Punjabi Translation

ਪੰਜ ਝੱਟ-ਪੱਟ ਸੁਝਾਅ

ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟੀ ਹੋਈ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ

ਸਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

1. ਜੇਕਰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਕੂਲ ਅਰਜ਼ੀ ਉੱਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ। ਕਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਬਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ।

2. ਜੇਕਰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ (1) ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਭਗੌੜਾ ਜਾਂ ਬੇਘਰ ਵਿਅਕਤੀ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਸਕੂਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਕੋਲੋਂ ਇਸ ਸਟੇਟਸ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?

3. ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਸੂਚਨਾ ਪੱਤਰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਣ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੂਚਨਾ ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੇਸ ਨੰਬਰ

4. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਕਦਮ 2 ਵਿੱਚ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ SNAP ਅਤੇ/ਜਾਂ TANF ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ, ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਹਿਊਮਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (DHHS) ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ SNAP ਅਤੇ/ਜਾਂ TANF ਯੋਗਤਾ ਲਈ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਨੋਟਿਸ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ DHHS ਕੋਲੋਂ ਫੈਸਲੇ ਦੇ ਨੋਟਿਸ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ 1-844-ASK-DHHS ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

SNAP = ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਨਯੂਟ੍ਰਿਸ਼ਨ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਪੂਰਕ ਪੋਸ਼ਣ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

TANF ਜਾਂ FANF = ਟੈਂਪਰੇਰੀ (ਜਾਂ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ਲ) ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਫੋਰ ਨੀਡੀ ਫੈਮਲੀਜ਼
(ਲੋੜਵੰਦ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਅਸਥਾਈ (ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ) ਸਹਾਇਤਾ)

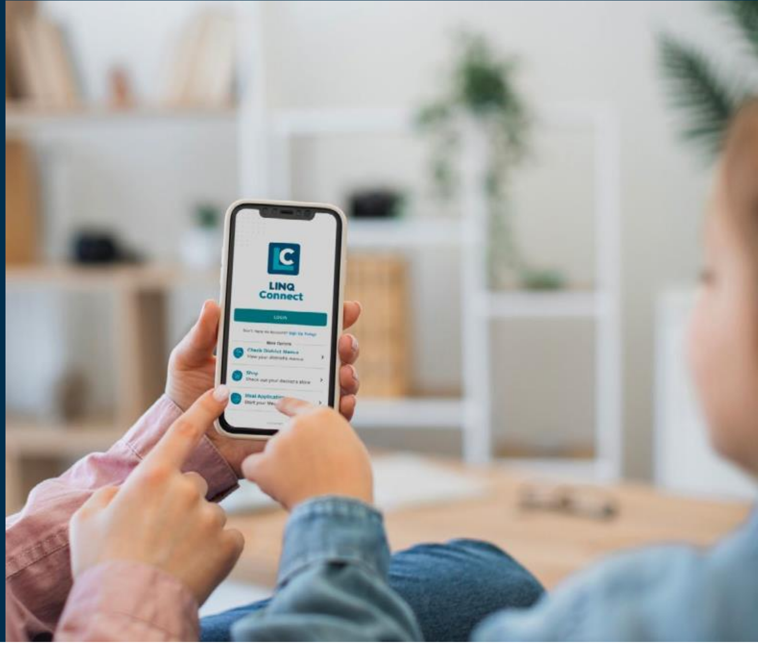
ਕੁੱਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ

5. ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ) ਤੀਜੇ ਕਦਮ (3) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਕੂਲ ਅਰਜ਼ੀ ਉੱਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ।

USDA ਇੱਕ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਰਿਣਦਾਤਾ ਹੈ।

NH Department of Education
Office of Nutrition Programs & Services

LINQ Connect



ਸੌਖਾ ਲੌਗਇਨ

ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ, ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਸੈਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਕੇਂਦਰੀ ਸਥਾਨ!

ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ

ਉਪਭੋਗਤਾ-ਅਨੁਕੂਲ ਪੋਰਟਲ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਈ ਝੰਝਟ ਨਹੀਂ

ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਨਕਦ ਭੇਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਾਂ ਆਵਰਤੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋ।

ਸਰੋਤ ਸੈਂਟਰ

ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਸੈਟ ਅਪ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਗਾਈਡਾਂ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗੀ ਟੂਲ ਲੱਭੋ।

ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਧਾਰਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ।

ਫੀਸਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ

LINQ Connect ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਯੀਅਰਬੁੱਕ, ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿਪ, ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋ!

ਮੁਫ਼ਤ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ ਜਾਂ LINQConnect.com 'ਤੇ ਜਾਓ

Google Play

Apple Store

LINQ

Lebanon
SAU 88
SCHOOL DISTRICT
ਔਫ਼ਿਸ ਔਫ ਦਿ ਸੁਪਰਡੈਂਟ

20 Seminary Hill
West Lebanon, NH 03784
ਫ਼ੋਨ: 603-790-8500 Fax: 603-790-8310
www.sau88.net

Amy Allen, ਸੁਪਰਡੈਂਟ
Karen DuBois, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਔਫ ਅਕੈਡਮਿਕਸ, ਏਂਗੇਜਮੇਂਟ ਐਂਡ ਓਪਰਚੁਨੀਟੀ

Ben Nester, ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਔਫ ਸਟੂਡੈਂਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
Tim Ball, ਬਿਜ਼ਨਸ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਰ

ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਸਟੇਟਸ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਐਗਰੀਕਲਚਰ (USDA) ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NSLP) ਅਧੀਨ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

ਅਗਸਤ 2025

ਮਾਣਯੋਗ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਸਰਪ੍ਰਸਤ:

Lebanon ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਕੂਲ USDA ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਰੋਜ਼ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਮੁਹਈਆ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪ੍ਰੀ-ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗਰੇਡ ਚਾਰ ਤੱਕ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ $2.00, ਪੰਜਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਰਰਵੀਂ ਤੱਕ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ $2.25 ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਲੰਚ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪ੍ਰੀ-ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗਰੇਡ ਚਾਰ ਤੱਕ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ $3.95, ਪੰਜਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰਵੀਂ ਤੱਕ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ $4.05 ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਉੱਤੇ ਭੋਜਨ ਲੈਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਲੰਚ ਦੀ ਕੀਮਤ $0.40 ਹੋਵੇਗੀ। **ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਸਿਰਫ਼ ਭੋਜਨ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਯੋਗਤਾ ਪੱਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਲਾਭਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ: ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ/ਸਮਰ ਕੈਂਪ ਦੀ ਟਿਊਸ਼ਨ, ਯੀਅਰਬੁੱਕ ਦੀ ਫੀਸ, ਲੇਸਟ ਏਜੰਡਾ ਫੀਸਾਂ, ਉਪਯੋਗਤਾਵਾਂ ਲਈ ਘੱਟ ਫੀਸ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਫੀਸਾਂ।** ਹੇਠਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਾਤਰਤਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਆਮ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

1. ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਟ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਕੌਣ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?
   - **ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** (NH SNAP) ਜਾਂ **ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਫੋਰ ਨੀਡੀ ਫੈਮੀਲੀਜ਼** (NH TANF) ਤੋਂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।
   - ਫੋਸਟਰ ਘਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਜੋ ਫੋਸਟਰ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਅਧੀਨ ਹਨ, ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।
   - ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ Head Start (ਹੈੱਡ ਸਟਾਰਟ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।
   - ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਬੇਘਰ, ਭਗੌੜੇ, ਜਾਂ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।
   - ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਆਮਦਨ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਫੈਡਰਲ ਇਨਕਮ ਯੋਗਤਾ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਾਈਲਡ ਨਯੂਟ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਆਮਦਨ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼: ਜੁਲਾਈ 1, 2025 ਤੋਂ ਜੂਨ 30, 2026

ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਆਕਾਰ	ਸਲਾਨਾ	ਮਹੀਨਾਵਾਰ	ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ	ਹਰ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ	ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ
1	28,953	2,413	1,207	1,114	557
2	39,128	3,261	1,631	1,505	753
3	49,303	4,109	2,055	1,897	949
4	59,478	4,957	2,479	2,288	1,144
5	69,653	5,805	2,903	2,679	1,340
6	79,828	6,653	3,327	3,071	1,536
7	90,003	7,501	3,751	3,462	1,731
8	100,178	8.349	4,175	3,853	1.927
ਹਰ ਵਾਧੂ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ, ਜੋੜੋ	10,175	818	424	392	196

2. ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਬੇਘਰ, ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਜਾਂ ਭਗੌੜੇ ਵਜੋਂ ਪਾਤਰ ਹੈ?
   - ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਕੋਲ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ੈਲਟਰ, ਹੋਟਲ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਅਸਥਾਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਮੌਸਮੀ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਦਲਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਚੁਣਿਆ ਹੈ? ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਖਾਣਾ ਮਿਲੇਗਾ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **603-790-8500 x1110 ਜਾਂ bnester@sau88.net 'ਤੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਔਫ ਸਟੂਡੈਂਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, Ben Nester ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।**
3. ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?
   - *ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੀ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।* ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਅਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਜੋ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਪੂਰੀ ਹੋਈ ਅਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ: **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603- 790-8500 x1115.**
4. ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਸਾਲ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
   - ਨਹੀਂ, ਪਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜੋ ਚਿੱਠੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਨਹੀਂ, ਪਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜੋ ਪੱਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਸੂਚਨਾ ਵਿੱਚੋਂ ਗਾਇਬ ਹੈ, ਤਾਂ ਫੌਰਨ **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 x1115, sbriggs@sau88.net** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
5. ਕੀ ਮੈਂ ਔਨਲਾਈਨ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
   - ਹਾਂ! ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਗਜ਼ੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਔਨਲਾਈਨ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਉਹੀ ਲੋੜਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕਾਗਜ਼ੀ ਅਰਜ਼ੀ ਵਾਂਗ ਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ **https://linqconnect.com** 'ਤੇ ਜਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਔਨਲਾਈਨ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 x1115, sbriggs@sau88.net** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ।
6. ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?
   - ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਲਈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਜ਼ਰੂਰ ਭੇਜਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਕੂਲ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਨਵੇਂ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ।
7. ਮੈਂ New Hampshire ਵੂਮਨ, ਇੰਫੈਂਟਸ ਐਂਡ ਚਿਲਡਰਨ ਨਯੂਟ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ (WIC) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ। ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?
   - WIC ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। WIC ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭਾਅ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਭੇਜੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
8. ਕੀ ਮੇਰੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ?
   - ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨ ਦਾ ਲਿਖਤੀ ਸਬੂਤ ਭੇਜਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
9. ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਹੁਣੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
   - ਹਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਿਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨ, ਆਮਦਨ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ।
10. ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਬਾਰੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਅਸਹਿਮਤ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
    - ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਲਿਖ ਕੇ ਸੁਣਵਾਈ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: **Amy Allen, Superintendent of Schools, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 x1107, aallen@sau88.net.**
11. ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਅਰਜ਼ੀ ਭੇਜ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
    - ਹਾਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
12. ਜੇਕਰ ਮੇਰੀ ਆਮਦਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਉਸ ਰਕਮ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ $1000 ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਕੁਝ ਕੰਮ ਖੁੰਝਾਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ $900 ਕਮਾਏ ਸਨ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ $1000 ਕਮਾਏ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਓਵਰਟਾਈਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਓਵਰਟਾਈਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਗੁਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਤਨਖਾਹ ਘਟ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਾ ਆਮਦਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

13. ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਘਰੇਲੂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਆਮਦਨ ਨਹੀਂ ਹੈ?
    - ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੀ ਆਮਦਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਮਦਨ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਨਾ ਮਿਲੇ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ 0 ਲਿਖੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਆਮਦਨ ਖੇਤਰ ਖਾਲੀ ਜਾਂ ਖਾਲੀ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜ਼ੀਰੋ ਵਜੋਂ ਗਿਣਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਮਦਨੀ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹ ਮੰਨਾਂਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
14. ਅਸੀਂ ਮਿਲਟਰੀ ਵਿੱਚ ਹਾਂ, ਕੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?
    - ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਢਲੀ ਤਨਖਾਹ ਅਤੇ ਨਕਦ ਬੋਨਸ ਆਮਦਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਫ-ਬੇਸ ਹਾਊਸਿੰਗ, ਭੋਜਨ, ਜਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਨਕਦ ਮੁੱਲ ਭੱਤਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਪੂਰਕ ਭੱਤੇ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਮਦਨ ਵਜੋਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਮਿਲਟਰੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਇਨੀਸ਼ੀਏਟਿਵ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਮਦਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਭੱਤੇ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੈਨਾਤੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕੌਮਬੈਟ ਪੇਅ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਨੂੰ ਵੀ ਆਮਦਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।
15. ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?
    - ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਾਧੂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਵੱਖਰੇ ਟੁਕੜੇ 'ਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਕਰੋ। ਦੂਜੀ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790- 8500 x1115, sbriggs@sau88.net** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
16. ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਕੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਸੀਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?
    - ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ **SNAP, TANF, ਫੂਡ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਔਨ ਇੰਡੀਅਨ ਰਿਜਰਵੇਸ਼ਨਸ (FDPIR)** ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਔਫ਼ਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ **603 271-9700 ਜਾਂ 844-275-3447** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
17. ਮੈਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ?
    - ਯੋਗਤਾ ਨਿਰਧਾਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹਨਾਂ ਲਾਭਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ/ਸਮਰ ਕੈਂਪ ਦੀ ਟਿਊਸ਼ਨ, ਯੀਅਰਬੁੱਕ ਦੀ ਫੀਸ, ਲੋਸਟ ਏਜੰਡਾ ਫੀਸਾਂ, ਉਪਯੋਗਤਾਵਾਂ ਲਈ ਘੱਟ ਫੀਸ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਫੀਸਾਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਛੋਟਾਂ ਬਦਲ ਗਈਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ Shaylee Briggs ਨੂੰ 603-790-8500 x 1115 ਜਾਂ sbriggs@sau88.net 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਦਿਲੋਂ,

Shaylee Briggs

Shaylee Briggs, ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਬਿਜ਼ਨਸ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਰ
Lebanon ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ – SAU88
20 Seminary Hill
West Lebanon, NH 03784
603-790-8500 x 1115
sbriggs@sau88.net

USDA ਇੱਕ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਰਿਣਦਾਤਾ ਹੈ।

2025-2026 ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਰੋਟੋਟਾਈਪ ਘਰ ਅਰਜ਼ੀ

www.linqconnect.com ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ

ਪ੍ਰਤੀ ਘਰ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਦਓਿ। ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਪੈਨ (ਪੈਂਸਲਿ ਨਹੀਂ) ਵਰਤੋ।

Punjabi Translation

ਚਰਣ 1 ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੋ, ਜੋ ਬਾਲ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ 12 ਦੇ ਵਦਿਆਿਰਥੀ ਹਨ (ਜੇਕਰ ਵਾਧੂ ਨਾਵਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਦੂਜੀ ਸ਼ੀਟ ਨੱਥੀ ਕਰੋ)

ਘਰ ਦੇ ਮੈਬਰ ਦੀ ਪਰਭਿਾਸ਼ਾ:"ਕੋਈ ਵੀ ਉਹ ਵਅਿਕਤੀ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਦਿਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਖ਼ਰਚੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਨਹੀਂ ਹੈ।"

ਫੋਸਟਰ ਦੇਖਭਾਲ ਵਚਿ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਜੋ ਬੇਘਰ, ਪਰਵਾਸੀ ਜਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਭੱਜੇ ਬੱਚਆਿਂ ਦੀ ਪਰਭਿਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਾਤਰ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਵਿੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ,** ਪੜ੍ਹੋ।

ਬੱਚੇ ਦਾ ਪਹਲਿਾ ਨਾਮ	MI	ਬੱਚੇ ਦਾ ਕੁਲ ਨਾਮ	ਗ੍ਰੇਡ	ਕੀ ਵਦਿਆਿਰਥੀ ਹ? ਹਾਂ	ਕੀ ਵਦਿਆਿਰਥੀ ਹ? ਨਹੀਂ	ਫੋਸਟਰ ਬੱਚਾ	ਬੇਘਰ, ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਘਰ ਤੋਂ ਭੱਜਆਿ
				◯	◯	☐	☐
				◯	◯	☐	☐
				◯	◯	☐	☐
				◯	◯	☐	☐
				◯	◯	☐	☐

ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਆਿਂ ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਸ਼ਿਾਨ ਲਗਾਓ, ਜੋ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ

ਚਰਣ 2 ਕੀ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਬਰ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਤ) ਇਸ ਵੇਲੇ ਇਹਨਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਚਿੋਂ ਕਸਿੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਵਚਿ ਭਾਗ ਲੈ ਰਹਿਾ ਹੈ: SNAP, TANF ਜਾਂ FDPIR?

ਜੇਕਰ ਨਹੀ > ਚਰਣ 3 ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੇਕਰ ਹਾਂ > ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਲਖਿ ਅਤੇ ਫਰਿ ਚਰਣ 4 ਤੇ ਜਾਓ (ਚਰਣ 3 ਪੂਰਾ ਨਾ ਕਰੋ)

ਕੇਸ ਨੰਬਰ: ____________

ਇਸ ਥਾਂ ਵਚਿ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਲਖਿ

ਚਰਣ 3 ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਬਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ (ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਚਰਣ 2 ਦਾ ਜਵਾਬ 'ਹਾਂ' ਦਤਿਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਚਰਣ ਛੱਡ ਦਓਿ)

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਨਸ਼ਿਚਤਿ ਹੋ ਕ ਿਇੱਥੇ ਕਹਿੜੀ ਆਮਦਨੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨੀ ਹੈ?

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਪੰਨਾ ਪਲਟੋ ਅਤੇ "ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ" ਸਰਿਲੇਖ ਵਾਲੇ ਚਾਰਟਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

"ਬੱਚਆਿਂ ਲਈ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ" ਚਾਰਟ ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ ਭਾਗ ਵਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

"ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ" ਚਾਰਟ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ ਮੈਬਰਾਂ ਭਾਗ ਵਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

A. ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ

ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਘਰ ਵਚਿ ਬੱਚੇ ਵੀ ਆਮਦਨੀ ਕਮਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਚਰਣ 1 ਵਚਿ ਸੂਚੀਬੱਧ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਕੁੱਲ ਆਮਦਨੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ	ਕਨਿੰੀ ਵਾਰ? ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ	ਹਫ਼ਤੇ ਵਚਿ ਦੋ ਵਾਰ	ਮਹੀਨੇ ਵਚਿ 2 ਵਾਰ (2x)	ਮਾਸਕਿ
$	◯	◯	◯	◯

B. ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ ਮੈਬਰ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਤ)

ਚਰਣ 1 ਵਚਿ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਬਰਾਂ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਤ) ਨੂੰ ਦਰਜ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਸੂਚੀਬੱਧ ਘਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਮੈਬਰ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਕੇਵਲ ਪੂਰਣ ਡਾਲਰਾਂ (ਸੈਂਟ ਵਚਿ ਨਹੀਂ) ਵਚਿ ਹਰੇਕ ਸਰੋਤ ਲਈ ਕੁੱਲ ਸਮੁੱਚੀ ਆਮਦਨੀ (ਟੈਕਸ ਤੋਂ ਪਹਲਿਾਂ) ਦੱਸੋ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਸਿੇ ਵੀ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ '0' ਲਖਿ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ "0" ਦਰਜ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਭਾਗ ਖਾਲੀ ਛੱਡਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਮਾਣਤਿ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (ਭਰੋਸਾ ਦਵਾ ਰਹੇ) ਕ ਿਦੱਸਣ ਲਈ ਕੋਈ ਆਮਦਨੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਘਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਮੈਬਰ ਦਾ ਨਾਮ (ਪਹਲਿਾ ਅਤੇ ਕੁਲ ਨਾਮ)	ਕੰਮ ਤੋ ਕਮਾਈ	ਕਨਿੰੀ ਵਾਰ? ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ	ਹਫ਼ਤੇ ਵਚਿ ਦੋ ਵਾਰ	ਮਹੀਨੇ ਵਚਿ 2 ਵਾਰ (2x)	ਮਾਸਕਿ	ਜਨਤਕ ਸਹਾਇਤਾ/ਬਾਲ ਸਹਯਿੋਗ/ਨਰਿਬਾਹ ਖਰਚ	ਕਨਿੰੀ ਵਾਰ? ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ	ਹਫ਼ਤੇ ਵਚਿ ਦੋ ਵਾਰ	ਮਹੀਨੇ ਵਚਿ 2 ਵਾਰ (2x)	ਮਾਸਕਿ	ਪੈਨਸ਼ਨ/ਰਟਿਾਇਰਮੈਂਟ/ਹੋਰ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ	ਕਨਿੰੀ ਵਾਰ? ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ	ਹਫ਼ਤੇ ਵਚਿ ਦੋ ਵਾਰ	ਮਹੀਨੇ ਵਚਿ 2 ਵਾਰ (2x)	ਮਾਸਕਿ
	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯
	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯
	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯
	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯
	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯	$	◯	◯	◯	◯

ਘਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਮੈਬਰ (ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ) ____

ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਕਮਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮੈਬਰ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਹੋਰ ਬਾਲਗ ਮੈਬਰ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਨੰਬਰ (SSN) ਦੇ ਆਖਰੀ ਚਾਰ ਅੰਕ X X X - X X - ____

ਜੇਕਰ ਕੋਈ SSN ਨਹੀ ਤਾਂ ਸਹੀ ਦਾ ਨਸ਼ਿਾਨ ਲਗਾਓ ☐

ਚਰਣ 4 ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ

"ਮੈ ਪ੍ਰਮਾਣਤਿ ਕਰਦਾ ਹਾਂ (ਭਰੋਸਾ ਦਵਾਉਂਦਾ ਹਾਂ) ਕ ਿਇਸ ਅਰਜ਼ੀ ਵਚਿ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕ ਿਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ। ਮੈ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਕ ਿਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਘੀ ਫੰਡਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਚਿ ਦਤਿੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕ ਿਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਕਿਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤਸਦੀਕ (ਜਾਂਚ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੈ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਾਂ ਕ ਿਜੇਕਰ ਮੈ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਦਿਾ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਭੋਜਨ ਫ਼ਾਇਦੇ ਖੁੰਝਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਰਾਜ ਅਤੇ ਸੰਘੀ ਕਨੂੰਨਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਮੇਰੇ ਤੇ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।"

ਗਲੀ ਨੰਬਰ (ਜੇਕਰ ਉਪਲਬਧ ਹੈ)	ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ #	ਸ਼ਹਰਿ	ਰਾਜ	ਜ਼ਪਿ	ਦਨਿ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਅਤੇ ਈਮੇਲ (ਵਕਿਲਪਕਿ)

ਫਾਰਮ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਲਈਬਾਲਗ ਦਾ ਪ੍ਰਟਿ ਕੀਤਾ ਨਾਮ	ਬਾਲਗ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ	ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ

ਨਰਿਦੇਸ਼ — ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ	ਉਦਾਹਰਨ(ਉਦਾਹਰਨਾਂ)
- ਕੰਮ ਤੋਂ ਕਮਾਈ	- ਬੱਚੇ ਕੋਲ ਨਯਿਮਤਿ ਪੂਰਨਕਾਲੀ ਜਾਂ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਨੌਕਰੀ ਹੈ, ਜਥਿੇ ਉਸਨੂੰ ਤਨਖਾਹ ਜਾਂ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਮਲਿਦੀ ਹੈ
- ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ - ਅਪੰਗਤਾ ਭੁਗਤਾਨ - ਉੱਤਰਜੀਵੀ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ	- ਬੱਚਾ ਨੇਤਰਹੀਣ ਜਾਂ ਅਪੰਗ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ -ਇੱਕ ਮਾਪਾ ਅਪੰਗ, ਰਟਿਾਇਰ ਜਾਂ ਮਰਿਤਕ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
-ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕਸਿ ਵਅਿਕਤੀ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀ	- ਕੋਈ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਵਸਿਤ੍ਰਤਿ ਪਰਵਿਾਰ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਨਯਿਮਤਿ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖ਼ਰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਦਿਾ ਹੈ
-ਕਸਿ ਹੋਰ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀ	- ਬੱਚਾ ਕਸਿ ਨਜਿੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਫੰਡ, ਵਾਰਸ਼ਕਿ ਵਜ਼ੀਫੇ ਜਾਂ ਟ੍ਰਸਟ ਤੋਂ ਨਯਿਮਤਿ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

ਕੰਮ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀਆਂ	ਜਨਤਕ ਸਹਾਇਤਾ / ਬਾਲ ਸਹਯਿੋਗ / ਨਰਿਬਾਹ ਖਰਚ	ਪੈਨਸ਼ਨ /ਰਟਿਾਇਰਮੈਂਟ / ਹੋਰ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ
- ਤਨਖਾਹ, ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਨਕਦ ਬੋਨਸ - ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਤੋਂ ਕੁੱਲ ਆਮਦਨੀ (ਖੇਤ ਜਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰ) ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੂ.ਐਸ. ਮਲਿਟਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋ: - ਮੂਲ ਤਨਖਾਹ ਅਤੇ ਨਕਦ ਬੋਨਸ (ਲੜਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਭੁਗਤਾਨ, FSSA ਜਾਂ ਨਜਿੀ ਬਣਾਏ ਰਹਿਾਇਸ਼ ਭੱਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰੋ) - ਔਫ-ਬੇਸ ਰਹਿਾਇਸ਼, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਲਈ ਭੱਤੇ	- ਬੇਰੋਜ਼ਗਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਫ਼ਾਇਦੇ - ਕਰਮਚਾਰੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ - ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਇਨਕਮ (SSI) - ਰਾਜ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਨਕਦ ਸਹਾਇਤ - ਨਰਿਬਾਹ ਖਰਚ ਭੁਗਤਾਨ - ਬਾਲ ਸਹਯਿੋਗ ਭੁਗਤਾਨ - ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀਆਂ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ - ਹੜਤਾਲ ਫ਼ਾਇਦੇ	- ਸਮਾਜਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਰੇਲਰੋਡ ਰਟਿਾਇਰਮੈਂਟ ਅਤੇ ਬਲੈਕ ਲੰਗ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਸਮੇਤ) - ਨਜਿੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਲਾਭ - ਨਯਿਮਤਿ ਟ੍ਰਸਟ ਜਾਂ ਇਸਟੇਟ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀ - ਵਾਰਸ਼ਕਿ ਵਜ਼ੀਫੇ - ਨਵਿੇਸ਼ ਆਮਦਨੀ - ਕਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਵਆਿਜ - ਕਰਿਾਏ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਆਮਦਨੀ - ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਤੋਂ ਨਯਿਮਤਿ ਨਕਦ ਭੁਗਤਾਨ

ਵਕਿਲਪਕਿ — ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਤੀ ਸੰਬੰਧੀ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਪਛਾਣ

ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਤੀ ਅਤੇ ਨਸਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮੁਦਾਏ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਭਾਗ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਵਕਿਲਪਕਿ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਤਰਤਾ ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ।

ਨਸਲ (ਇੱਕ ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਸ਼ਿਾਨ ਲਗਾਓ): ◯ ਹਸਿਪੈਨਕਿ ਜਾਂ ਲੈਟਨਿੋ ◯ ਹਸਿਪੈਨਕਿ ਜਾਂ ਲੈਟਨਿੋ ਨਹੀਂ

ਜਾਤੀ (ਇੱਕ ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਸ਼ਿਾਨ ਲਗਾਓ): ☐ ਅਮਰੀਕੀ ਭਾਰਤੀ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਨ ਨੇਟਵਿ ☐ ਏਸ਼ੀਆਈ ☐ ਬਲੈਕ ਜਾਂ ਅਫਰੀਕਨ ਅਮਰੀਕਨ ☐ ਨੇਟਵਿ ਹਵਾਈਅਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪੈਸਫਿਕਿ ਆਈਲੈਂਡਰ ☐ ਗੋਰਾ

Richard B. Russell National School Lunch Act (ਰਚਿਰਡ ਬੀ. ਰੁਸੈਲ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਐਕਟ) ਇਸ ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦਦਿੇ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਮੰਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਉਸ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰ ਦੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਨੰਬਰ ਦੇ ਆਖਰੀ ਚਾਰ ਅੰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨੇ ਹੋਣਗੇ, ਜੋ ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰੇਗਾ। ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਨੰਬਰ ਦੇ ਆਖਰੀ ਚਾਰ ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਉਦੋਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੱਲੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦਦਿੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਨਿਉਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Supplemental Nutrition Assistance Program) (SNAP), ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਅਸਸਿਟੈਂਸ ਫੌਰ ਨੀਡੀ ਫੈਮਲਿੀਜ (Temporary Assistance for Needy Families) (TANF) ਜਾਂ ਫੂਡ ਡਸਿਟ੍ਰੀਬਊਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਔਨ ਇੰਡੀਅਨ ਰਜ਼ਿਰਵੇਸ਼ੰਸ (Food Distribution Program on Indian Reservations) ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਹੋਰ FDPIR ਪਛਾਣਕਰਤਾ ਦਰਜ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੂਚਤਿ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰ ਕੋਲ ਸੋਸ਼ਲ ਸਕਿਓਿਰਟੀ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਨਰਿਧਾਰਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਾਤਰ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਨਾਸ਼ਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਅਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਰਤਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਾਤਰਤਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਖਿਆਿ, ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਸਿ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਲਈ ਲੇਖਾ-ਪ੍ਰੀਖਿਅਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ, ਫੰਡ ਦੇਣ ਜਾਂ ਫ਼ਾਇਦੇ ਨਰਿਧਾਰਤਿ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਲਿੇਗੀ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਕਿਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਨਯਿਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਲਿੇਗੀ।

ਸੰਘੀ ਨਾਗਰਕਿ ਹੱਕ ਕਨੂੰਨ ਅਤੇ U.S. Department of Agriculture (ਯੂ.ਐਸ.ਡਪਿਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਐਗਰੀਕਲਚਰ) (USDA) ਦੇ ਨਾਗਰਕਿ ਹੱਕ ਨਯਿਮਾਂ ਅਤੇ ਨੀਤੀਆਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ, USDA, ਇਸਦੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਦਫ਼ਤਰ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ USDAਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸੰਚਾਲਤਿ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ USDAਵੱਲੋਂ ਚਲਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਫੰਡ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਸਿ ਵੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਪੂਰਵ ਨਾਗਰਕਿ ਹੱਕ ਸਰਗਰਮੀ ਲਈ ਜਾਤੀ, ਰੰਗ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੂਲ, ਲਗਿੰ, ਅਪੰਗਤਾ, ਉਮਰ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪੱਖਪਾਤ ਤੋਂ ਜਾਂ ਜਵਾਬੀ ਹੱਲਾ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਬਦਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਵਰਜਤਿ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਪੰਗ ਵਅਿਕਤੀ, ਜਹਿਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਵਕਿਲਪਕਿ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਬ੍ਰੇਲ, ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਟਿੰ, ਔਡੀਓਟੇਪ, ਅਮਰੀਕਨ ਸੰਕੇਤ ਭਾਸ਼ਾ ਆਦ), ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਏਜੰਸੀ (ਰਾਜ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ) ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਥਿੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਤਿੀ ਹੈ। ਜੋ ਵਅਿਕਤੀ ਬਹਰਿੇ ਹਨ, ਜਹਿਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਸੰਬੰਧੀ ਅਸਮਰਥਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਉਹ Federal Relay Service (ਫੈਡਰਲ ਰਲਿੇ ਸਰਵਸਿ) ਰਾਹੀਂ USDA ਨੂੰ (800) 877-8339 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਪੱਖਪਾਤ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ਕਿਾਇਤ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਲਈ, USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027) ਭਰੋ, ਜੋ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html ਅਤੇ ਕਸਿ ਵੀ USDA ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਾਂ USDA ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਲਖਿੋ ਅਤੇ ਫਾਰਮ ਵਿੱਚ ਮੰਗੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਦਓਿ। ਸ਼ਕਿਾਇਤ ਫਾਰਮ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਲਈ, (866) 632-9992 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਆਪਣਾ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫਾਰਮ ਜਾਂ ਅਰਜ਼ੀ ਇਸ ਰਾਹੀਂ USDA ਨੂੰ ਭੇਜੋ:

ਡਾਕ ਦਾ ਪਤਾ: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410

ਫੈਕਸ: (202) 690-7442; or

ਈਮੇਲ: program.intake@usda.gov.

