAP) को सूची दिएमा, आवश्यक परिवारको लागि अस्थायी सहायता (TANF) कार्यक्रम वा भारतीय आरक्षणमा खाद्य वितरण कार्यक्रम (FDPIR) मामला नम्बर वा आफ्नो बच्चाको लागि अन्य FDPIR परिचय दिएमा वा तपाईंले आवेदनमा हस्ताक्षर गर्ने परिवारका वयस्क सदस्यको सामाजिक सुरक्षा नम्बर छैन भन्ने सङ्केत गरेमा आवश्यक पर्दैन। हामीले तपाईंको जानकारीलाई तपाईंको बच्चा नि:शुल्क वा कम मूल्य खानाका लागि, स्थापना र बिहानको खानाको प्रबन्ध तथा प्रवर्तनका लागि योग्य छ छैन भनि निर्धारण गर्नका लागि प्रयोग गर्नेछौं। हामीले शिक्षा, स्वास्थ्य, र पोषण कार्यक्रमहरुलाई तिनीहरुको कार्यक्रमहरुमा मूल्यांकन, अनुदान, वा लाभहरु निर्धारणमा तिनीहरुलाई मद्दत पुर्‍याउन, कार्यक्रम समीक्षाका लागि लेखापाललाई मद्दत पुर्‍याउन, र कार्यक्रम नियमहरुको उल्लंघन निरीक्षणमा कानून प्रवर्तक अधिकरीहरुलाई मद्दत पुर्‍याउन तपाईंको योग्यताको जानकारी साझा गर्न सक्छौं।

जाति, रङ, राष्ट्रिय मूल, लिङ्ग, अशक्तता, उमेर वा प्रतिशोध वा USDA द्वारा आयोजित वा वित्त व्यवस्था गरिएको कुनै पनि कार्यक्रम वा क्रियाकलापमा पूर्व मानव अधिकारहरूको लागि प्रतिशोधको आधारमा संघीय मानव अधिकार कानून तथा अमेरिकी कृषि विभाग (USDA) मानव अधिकार नियमन तथा नीतिहरू, USDA र यसका एजेन्सीहरू, कार्यालय, कर्मचारीहरू र USDA मा सहभागी भएका वा यसलाई प्रबन्ध गरिरहेका संस्थाहरूको अनुसार भेदभाव गर्न प्रतिबन्धित गरिएको छ।

कार्यक्रम जानकारीका लागि सञ्चारको वैकल्पिक साधनहरू ( जस्तै ब्रेल लिपी, ठूलो अक्षरमा छपाइ, अडियो टेप, अमेरिकन चिन्ह भाषा आदि) को आवश्यकता पर्ने असक्षमताहरू भएका व्यक्तिहरूले लाभहरूका लागि तिनीहरूले आवेदन गरेको एजेन्सी ( राज्य वा स्थानीय) मा सम्पर्क गर्नुपर्नेछ। बहिरा, सुन्नमा कठिनाइ भएका वा बोल्ने असक्षमताहरू भएका व्यक्तिहरूले (800) 877-8339; मा संघीय रिले सेवा (Federal Relay Service) को माध्यमबाट USDA लाई सम्पर्क गर्न सक्छन्। अतिरिक्त रूपमा, कार्यक्रमको जानकारीलाई अङ्ग्रेजी बाहेकका भाषाहरूमा उपलब्ध हुन सक्नेछन्।

कार्यक्रममा भेदभावको उजुरी दायर गर्नका लागि USDA कार्यक्रम भेदभाव फाराम, (AD-3027) अनलाइनमा: http://www.ascr.usda.gov/complaint\_filing\_cust.html, र कुनै पनि USDA कार्यालयमा पाइने फाराम भर्नुहोस् वा USDA लाई सम्बोधन गरी चिठ्ठी लेख्नुहोस् र फाराममा अनुरोध गरिएको सम्पूर्ण जानकारी उपलब्ध गराउँनुहोस्। सिकायत फारामको प्रतिलिपिको अनुरोध गर्नका लागि, (866) 632-9992 मा कल गर्नुहोस्। तपाईंको भरिएको फाराम वा चिठ्ठीलाई USDA मा यस अनुसार पेश गर्नुहोस्:

मेल: U.S. Department of Agriculture

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410

फ्याक्स: (202) 690-7442; वा

email: program.intake@usda.gov.

यो संस्थान एउटा समान अवसर 􀄤दायक हो।