ਇਹ ਅਦਾਰਾ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੈ।

ਇਹ ਨਾ ਭਰੋ — `ਵਲ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ

Annual Income Conversion: Weekly x 52, Every 2 Weeks x 26, Twice a Month x 24 Monthly x 12

Total Income ______

How often? ◯ Weekly ◯ Bi-Weekly ◯ 2x Month ◯ Monthly

Household size ______

Categorical Eligibility ☐

Eligibility: ◯ Free ◯ Reduced ◯ Denied

Determining Official's Signature ______ Date ______

Confirming Official's Signature ______ Date ______

Verifying Official's Signature ______ Date ______

ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਲਈ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ Lebanon School District ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ!ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਹਰੇਕ ਚਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਚਰਣਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ Shaylee Briggs, 603-790-8500 x1115, sbriggs@sau88.net ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪੈਨ (ਪੈਂਸਿਲ ਨਹੀਂ) ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਨਾਲ ਲਿਖਣ ਦੀ ਹਰ ਸੰਭਵ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਚਰਣ 1: ਘਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕਰੋ, ਜੋ ਬਾਲ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਨ, ਗ੍ਰੇਡ 12 ਸਮੇਤ

ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਬਾਲ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋਣ ਲਈ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੋਣ।

ਮੈਨੂੰ ਇੱਥੇ ਕੀ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਭਾਗ ਭਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਜੋ:

- 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ;
- ਇੱਕ ਫੋਸਟਰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇ ਅਧੀਨ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹਨ ਜਾਂ ਬੇਘਰ, ਪਰਵਾਸੀ ਜਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਭੱਜੇ ਜਵਾਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਪਾਤਰ ਹਨ;
- Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਉਮਰ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ।

A) ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਵਰਤੋ। ਨਾਮ ਲਿਖਦੇ ਸਮੇਂ, ਹਰੇਕ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅੱਖਰ ਲਿਖੋ।ਜੇਕਰ ਥਾਂ ਭਰ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰੁਕੋ। ਜੇਕਰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਵਾਧੂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖ ਕੇ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਕਰੋ।	**B) ਕੀ ਬੱਚਾ** Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) **ਵਿਖੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈ?** ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ "ਵਿਦਿਆਰਥੀ" ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੇ ਕਾੱਲਮ ਵਿੱਚ 'ਹਾਂ' ਜਾਂ 'ਨਹੀਂ' ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਬੱਚੇ Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 'ਹਾਂ' ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਦੇ 'ਗ੍ਰੇਡ' ਕਾੱਲਮ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰੇਡ ਪੱਧਰ ਲਿਖੋ।	**C) ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚੇ ਹਨ?** ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵੀ ਸੂਚੀਬੱਧ ਬੱਚੇ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਦਿੱਤੇ "ਫੋਸਟਰ ਬੱਚਾ" ਖਾਨੇ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੇਵਲ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ **ਚਰਣ 1** ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, **ਚਰਣ 4** ਤੇ ਜਾਓ। ਜੋ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਗਿਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫੋਸਟਰ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਫੋਸਟਰ ਦੋਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਚਰਣ 3 ਤੇ ਜਾਓ।	**D)ਕੀ ਕੋਈ ਬੇਘਰ, ਪਰਵਾਸੀ ਜਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਭੱਜੇ ਬੱਚੇ ਹਨ?** ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੋਈ ਵੀ ਬੱਚਾ ਇਸ ਵਰਣਨ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਨਾਲ "ਬੇਘਰ, ਪਰਵਾਸੀ, ਘਰ ਤੋਂ ਭੱਜੇ" ਖਾਨੇ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਚਰਣ ਪੂਰੇ ਕਰੋ।

ਚਰਣ 2:ਕੀ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਇਸ ਵੇਲੇ SNAP, TANF ਜਾਂ FDPIR ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੇਤ) ਇਸ ਵੇਲੇ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸਹਾਇਤਾ ਕਾਰਜਕਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫ਼ਤ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪਾਤਰ ਹਨ:

ਚਰਣ 2:ਕੀ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਇਸ ਵੇਲੇ SNAP, TANF ਜਾਂ FDPIR ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ?

- ਸਪਲੀਮੈਂਟਲ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Supplemental Nutrition Assistance Program) (SNAP) ਜਾਂ NH SNAP।
- ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਫੌਰ ਨੀਡੀ ਫੈਮਿਲੀਜ (Temporary Assistance for Needy Families) (TANF) ਜਾਂ NH TANF।
- ਫੂਡ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਔਨ ਇੰਡੀਅਨ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ੰਸ (Food Distribution Program on Indian Reservations) (FDPIR)।

A) ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਉੱਪਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਾਰਜਕਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ:

- **ਚਰਣ 2** ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ **ਚਰਣ 3** ਤੇ ਜਾਓ।

B) ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਉੱਪਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਾਰਜਕਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ:

- SNAP, TANF ਜਾਂ FDPIR ਲਈ ਇੱਕ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਲਿਖੋ।ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜਕਰਮ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੇਸ ਨੰਬਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: 1-800-852-3345 X4238, 1-844-2753447, 1-603-271-9700।
- **ਚਰਣ 4** ਤੇ ਜਾਓ।

ਚਰਣ 3:ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨੀ ਕਿਵੇਂ ਦੱਸਾਂ?

- ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਦੱਸਣਯੋਗ ਆਮਦਨੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੇ **"ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ"** ਅਤੇ **"ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਰੋਤ"** ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੇ ਚਾਰਟ ਵਰਤੋ।
- ਸਾਰੀ ਰਕਮ ਕੇਵਲ ਸਮੁੱਚੀ ਆਮਦਨੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।ਪੂਰੀ ਆਮਦਨੀ ਪੂਰਣ ਡਾੱਲਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ। ਸੈਂਟ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰੋ।
  - ਸਮੁੱਚੀ ਆਮਦਨੀ ਟੈਕਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੁੱਲ ਆਮਦਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
  - ਕਈ ਲੋਕ ਉਸ ਰਕਮ ਨੂੰ ਆਮਦਨੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਹ "ਘਰ ਲਿਜਾਂਦੇ" ਹਨ, ਕੁੱਲ, "ਸਮੁੱਚੀ" ਰਕਮ ਨੂੰ ਨਹੀਂ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜੋ ਆਮਦਨੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਟੈਕਸਾਂ, ਬੀਮਾ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਤਨਖਾਹ ਵਿੱਚੋਂ ਲਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰਕਮਾਂ ਲਈ ਘਟਾਈ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ।
- ਜਿੱਥੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕੋਈ ਆਮਦਨੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ "0" ਲਿਖੋ। ਕੋਈ ਖਾਲੀ ਜਾਂ ਨਿਰਉੱਤਰ ਛੱਡੇ ਗਏ ਆਮਦਨੀ ਭਾਗ ਵੀ ਸਿਫ਼ਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਗਿਣੇ ਜਾਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ "0" ਲਿਖਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਭਾਗ ਖਾਲੀ ਛੱਡਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (ਭਰੋਸਾ ਦਵਾ ਰਹੇ) ਕਿ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕੋਈ ਆਮਦਨੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨੀ ਨੂੰ ਗਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।
- ਹਰੇਕ ਭਾਗ ਦੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਦਿੱਤੇ ਚੈਕ ਬੌਕਸ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ ਕਿ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

3.A.ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਮਾਈ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ

A) **ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਮਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ।** "ਕੁੱਲ ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ" ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਏ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਚਰਣ 1 ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੰਯੁਕਤ ਸਮੁੱਚੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ। ਕੇਵਲ ਫੋਸਟਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਗਿਣੋ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਕੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ।

ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ ਕਿੰਨੀ ਹੈ? ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਧਨ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਾਲ ਆਮਦਨੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

3.B ਬਾਲਗਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕਮਾਈ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ

ਮੈਨੂੰ ਇੱਥੇ ਕੀ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਚਰਣ 3:ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ

- ਇਹ ਭਾਗ ਭਰਦੇ ਹੋਏ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਖਰਚ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
- ***ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰੋ:***
  - ਜੋ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਤੁਹਾਡੀ ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਮਦਨੀ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।
  - **ਚਰਣ 1** ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੂਚੀਬੱਧ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ।

a) ਘਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰੋ। ਘਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਨਾਮ "ਘਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ (ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਕੁਲ ਨਾਮ)" ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲੱਗੇ ਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ। ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਜ ਨਾ ਕਰੋ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ **ਚਰਣ 1** ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਸਨ। ਜੇਕਰ ਚਰਣ 1 ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਹੈ, ਤਾਂ **ਚਰਣ 3, ਭਾਗ A** ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।	**b) ਕੰਮ ਤੋਂ ਹੋਈ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ।** ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ "ਕੰਮ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀਆਂ" ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਧਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈ-ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਖੇਤ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋਗੇ। ***ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਸਵੈ-ਨਿਯੋਜਿਤ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?*** ਉਸ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਆਮਦਨੀ ਨੂੰ ਅਸਲ ਰਕਮ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦੱਸੋ। ਇਸਨੂੰ ਇਸਦੀਆਂ ਸਮੁੱਚੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਜਾਂ ਲਾਭ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਸੰਚਾਲਨ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਕੇ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।	**c) ਜਨਤਕ ਸਹਾਇਤਾ/ਬਾਲ ਸਹਿਯੋਗ/ਨਿਰਬਾਹ ਖਰਚ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ।** ਉਹ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ, ਜੋ ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਦਿੱਤੇ "ਜਨਤਕ ਸਹਾਇਤਾ/ਬਾਲ ਸਹਿਯੋਗ/ਨਿਰਬਾਹ ਖਰਚ" ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਚਾਰਟ ਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਨਤਕ ਸਹਾਇਤਾ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਦਾ ਨਕਦ ਮੁੱਲ ਨਾ ਦੱਸੋ। ਜੇਕਰ ਆਮਦਨੀ ਬਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਜਾਂ ਨਿਰਬਾਹ ਖਰਚ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਅਦਾਲਤੀ-ਹੁਕਮ ਵਾਲੇ ਭੁਗਤਾਨ ਹੀ ਦੱਸੋ। ਗੈਰ ਰਸਮੀ ਪਰੰਤੂ ਨਿਯਮਿਤ ਭੁਗਤਾਨ ਅਗਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ "ਹੋਰ" ਆਮਦਨੀ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦੱਸੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
d) ਪੈਨਸ਼ਨ/ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ/ਹੋਰ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ ਦੱਸੋ, ਜੋ ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਦਿੱਤੇ "ਪੈਨਸ਼ਨ/ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ/ਹੋਰ ਸਾਰੀ ਆਮਦਨੀ" ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।	**e) ਘਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੱਸੋ।** ਭਾਗ "ਘਰ ਦੇ ਕੁੱਲ ਮੈਂਬਰ (ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ)" ਵਿੱਚ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸੰਖਿਆ ਦਰਜ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੰਖਿਆ **ਚਰਣ 1** ਅਤੇ **ਚਰਣ 3** ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਪਸ ਜਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਪਾਤਰਤਾ ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।	**f) ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ (Social Security Number) ਦੇ ਆਖਰੀ ਚਾਰ ਅੰਕ ਦਿਓ।** ਘਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰ ਲਈ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਦੇ ਆਖਰੀ ਚਾਰ ਅੰਕ ਦਰਜ ਕਰਨੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਪਾਤਰ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਥਾਂ ਖਾਲੀ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ "ਜੇਕਰ ਕੋਈ SS#" ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ" ਲੇਬਲ ਵਾਲੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਖਾਨੇ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ।

ਚਰਣ 4:ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ

ਸਾਰੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਘਰ ਦੇ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਮੈਂਬਰ ਵੱਲੋਂ ਹਸਤਾਖਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਕੇ, ਘਰ ਦਾ ਉਹ ਮੈਂਬਰ ਭਰੋਸਾ ਦਵਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੱਚਾਈ ਨਾਲ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਗ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਤੇ ਗੁਪਤਤਾ ਅਤੇ ਸਿਵਿਲ ਹੱਕ ਕਥਨ ਪੜ੍ਹ ਲਏ ਹਨ।

A) ਆਪਣੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਵਰਤਮਾਨ ਪਤਾ ਲਿਖੋ।ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਸਥਾਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ	**B) ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰੋ।** ਅਰਜ਼ੀ ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਦਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ	**C) ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਲਿਖੋ।** ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ,	**D) ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਤੀਗਤ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਪਛਾਣ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ (ਵਿਕਲਪਿਕ)।** ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਤੀ ਅਤੇ ਨਸਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਚਰਣ 4:ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ			
ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਪਾਤਰ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ। ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਈਮੇਲ ਪਤਾ ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਵਿਕਲਪਿਕ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।	"ਬਾਲਗ ਦੇ ਹਸਤਾਖਰ" ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰੋ।	ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਲਿਖੋ।	ਇਹ ਭਾਗ ਵਿਕਲਪਿਕ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘਟੇ ਮੁੱਲ ਦੇ ਸਕੂਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਤਰਤਾ ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ।

ਭੋਜਨ ਦਾ ਖਰਚਾ

EFAA

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਖਰਚਾ

ਜਦੋਂ ਕਿ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ (ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ "ਸਰਪ੍ਰਸਤ") ਦਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਭੇਜਣ ਲਈ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਤੋਂ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ, ਲੰਚ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਸਨੈਕਸ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਫੈਡਰਲ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੇਮੈਂਟ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੇਮੈਂਟ ਨਕਦ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, (ਚੈੱਕ) ਜਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਲੰਚ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੇ ਫੰਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਡੈਬਿਟ ਵਜੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NSLP) ਦੇ ਤਹਿਤ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਭਾਗ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਉਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜੋ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਫੈਡਰਲ ਕਨੂੰਨ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਬਕਾਏ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹਰ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਉਗਰਾਹੀ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਰਜ਼ੇ ਦਾ ਪੇਮੈਂਟ ਹੋਰ ਫੰਡਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਅਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਲੰਚ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਪੇਮੈਂਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਨੀਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟਾਂ ਨੂੰ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਅਕਾਊਂਟ ਬਹੁਤ ਕਰਜ਼ੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇੱਕ ਪੁਆਇੰਟ-ਆਫ-ਸੇਲ ਕੰਪਿਊਟਰਾਈਜ਼ਡ ਭੋਜਨ ਪੇਮੈਂਟ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਅਕਾਊਂਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਜੋ ਇਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣਗੇ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਫੰਡ ਨਕਦ, ਚੈੱਕ, ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਪੇਮੈਂਟ ਦੁਆਰਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਲੰਚ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਕਦ ਜਾਂ "Lebanon School District Food Service (ਲੇਬਨਾਨ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ)" ਲਈ ਕੱਟੇ ਗਏ ਚੈੱਕ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਦੇ ਕੈਸ਼ੀਅਰ, ਜਾਂ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਆਫਿਸ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਚੈੱਕ ਇਸ ਪਤੇ ਉੱਤੇ ਵੀ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ: 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784. ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਔਨਲਾਈਨ ਪੇਮੈਂਟ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਚੈਕਾਂ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਔਨਲਾਈਨ ਸੇਵਾ ਦੁਆਰਾ ਵਸੂਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੀਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਸਟੇਟਸ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਐਗਰੀਕਲਚਰ (ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ "USDA") ਗਾਇਡੈਂਸ SP 02-2015 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਨਕਦ ਜਾਂ ਚੈੱਕ ਜਮ੍ਹਾ ਕਰਨ ਤੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਫੀਸ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾਵੇਗੀ।

ਨਾਕਾਫ਼ੀ ਫੰਡਾਂ ਲਈ ਵਾਪਸ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੈੱਕ 'ਤੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਬੈਂਕ ਫੀਸ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਤੋਂ ਵਸੂਲੀ ਜਾਵੇਗੀ। RSA 358-C ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਫੀਸ $25.00 ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ, ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਦੁਆਰਾ ਨਾਕਾਫ਼ੀ ਫੰਡਾਂ ਲਈ ਵਾਪਸ ਕੀਤੇ ਗਏ ਚੈੱਕ ਲਈ ਚਾਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਫੀਸ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਰ ਘੱਟ- ਅਤੇ ਨੈਗੇਟਿਵ-ਬੈਲੈਂਸ ਨੋਟਿਸ (ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ "ਨੋਟਿਸ" ਜਾਂ "ਨੋਟਿਸਾਂ") ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦੀ ਸਟੀਕਤਾ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਾਮ, ਸਿਰਲੇਖ, ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਦੇ ਘੰਟੇ, ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ, ਅਤੇ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦਾ ਈ-ਮੇਲ ਪਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ

ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਸਥਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਕਾਊਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਚੁਣਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਤਿਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਿਯਮਤ ਭੋਜਨ ਵਿਕਲਪਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ "ਪਸੰਦ ਮੁਤਾਬਕ' (ਵਾਧੂ) ਆਈਟਮਾਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭੋਜਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਸਨੈਕਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦਾ ਬਕਾਇਆ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਭੋਜਨ ਦਾ ਖਰਚਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਨੀਤੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਲੈ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਮਿਆਰੀ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇਗਾ, ਭਾਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਫੰਡ ਕਾਫ਼ੀ ਨਾ ਹੋਣ। ਇਹ ਨੀਤੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ, ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ ਅਤੇ ਲੰਚ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਸਾਰੀਆਂ ਭੋਜਨ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬਕਾਇਆ ਸਟੇਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾਵਾਂ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਥਾਪਤ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਬਕਾਇਆ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਭੇਜੀ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਭੇਜੀ ਜਾਵੇ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਬਕਾਇਆ ਇੱਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਰਕਮ ਜਾਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਰਕਮ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਆਮਤੌਰ ‘ਤੇ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਰੇਟ 'ਤੇ ਪੰਜ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ, ਅਤੇ ਲੰਚ ਦੀ ਲਾਗਤ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਘੱਟ- ਅਤੇ ਨੈਗੇਟਿਵ-ਬੈਲੈਂਸ ਨੋਟਿਸ (ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ "ਨੋਟਿਸ" ਜਾਂ "ਨੋਟਿਸਾਂ") ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦੀ ਸਟੀਕਤਾ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਾਮ, ਸਿਰਲੇਖ, ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਦੇ ਘੰਟੇ, ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ, ਅਤੇ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦਾ ਈ-ਮੇਲ ਪਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਨੋਟਿਸ ਈਮੇਲ ਜਾਂ ਪੱਤਰ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ। ਸਿਰਫ਼ ਉਹ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਟਾਫ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ USDA ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਸਮੇਤ ਫੈਡਰਲ ਅਤੇ ਰਾਜ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀਆਂ ਗੁਪਤਤਾ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। 42 U.S.C. 1758(b)(6).ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਸਮੇਤ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਅਚਾਨਕ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਨੋਟਿਸਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਟਾਫ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ। ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਿਹੜੇ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ, ਪਰ ਜੋ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਨੂੰ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਪਹੁੰਚ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਮਿਲੇ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਕਰਜ਼ੇ ਹੇਠਾਂ ਨਾ ਆਉਣ

ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਫੈਡਰਲ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਾਤਾਂ ਕਾਰਨ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਤਰਤਾ ਲਈ ਆਮਦਨੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਆਕਾਰ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ USDA ਦੁਆਰਾ ਹਰ ਸਾਲ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨੀਤੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ, ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਨਾਮਾਂਕਣ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਨੇਗਟਿਵ ਬਕਾਏ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਨੋਟਿਸਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਹੈਂਡਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੰਚਾਰ ਵਿੱਚ 7 ਫੈਡਰਲ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਕੋਡ (CFR) 245.5 ਅਨੁਸਾਰ ਫੈਡਰਲ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਰੇ ਤੱਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਹਰੇਕ ਨੋਟਿਸ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਜੋ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭਾਅ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

1964 ਦੇ ਸਿਵਲ ਰਾਈਟਸ ਐਕਟ ਅਤੇ USDA ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਲਿਮਿਟੇਡ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਪ੍ਰੋਫੀਸ਼ੈਂਸੀ ("LEP") (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਸੀਮਤ ਜਾਣਕਾਰੀ) ਵਾਲੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਸਸਤੇ ਭਾਅ ਦੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਦੁਆਰਾ ਸਮਝੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਸ ਲੋੜ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ USDA ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗੀ। ਇਹ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਲਿੰਕ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣਗੇ।

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਭਰਤੀ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵੀ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਜਾਣਨ ਉਪਰੰਤ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਯੋਗਤਾ ਸਥਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਫੈਡਰਲ ਅਤੇ ਸਟੇਟ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਕਰੇਗਾ।

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭਾਅ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਸਮੱਗਰੀ ਟਾਊਨ ਦੇ ਵੈਲਫੇਅਰ ਦਫਤਰਾਂ/ਮਨੁੱਖੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਦਫਤਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਥਾਨਕ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ, ਜੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨੌਕਰੀ ਗੁਆਉਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਨਕਦੀ ਜਾਂ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਅਕਾਊਂਟ ਬਕਾਇਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ

ਚਾਹੇ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੋਲ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਨੈਗੇਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਹੋਵੇ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਪਵਾਦ ਸਿਰਫ ਉਹ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੂੰ ਖਾਸ ਲਿਖਤੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਹੋਣ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਉਸ ਕੋਲ ਢੁਕਵੇਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ।

ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਖਾਣਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨਾ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਨੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਕਰਜ਼ੇ ਬਾਰੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪੱਤਰ ਭੇਜੇ। ਜਦੋਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਘਰੋਂ ਭੇਜੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਉਣ।

ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦਾ ਬਕਾਇਆ ਜ਼ੀਰੋ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਪੇਮੈਂਟ ਦੀ ਬੇਨਤੀ

ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਬੈਲੇਂਸ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਬਕਾਇਆ ਕਰਜ਼ਾ $15.00 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਪੇਮੈਂਟ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਪੱਤਰ US ਮੇਲ ਦੁਆਰਾ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਨਾਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜਾਂ ਨਿਯੁਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿੱਥੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਇੱਕ ਪੇਮੈਂਟ ਅਨੁਸੂਚੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ $30.00 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਦੇ ਮਾੜੇ ਹਾਲਾਤ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਚੈਰੀਟੇਬਲ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕਰ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।

ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਜ਼ੀਰੋ ਜਾਂ ਨੈਗੇਟਿਵ ਬਕਾਏ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਅਲਾ ਕਾਰਟੇ ਆਈਟਮਾਂ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਖਰੀਦ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨਕਦ ਜਾਂ ਚੈੱਕ ਵਿੱਚ ਪੇਮੈਂਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਦਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਰਜ਼ਾ

ਹਾਲਾਂਕਿ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਉੱਪਰ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗਾ, ਗੈਰ-ਸਹਿਯੋਗੀ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਜਵਾਬਦੇਹ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ (ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ) ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਦੇ ਬਕਾਏ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਕੋਲ ਸਿਵਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਅਕਾਊਂਟਾਂ ਲਈ ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵਾਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ RSA ਚੈਪਟਰ 503 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਛੋਟੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਲੇਮ ਦਾਇਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਕਾਰਵਾਈ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਚਿੱਠੀਆਂ ਨਹੀਂ ਭੇਜੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ, ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਰਸੀਦ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨੂੰ ਇਸ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਅਥਾਰਟੀ ਸੌਂਪੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿਵਲ ਕਾਰਵਾਈ ਭੁਗਤਾਨ, ਵਸੂਲੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਅੱਗੇ ਵਧਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਉਹਨਾਂ ਗੈਰ-ਲਾਭਕਾਰੀ ਚੈਰਿਟੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿੱਚ ਫੰਡਾਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਮੁਫਤ ਭੋਜਨ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਕਾਰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭੋਜਨ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਬਕਾਇਆ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਕਾਊਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਰਜ਼ਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਫੈਡਰਲ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਖਰੀ ਸਹਾਰੇ ਵਜੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਫੰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੂੰ ਪੈਸਾ ਦੇਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੀ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਹੋਰ ਉਗਰਾਹੀ ਦੇ ਯਤਨ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਸਰਵੋਤਮ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਕਰਜ਼ੇ 'ਤੇ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਅਦਾਇਗੀ ਜੋ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਆਫਸੈੱਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਨੂੰ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੂੰ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਰੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਉਗਰਾਹੀ ਦੇ ਯਤਨ RSA ਚੈਪਟਰ 358-C, New Hampshire ਦੇ ਅਣਉਚਿਤ, ਧੋਖੇਬਾਜ਼ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਵਾਜਬ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਕਟ (Unfair, Deceptive or Unreasonable Collection Practices Act) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਗੇ।

ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ/ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣਾ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇਣ ਜਾਂ ਇਸ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਇਸ ਨੀਤੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਰਿਫਰੈਸ਼ਰ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹਨਾਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿਖਲਾਈ ਜਾਂ ਓਰਿਏਂਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਨੀਤੀ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਫੈਡਰਲ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਨਵੇਂ ਸਟਾਫ ਦੀ ਨੀਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਰਿਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲਾਗੂ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਅਤੇ

ਰਿਫਰੈਸ਼ਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੁਰਾਕ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਇਸ ਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵੀ ਖਾਸ ਖੁਰਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਢੁਕਵਾਂ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਇਹ ਲੋੜਾਂ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ, ਸੈਕਸ਼ਨ 504, ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (IEP) ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹੋਣ। ਜੇਕਰ ਭੋਜਨ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਕਾਉਂਟ ਦਾ ਬਕਾਇਆ ਨੈਗੇਟਿਵ ਹੈ, ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਨਕਦੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਅਧੀਨ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ (603) 448-1538 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਿਪਟਾਰੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ, ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ (603) 448-1538 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

USDA ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਨਲਾਈਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ USDA ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ USDA ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਡਿਸਕ੍ਰਿਮੀਨੇਸ਼ਨ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਫਾਰਮ, (AD-3027) ਨੂੰ ਭਰੋ: https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/ad-3027.pdf, ਜਾਂ USDA ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮ ਵਿੱਚ ਮੰਗੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਫਾਰਮ ਦੀ ਕਾਪੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਲਈ, (866) 632-9992 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਆਪਣਾ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫਾਰਮ ਜਾਂ ਪੱਤਰ USDA ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰੋ:

(1) ਡਾਕ: U.S. Department of Agriculture

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence

Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410;

(2) ਫੈਕਸ: (202) 690-7442; ਜਾਂ

(3) ਈਮੇਲ: program.intake@usda.gov.

ਇਹ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ।

ਭੇਦ-ਭਾਵ

ਇਹ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਨੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਵਿੱਚ, 7 C.F.R. 245.5(a)(l)(viii) ਦੇ ਅਨੁਅਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਨਸਲ, ਲਿੰਗ, ਰੰਗ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੂਲ, ਉਮਰ, ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਅਦਾਇਗੀਸ਼ੁਦਾ ਖਰਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਜਾਂ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਲਈ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੋ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਯੋਗ ਹੋਣਾ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੇ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂ ਸਸਤੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ,ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤਾਂ ਘਰ ਤੋਂ ਭੇਜੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪੇਮੈਂਟ ਦੁਆਰਾ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ RSA 169-C:29-31 ਅਨੁਸਾਰ New Hampshire ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਹਿਊਮਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਫੋਰ ਚਿਲਡਰਨ, ਯੂਥ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

<u>ਕਾਨੂੰਨੀ ਹਵਾਲੇ</u>

15 U.S.C. § 1692-1695 federal Fair Debt Collection Practices Act (ਫੈਡਰਲ ਫੇਅਰ ਡੈਬਟ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਕਟ)*(FDCPA)*

42 U.S.C. 1758(b)(6), Use or disclosure of information (ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਖੁਲਾਸਾ)

Civil Rights Act of (ਸਿਵਲ ਰਾਇਟਸ ਐਕਟ) *1964 & 7 C.F.R. Part 15, Subpart A & B*

2 C.F.R. §200.426
7 C.F.R §210.09
7 C.F.R §210.10
7 C.F.R §210.15
7 C.F.R. §245.5
USDA SP 46-2016 - No later than July 1, 2017, all SFA's operating the Federal school meal program are required to have a written meal charge policy. (*1* ਜੁਲਾਈ, *2017* ਤੋਂ, ਫੈਡਰਲ ਸਕੂਲ ਮੀਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ *SFA* ਦੀ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦੀ ਨੀਤੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।)

USDA Guidance SP37-2016: Meaningful Access for Persons with Limited English Proficiency (LEP) in the School Meal Programs (*USDA* ਗਾਈਡੈਂਸ *SP*37-2016: ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੀਮਤ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਿਪੁੰਨਤਾ (*LEP*) ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਾਰਥਕ ਪਹੁੰਚ)

RSA 189:11-a
RSA 358-C, New Hampshire's Unfair, Deceptive or Unreasonable Collection Practices Act
(ਨਿਊ ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਦਾ ਅਣਉਚਿਤ, ਧੋਖੇਬਾਜ਼ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਵਾਜਬ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਕਟ)*;*

NH Dept. of Education Technical Advisory - Food and Nutrition Programs (*NH* ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਤਕਨੀਕੀ ਸਲਾਹਕਾਰ - ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

ਇਹ ਨੀਤੀਆਂ ਵੀ ਦੇਖੋ:

JLCF – Wellness (ਵੈੱਲਨੈਸ)

EF - Food Service Management (ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ)

EFA - Availability and Distribution of Healthy Foods (ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਵੰਡ)

EFE - Vending Machines (ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ)

ਅਪਣਾਇਆ: ਜੂਨ 26, 2024
ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ: ਮਈ 20, 2024
ਅਪਣਾਇਆ: ਨਵੰਬਰ 18, 2017
ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਨਵੰਬਰ 1, 2017

ਕਿਤਾਬ	ਪਾਲਿਸੀ ਮੈਨੁਅਲ
ਸੈਕਸ਼ਨ	ਸੈਕਸ਼ਨ J – ਸਟੂਡੈਂਟਸ
ਸਿਰਲੇਖ	ਵੈੱਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ **(Wellness Policy)**
ਕੋਡ	JLCF
ਸਟੇਟਸ	ਐਕਟਿਵ
ਅਪਣਾਇਆ	ਮਈ 10, 2023
ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ	3 ਅਪ੍ਰੈਲ 2023
ਪਿਛਲੀਆਂ ਸੋਧਣ ਦੀਆਂ ਮਿਤੀਆਂ	ਅਪਣਾਇਆ: ਮਈ 12, 2021 ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ: ਅਪ੍ਰੈਲ 20, 2021 ਅਪਣਾਇਆ: ਨਵੰਬਰ 18, 2017, ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਨਵੰਬਰ 1, 2017 ਅਪਣਾਇਆ: ਮਈ 27, 2015 ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਅਪ੍ਰੈਲ 1, 2015 ਅਪਣਾਇਆ: ਅਕਤੂਬਰ 26, 2011 ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ: ਸਤੰਬਰ 30, 2011 ਅਪਣਾਇਆ: ਨਵੰਬਰ 11, 2006

ਵੈੱਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ: ਤਰਜੀਹ/ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦਾ

ਬੋਰਡ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ, ਬਚਪਨ ਦੇ ਮੋਟਾਪੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋਰ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਜੋਂ ਸਹੀ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਢੁਕਵੀਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ। ਬੋਰਡ ਇਹ ਵੀ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਸਬੰਧਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਬੋਰਡ ਦਾ ਟੀਚਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਮਝ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਸਮਾਜਿਕ-ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਚੰਗੇ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ।

ਇਹ ਨੀਤੀ ਵਪਾਰਕ ਭਟਕਣਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨੀਤੀ ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪਿਛਲੀ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਦਿਨ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਦੇ 30 ਮਿੰਟ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

I. ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC)

ਸੁਪਰਡੈਂਟ, ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਕੇ, ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇ ਅਧੀਨ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੇ ਅੱਪਡੇਟ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਇਸ ਨੀਤੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਲਈ ਇੱਕ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰੇਗਾ।

ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਇੱਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ "ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC)" (ਜਾਂ "ਵੈੱਲਨੈੱਸ ਕਮੇਟੀ") ਨੂੰ ਬੁਲਾਏਗਾ, ਜਿਸ ਦੇ

ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਦੇਣਾ, ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਲਈ ਖਾਸ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ, ਸਿੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ।

ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਜਾਂ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਨਿਯੁਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰਾਂ ਅਤੇ ਕਮੇਟੀ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਰੋਸਟਰ ਬਣਾਏਗਾ।

ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਹਰ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਮੀਟਿੰਗ ਕਰੇਗੀ।

ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਜਾਂ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਮਨੋਨੀਤ ਬੰਦਾ, ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਹਰ ਬਿਲਡਿੰਗ ਦਾ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਮਾਪੇ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਅਧਿਆਪਕ, ਸਕੂਲ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕ, ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਮੈਂਬਰ, ਬਾਹਰੀ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਕੂਲ ਬਿਲਡਿੰਗ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ, ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਵੈਲਨੈੱਸ ਕਮੇਟੀ ਲਈ ਸਟਾਫ਼ ਦੀਆਂ ਨਿਯੁਕਤੀਆਂ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਜਾਂ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਮਨੋਨੀਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰੇਗਾ। ਐਕਸ ਔਫੀਸ਼ਿਓ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਮੈਂਬਰ, ਵੈੱਲਨੈੱਸ ਕਮੇਟੀ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੁਕਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਇੱਕ ਵਿਧਾਨਕ ਕਮੇਟੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਕਮੇਟੀ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ RSA 91-A ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ।

II. ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ (ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੀਤੀ) ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ, ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

A. **ਟੀਚੇ**

ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਟੀਚਾ
ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ	ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਏਗਾ, ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਨਮੂਨੇ ਦੇਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਾਠਕ੍ਰਮ, ਐਥਲੈਟਿਕਸ, ਸਹਿ-ਪਾਠਕ੍ਰਮ, ਕਲੱਬਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ।
ਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ	ਸਕੂਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਿਜ਼ੁਅਲਸ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲਾਨਾ ਪੋਸ਼ਣ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਇਵੈਂਟ ਦੇ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਪੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਗਏ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕਿ 100% ਪਾਲਣਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਵੇ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇ। ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਦੀ ਜਨਤਕ ਸੂਚਨਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੈਂਡਬੁੱਕ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ-ਵਿਆਪੀ ਸੁਨੇਹਿਆਂ, ਸਾਲਾਨਾ ਰਿਪੋਰਟ, ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਸਾਲਾਨਾ ਹੋਵੇਗੀ।
ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ	ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਅਤੇ ਪੂਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਕਮਿਊਨਿਟੀ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਅਤੇ ਯੁਵਾ ਖੇਡ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੇਗਾ।
ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਕਟੀਵਿਟੀ	ਸਕੂਲ ਹਰ ਸਾਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਕਟਿਵਿਟੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ।

B. ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ

ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ, ਹਰੇਕ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ (Centers for Disease Control and Prevention's) ਦੇ ਸਕੂਲ ਹੈਲਥ ਇੰਡੈਕਸ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸਕੂਲ-ਪੱਧਰ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ, ਉਹ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲਾਨ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸਾਲਾਨਾ ਪ੍ਰਗਤੀ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਪਲਬਧ ਟੂਲਸ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਲਾਇੰਸ ਫੋਰ ਹੈਲਦਿਅਰ ਜਨਰੇਸ਼ਨ (Alliance for a Healthier Generation) ਹੈਲਦੀ ਸਕੂਲਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗਾ। ਸਕੂਲ-ਪੱਧਰ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ/ਰਿਪੋਰਟ ਹਰ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਦੇ 30 ਸਤੰਬਰ ਤੱਕ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

C. ਨੀਤੀ ਦੀ ਸਲਾਨਾ ਸੂਚਨਾ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਹਰ ਸਾਲ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਇਸ ਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਸਮੱਗਰੀ, ਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਅੱਪਡੇਟ, ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏਗਾ। ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕਮੇਟੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਨਿਯੁਕਤੀਕਰਤਾ) ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕਰ ਰਹੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ (ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ) ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵੈਲਨੈੱਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿ ਲੋਕ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ(SWAC) ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ।

D. ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਹਰ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ, ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗੀ:

- ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ;
- ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਮਾਡਲ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ; ਅਤੇ
- ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦਾ ਵਰਣਨ।

ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਸਾਲਾਨਾ ਸਕੂਲ ਹੈਲਥ ਇੰਡੈਕਸ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ; ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ; ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਟੀਚੇ ਪੂਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਨਵਾਂ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ, ਉੱਭਰਦੀ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ; ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਫੈਡਰਲ ਜਾਂ ਸਟੇਟ ਦੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮਿਆਰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਕਰੇਗੀ। ਬੋਰਡ ਜਿਵੇਂ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬੋਰਡ ਉਚਿਤ ਸਮਝੇ ਅਜਿਹੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੇਗਾ।

E. ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ

ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਇਸ ਪਾਲਿਸੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਰਿਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ;
- ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ;
- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਾ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ/ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼;
- ਇਸ ਲੋੜ ਦੀ ਸਲਾਨਾ ਪਾਲਣਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅੱਪਡੇਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਨਤਾ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ; ਅਤੇ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀਕਰਨ; ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਹਰੇਕ ਅੱਪਡੇਟ ਵਿੱਚ ਕੌਣ/ਕੌਣ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੁਆਰਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

F. ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ, ਪਹੁੰਚ, ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਉਹਨਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਉਸ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ, ਲਾਗੂ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਾਪਿਆਂ/ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੁਧਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ, ਬਾਲ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

III. ਪੋਸ਼ਣ

A. **ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ**

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਯੂ। ਐੱਸ। ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਐਗਰੀਕਲਚਰ (USDA) ਚਾਈਲਡ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NSLP) ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SBP) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਕੂਲ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਨ ਜੋ:

- ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹੈ;
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਆਕਰਸ਼ਕ ਅਤੇ ਖਿੱਚਵੇਂ ਹਨ;
- ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੁਹਾਵਣੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ;
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ
- ਸਥਾਨਕ, ਰਾਜ, ਅਤੇ ਫੈਡਰਲ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਤ ਮੌਜੂਦਾ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਰੀਇੰਮਬਰਸੇਬਲ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ***USDA*** ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਇੱਥੇ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ:

https://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals

B. **ਸਟਾਫ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵਿਕਾਸ**

ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ, ਪ੍ਰਬੰਧਕ, ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਸਕੂਲ ਪੋਸ਼ਣ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਲਈ *USDA* ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਅਤੇ

ਸਾਲਾਨਾ ਨਿਰੰਤਰ ਸਿੱਖਿਆ/ਸਿਖਲਾਈ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਗੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਨਗੇ, ਜੋ ਕਿ ਇੱਥੇ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ:

https://www.fns.usda.gov/school-meals/professional-standards

C. ਪਾਣੀ

ਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਫਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਬਿਨਾਂ ਸੁਆਦ ਵਾਲਾ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਹਰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਹਰ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ ਜਦੋਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਖਾਣਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੋ:
1. ਉਹ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀਆਂ ਬਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਟੁੱਟਣਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ;
2. ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਢੱਕਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ
3. ਸਿਰਫ਼ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ

ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਬੋਰਡ ਪਾਲਿਸੀ JICD ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

D. ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ

"ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ" (ਯਾਨੀ, ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਵੇਚੇ ਅਤੇ ਪਰੋਸੇ ਜਾਂ ਮਾਰਕੀਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ, ਪਰ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ) ਨੂੰ *USDA* ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

https://www.fns.usda.gov/school-meals/smart-snacks-school

ਇਹ ਮਿਆਰ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਵੇਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਅਤੇ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਲਾ ਕਾਰਟੇ ਵਿਕਲਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਇਸ ਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਕੀਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਪ੍ਰਚਾਰੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਸਕੂਲ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਵਿੱਚ USDA ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਗੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣਗੇ। ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਤਰੱਕੀਆਂ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ:

- ਬ੍ਰਾਂਡ ਦੇ ਨਾਮ, ਟ੍ਰੇਡਮਾਰਕ, ਲੋਗੋ, ਜਾਂ ਟੈਗ, ਸਿਵਾਏ ਜਦੋਂ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਕੰਟੇਨਰ 'ਤੇ ਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਡਿਸਪਲੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ।
- ਸਕੂਲੀ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ 'ਤੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਬ੍ਰਾਂਡ, ਲੋਗੋ, ਨਾਮ, ਜਾਂ ਟ੍ਰੇਡਮਾਰਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਰਕੀਜ਼, ਸੰਦੇਸ਼ ਬੋਰਡ, ਸਕੋਰਬੋਰਡ, ਜਾਂ ਬੈਕਬੋਰਡ (**ਨੋਟ**: ਇਹਨਾਂ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਦੋਂ ਮੌਜੂਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਨਵਿਆਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿੱਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਭਵ ਹੋਣ ਤੇ ਆਈਟਮਾਂ ਦੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਨੀਤੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਤੇ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਕੋਰਬੋਰਡਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਟਿਕਾਊ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦੇਵੇਗਾ ਜਾਂ ਅਪਡੇਟ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ।)
- ਤਰਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪਾਂ, ਮੀਨੂ ਬੋਰਡ, ਕੂਲਰ, ਰੱਦੀ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਉਪਕਰਣਾਂ; ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੋਸਟਰਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਕਵਰ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਜਾਂ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ, ਵੰਡੀਆਂ, ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂ ਵੇਚੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਕੂਲ ਸਪਲਾਈਆਂ 'ਤੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਬ੍ਰਾਂਡ, ਲੋਗੋ, ਨਾਮ, ਜਾਂ ਟ੍ਰੇਡਮਾਰਕ।
- ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੱਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ।

- ਮੁਫ਼ਤ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਨਮੂਨੇ, ਸਵਾਦ ਟੈਸਟ, ਕਿਸੇ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਕੂਪਨ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੁਫ਼ਤ ਨਮੂਨੇ।

ਉਹਨਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਲਈ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਬ੍ਰਾਂਡ ਨਾਮ, ਲੋਗੋ ਅਤੇ ਟ੍ਰੇਡਮਾਰਕ ਜੋ ਸਕੂਲ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਵਿੱਚ USDA ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਕਰਨ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਉਤਪਾਦ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਗੈਰ-ਅਨੁਕੂਲ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਜਾਂ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਅਨੁਕੂਲ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਬ੍ਰਾਂਡ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ, ਸਕੂਲ ਐਥਲੈਟਿਕ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ-ਅਧਿਆਪਕ ਸੰਘ ਮੌਜੂਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ, ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਖਰੀਦ (ਅਤੇ ਬਦਲੀ) ਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਪਾਲਿਸੀ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਿਤ ਲਾਗੂ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

E. <u>ਜਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਨਾਮ</u>

ਸਕੂਲ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਿਆਰਾਂ ਵਿੱਚ USDA ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਗੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣਗੇ। ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਸਜ਼ਾ ਵਜੋਂ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੈਲਨੈੱਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ (SWAC) ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਗੈਰ-ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿਚਾਰ, ਅਤੇ ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

F. <u>ਫੂਡ ਸੇਲ ਫੰਡਰੇਜ਼ਿੰਗ</u>

ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਵਿੱਚ USDA ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਫੰਡਰੇਜ਼ਰ ਦੁਆਰਾ ਵੇਚੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫੰਡਰੇਜ਼ਿੰਗ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਭੋਜਨ ਫੰਡਰੇਜ਼ਰ ਚੁਣਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਫੰਡਰੇਜ਼ਿੰਗ ਵਿਚਾਰਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਵਸਥਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਗੈਰ-ਅਨੁਕੂਲ ਭੋਜਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ) ਦੀ ਨੌਂ ਬੇਕ ਸੇਲ ਜਾਂ ਹੋਰ ਫੰਡਰੇਜ਼ਿੰਗ ਭੋਜਨ ਵਿਕਰੀ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਦੀ ਮਿਆਦ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਫੰਡਰੇਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਕੂਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਟਰੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

G. <u>ਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ</u>

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਕੂਲ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਨਾਲ ਹੀ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਪ੍ਰਮੋਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ।

- ਸਮਾਰਟ ਲੰਚਰੂਮ ਮੂਵਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਬੂਤ-ਆਧਾਰਿਤ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ, ਜੋ ਕਿ ਇੱਥੇ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ:

  https://www.smarterlunchrooms.org/scorecard-tools/smarter-lunchrooms-strategies

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ 100% ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮਿਆਰਾਂ ਵਿੱਚ USDA ਸਮਾਰਟ ਸਨੈਕਸ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਧੀਕ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਤਕਨੀਕਾਂ ਜੋ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਕੂਲ Alliance for a Healthier Generation ਦੇ ਸਮਾਰਟ ਫੂਡ ਪਲਾਨਰ (Smart

Flood Planner) ਰਾਹੀਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:

https://www.healthiergeneration.org/our-work/business-sector-engagement/ improving-access-to-address-health-equity/smart-food-planner.

H. ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣਾ ਸਿਖਾਏਗਾ, ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕਰੇਗਾ, ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗਾ।

- ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਅਤੇ ਮਿਆਰਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਗਿਆਨ, ਰਵੱਈਏ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ।
- ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪੋਸਟਰ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਭੋਜਨ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਖਾਧਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁੱਖ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

- ਪੂਰੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਨੇਹੇ ਫੈਲਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਵਧੀਆ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ:
  - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ;
  - ਜਿੱਥੇ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ, ਗਣਿਤ, ਵਿਗਿਆਨ, ਭਾਸ਼ਾ ਕਲਾ, ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਗਿਆਨ, ਅਤੇ ਚੋਣਵੇਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ;
  - ਮਜ਼ੇਦਾਰ, ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਆਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਬੰਧਿਤ, ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਪਾਠ, ਪ੍ਰਚਾਰ, ਸੁਆਦ-ਜਾਂਚ, ਖੇਤਾਂ ਦੇ ਦੌਰੇ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਗੀਚੇ;
  - ਫਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਸਾਬਤ-ਅਨਾਜ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਘੱਟ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਚਰਬੀ-ਮੁਕਤ ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ;
  - ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੇਵਨ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੀ ਖਪਤ ਵਿਚਕਾਰ ਕੈਲੋਰੀ ਸੰਤੁਲਨ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ (ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ/ਕਸਰਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ);
  - ਸਕੂਲੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਾਗ, ਫਾਰਮ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ, ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਲਿੰਕ;
  - ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਮੀਡੀਆ ਸਾਖਰਤਾ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ
  - ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਟਾਫ ਲਈ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

IV. ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਰਾਜ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ। ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਛੁੱਟੀ, ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਬਰੇਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ) ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਸਜ਼ਾ ਵਜੋਂ **ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ।**

A. ਕਲਾਸਰੂਮ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਲਈ ਬ੍ਰੇਕ

ਰੋਜ਼ ਦੀ ਆਮ ਅਨੁਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅੱਧੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿਨ ਭਰ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਸਟਰੈਚ ਕਰਨ ਲਈ **ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਮੌਕੇ** ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ 3-5-ਮਿੰਟ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਛੋਟੇ ਬ੍ਰੇਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਬ੍ਰੇਕ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਕਲਾਸ, ਅੱਧੀ ਛੁੱਟੀ, ਅਤੇ ਕਲਾਸ ਬਦਲਣ ਦੇ ਪੀਰੀਅਡ ਦੇ ਪੂਰਕ ਹੋਣਗੇ, ਨਾ ਕਿ ਬਦਲ।

B. ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਬਨਾਮ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਕਲੱਬਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

C. ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਪੈਦਲ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਸਾਈਕਲ ‘ਤੇ ਜਾਣਾ

ਜੇਕਰ ਬਿਲਡਿੰਗ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਪੈਦਲ ਜਾਂ ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਸਕੂਲ ਆਉਣ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗਾ।

V. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ

ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਾਰੀਆਂ ਸਕੂਲ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ, ਸਿਰਫ਼ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਐਥਲੈਟਿਕ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਲਈ ਗੈਰ-ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ "ਹਰੇ" ਉਤਪਾਦਾਂ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਕੀਤੇ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਅਤੇ ਖਾਦ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਜੋ ਵਾਤਾਵਰਣ 'ਤੇ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਣਗੇ। ਬਾਹਰੀ ਕਲਾਸਰੂਮਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।
ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਗੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਗੀਚੇ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

VI. ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਿਖਲਾਈ

ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਕਲਾਸਰੂਮ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਅਤੇ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਕਨੂੰਨੀ	42 U.S.C. 1751, Richard B. Russell National School Lunch Act (ਰਿਚਰਡ ਬੀ. ਰਸਲ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਐਕਟ) 42 U.S.C. 1771, Child Nutrition Act (ਬਾਲ ਪੋਸ਼ਣ ਐਕਟ) of 1966
	Section 204 of Public Law 108-265, Child Nutrition and WIC Reauthorization Act of 2004 The Healthy Hunger-Free Kids Act of 2010 (ਪਬਲਿਕ ਲਾਅ 108-265 ਦੀ ਧਾਰਾ 204, 2004 ਦਾ ਬਾਲ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ WIC ਪੁਨਰ ਅਧਿਕਾਰ ਐਕਟ 2010 ਦਾ ਹੈਲਥੀ ਹੰਗਰ-ਫ੍ਰੀ ਕਿਡਜ਼ ਐਕਟ)
	7 C.F.R 210, National School Lunch Program (ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਲੰਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) 7 C.F.R 220,
	School Breakfast Program (ਸਕੂਲ ਬ੍ਰੇਕਫਾਸਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) RSA 189:11-a, Food and Nutrition
	Programs (ਫੂਡ ਅਤੇ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)
	N.H. Dept. of Education Administrative Rule (N.H. ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਰੂਲ) Ed 306.04 (a)(20), Wellness (ਵੈੱਲਨੈੱਸ)
	N.H. Dept. of Education Administrative Rule (N.H. ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਰੂਲ) Ed 306.11 (g), Food and Nutrition Services ((ਫੂਡ ਅਤੇ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼)
	N.H. Dept. of Education Administrative Rule (N.H. ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਰੂਲ) Ed 306.38 (b)(1)b, Family and Consumer Science Education Program (middle schools), (ਫੈਮਿਲੀ ਅਤੇ ਕੰਜਿਉਮਰ ਸਾਇੰਸ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) (ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ)
	N.H. Dept. of Education Administrative Rule (N.H. ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਰੂਲ) Ed 306.40, Health Education Program (ਹੈਲਥ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)
ਕ੍ਰਾਸ ਰੈਫਰੈਂਸ	EF - Food Service (ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ)
	IMAH - Daily Physical Activity (ਦੈਨਿਕ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ)
	JLC - Student Health Services and School Nurses (ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਨਰਸਾਂ)