पाँच त्वरित युक्तियाँ

निःशुल्क और कम घरेलू आय आवेदन भरना

सभी आवश्यक फील्ड भरें

1. आपके बच्चे का स्कूल इस आवेदन पर कार्य नहीं कर सकेगा यदि आवश्यक फील्ड भरे हुए नहीं होंगे। यदि आपको इस विषय में कोई प्रश्न पूछना है कि आवश्यक क्या-क्या है, तो आप आवेदन निर्देशों में दिए गए कांटेक्ट द्वारा हमसे सम्पर्क करें!
2. यदि आवेदन के प्रथम चरण (1) में प्रवासी, भागा हुआ या बेघर पर टिक किया गया है, तो कोई भी लाभ प्रदान करने से पहले आपके बच्चे के स्कूल को उपयुक्त स्कूल अधिकारी से इस स्थिति की पुष्टि करनी पड़ेगी।

क्या आपका बच्चा निःशुल्क भोजन के लिए सीधे प्रमाणित है?

3. यदि घर पर आपके बच्चे के स्कूल से ऐसा कोई सूचनात्मक पत्र प्राप्त होता है जिसमें यह कहा गया है कि वह निःशुल्क भोजन के लिए सीधे प्रमाणित है, तो आपको आवेदन भरने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि आपका बच्चा निःशुल्क भोजन प्राप्त करने के लिए स्वतः योग्य है। यदि सीधे प्रमाणन को लेकर आपको कुछ पूछना है, या यदि आपको घर के किसी एक बच्चे के लिए ही सूचना पत्र मिला है, तो आपके बच्चे के स्कूल में सम्पर्क करें।

केस नंबर

4. यदि आप आवेदन के चरण 2 में केस नंबर प्रदान कर रहे हैं, और आपके घर में कोई SNAP और/या TANF सहायता प्राप्त कर रहा है, तो आपके आवेदन के साथ स्वास्थ्य व मानव सेवा विभाग (DHHS) से मिले हुए SNAP और/या TANF योग्यता को लेकर निर्णय के नोटिस की एक प्रति अवश्य संलग्न करें। यदि आपको DHHS से निर्णय की सूचना की प्रति प्राप्त करनी है, तो 1-844-ASK-DHHS से सम्पर्क करें।

SNAP = पूरक पोषण सहायता कार्यक्रम

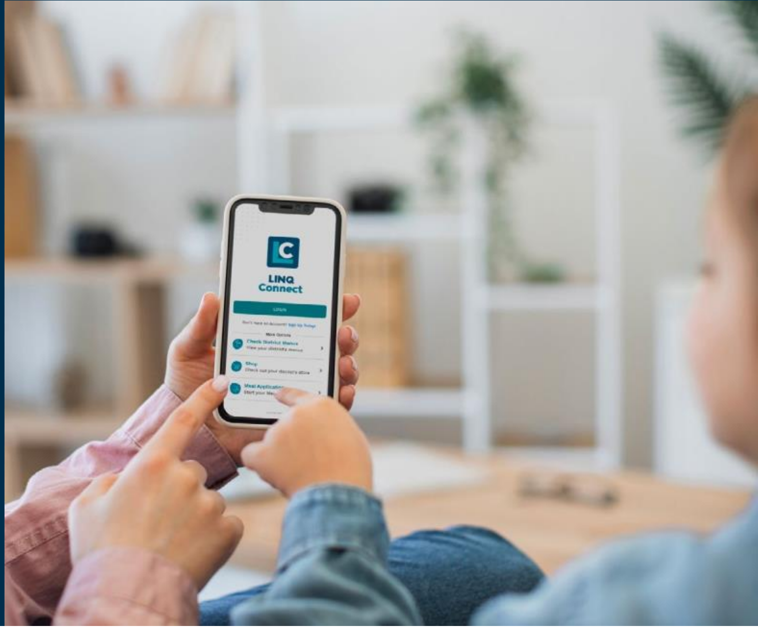
TANF या FANF = ज़रूरतमंद परिवारों के लिए अस्थायी (या वित्तीय) सहायता

कुल घरेलू सदस्य

5. सुनिश्चित करें कि नामों की संख्या (घर के बच्चे और बड़े सदस्य) चरण तीन (3) में लिखे गए घर के सदस्यों की कुल संख्या के बराबर है। यदि यह समान नहीं है, तो आपके बच्चे का स्कूल आवेदन पर कार्य नहीं कर सकेगा।

USDA एक समान अवसर प्रदाता, नियोक्ता, और ऋणदाता है।

LINQ Connect



आसान लॉग इन

भुगतान मैनेज करने, रिमाइंडर सेट करने और बहुत कुछ करने के लिए एक केंद्रीकृत स्थान!

मुफ्त साइन-अप

इसके यूज़र-फ्रेंडली पोर्टल से साइन अप आसानी से और फटाफट हो सकता है।

अब कोई परेशानी नहीं

स्कूल में नकद पैसे भेजने नहीं पड़ेंगे। आसानी से एक बार या आवर्ती भुगतान करें।

रिसोर्स संटर

अपने छात्र के लिए भुगतान सेट करने में आपकी मदद करने के लिए उपयोगी गाइड और उपयोगी टूल खोजें।

डैशबोर्ड

एक सरल और इंटरैक्टिव डैशबोर्ड जहाँ आप अपने सभी छात्रों को एक साथ देख सकते हैं।

फ़ीस चुकाना हुआ आसन

इयरबुक, फ़ील्ड ट्रिप, ग्रेजुएशन फ़ीस वगैरह का भुगतान LINQ Connect मोबाइल ऐप से या ऑनलाइन करें!

मुफ़्त मोबाइल ऐप डाउनलोड करें या देखें

LINQConnect.com

Google Play

Apple Store

LINQ

Lebanon
SAU 88
SCHOOL DISTRICT
अधीक्षक का कार्यालय
20 Seminary Hill
West Lebanon, NH 03784
टेलीफोन: 603-790-8500 फैक्स: 603-790-8310
www.sau88.net

Amy Allen, अधीक्षक
Karen DuBois, अकादमिक, संलग्नता और अवसर निदेशक
Ben Nester, विद्यार्थी सेवाओं की निदेशक
Tim Ball, व्यवसाय प्रशासक

संयुक्त राज्य अमेरिका के कृषि विभाग (USDA) के राष्ट्रीय स्कूल लंच कार्यक्रम (NSLP) के अंतर्गत निःशुल्क और कम कीमत वाले स्कूल भोजन से सम्बंधित अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

अगस्त 2025

प्रिय माता-पिता/अभिभावक:

Lebanon स्कूल डिस्ट्रिक्ट USDA राष्ट्रीय स्कूल लंच कार्यक्रम के तहत हर स्कूल दिवस स्वास्थ्यवर्धक भोजन प्रदान करता है। नाश्ते की कीमत $2.00 ग्रेड प्री-किंडरगार्टन से चौथा, $2.25 ग्रेड पांच से बारह; दोपहर के भोजन की कीमत $3.95 ग्रेड प्री-किंडरगार्टन से चौथा, $4.05 ग्रेड पांच से बारह। आपके बच्चे इस कार्यक्रम के अनुसार निःशुल्क भोजन या कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्र हो सकते हैं। अगर आपका घर कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्र है, तो नाश्ता बिना किसी शुल्क के मिलेगा और दोपहर का भोजन $0.40 का मिलेगा। **निःशुल्क और कम कीमत वाला भोजन आवेदन केवल भोजन आवेदन ही नहीं है, क्योंकि आपका पात्रता पत्र आपको डिस्ट्रिक्ट और समुदाय में अतिरिक्त लाभ भी प्रदान कर सकता है। इन लाभों के कुछ उदाहरण हैं कि आपको कम पूर्वस्कूली/ग्रीष्मकालीन शिविर ट्यूशन, सालाना पुस्तक (इयरबुक) फ़ीस, खोए हुए एजेंडा शुल्क, कम उपयोगिताएं और कम सदस्यता शुल्क देने पड़ सकते हैं।** नीचे आपके बच्चे की पात्रता निर्धारित करने में सहायता करने के लिए कुछ सामान्य प्रश्न और उनके उत्तर दिए गए हैं।

1. निःशुल्क या कम कीमत वाला भोजन किसे मिल सकता है?

- **पूरक पोषण सहायता कार्यक्रम** (NH SNAP) या **जरूरत परिवारों के लिए अस्थायी सहायता** (NH TANF) से लाभ प्राप्त करने वाले घरों के सभी बच्चे निःशुल्क भोजन के लिए पात्र हैं।
- पालक बच्चे जो किसी पालक देखभाल एजेंसी या अदालत की कानूनी जिम्मेदारी के तहत हैं, वे निःशुल्क भोजन के लिए पात्र हैं।
- अपने स्कूल के Head Start कार्यक्रम में भाग लेने वाले बच्चे निःशुल्क भोजन के लिए पात्र हैं।
- जो बच्चे बेघर, भागे हुए या प्रवासी की परिभाषा के अनुरूप हैं, वे निःशुल्क भोजन के लिए पात्र हैं।
- यदि आपके घर की आय नीचे दिए गए चार्ट के अनुसार संघीय आय पात्रता दिशानिर्देशों द्वारा निर्धारित सीमाओं के भीतर है, तो बच्चों को निःशुल्क या कम कीमत वाला भोजन मिल सकता है।

बाल पोषण कार्यक्रमों के लिए आय दिशानिर्देश: 1 जुलाई, 2025 से 30 जून, 2026

घर का आकार	वार्षिक	मासिक	महीने में दो बार	हर दो सप्ताह में	साप्ताहिक
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
परिवार के प्रत्येक अतिरिक्त सदस्य के लिए, जोड़ें	10,175	818	424	392	196

2. मुझे कैसे पता चलेगा कि मेरा बच्चा(चे) बेघर, प्रवासी या भागा हुआ माना जायेगा या नहीं?

- क्या आपके घर के सदस्यों का कोई स्थायी पता नहीं है? क्या आप किसी आश्रयस्थल, होटल या अन्य अस्थायी आवास व्यवस्था में एक साथ रह रहे हैं? क्या आपका परिवार मौसम के आधार पर स्थानांतरित होता है? क्या आपके साथ रहने वाले किसी बच्चे ने अपने पिछले परिवार या घर को छोड़ा हुआ है? अगर आपको लगता है कि आपके घर के बच्चे इन विवरणों को पूरा करते हैं और आपको यह नहीं बताया गया है कि आपके बच्चों को निःशुल्क भोजन मिलेगा, तो कृपया **छात्र सेवा निदेशक, Ben Nester को 603-790-8500 एक्सटेंशन 1110 या bnester@sau88.net पर कॉल या ईमेल करें।**

3. क्या मुझे प्रत्येक बच्चे के लिए अलग-अलग आवेदन भरना होगा?

- *नहीं। अपने घर के सभी छात्रों के लिए एक निःशुल्क और कम कीमत वाले स्कूल भोजन आवेदन का उपयोग करें।* हम ऐसे आवेदन को मंज़ूरी नहीं दे सकते जो पूरे भरे हुए नहीं हों, इसलिए सभी जरूरी जानकारी भरना न भूलें। भरा हुआ आवेदन इस पते पर भेजें: **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 एक्सटेंशन 1115.**

4. अगर मुझे इस शैक्षणिक वर्ष में एक पत्र मिला है जिसमें कहा गया है कि मेरे बच्चे को निःशुल्क भोजन के लिए पहले से स्वीकृति मिल चुकी है, तो भी क्या मुझे आवेदन भरना चाहिए?

- नहीं, लेकिन कृपया प्राप्त पत्र को ध्यान से पढ़ें और दिए गए निर्देशों का पालन करें। अगर आपके परिवार के किसी बच्चे का नाम उस पात्रता सूचना में नहीं है, तो तुरंत संपर्क करें: **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 एक्सटेंशन 1115, sbriggs@sau88.net.**

5. क्या मैं ऑनलाइन आवेदन कर सकता/ती हूँ?

- हाँ! अगर आप कर सकते हैं, तो कागज़ी आवेदन की जगह ऑनलाइन आवेदन भरना ज्यादा अच्छा है। ऑनलाइन आवेदन की आवश्यकताएं समान ही हैं और आपसे कागज़ी आवेदन जैसी ही जानकारी माँगी जाएगी। ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया शुरू करने या इसके बारे में अधिक जानने के लिए https://linqconnect.com पर जाएँ। ऑनलाइन आवेदन के बारे में कोई प्रश्न पूछना हो, तो **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 एक्सटेंशन 1115, sbriggs@sau88.net** से संपर्क करें।

6. मेरा आवेदन पिछले साल स्वीकृत हुआ था। क्या मुझे फिर से आवेदन भरना होगा?

- हाँ। वह आवेदन केवल उसी शैक्षणिक वर्ष और इस शैक्षणिक वर्ष के शुरुआती कुछ दिनों के लिए मान्य है। आपको नया आवेदन भेजना होगा, जब तक कि स्कूल आपको सूचित न करे कि आपका बच्चा नए शैक्षणिक वर्ष के लिए पात्र है।

7. मुझे New Hampshire महिला, शिशु और बालक पोषण कार्यक्रम (WIC) मिलता है। क्या मेरे बच्चे को निःशुल्क भोजन मिल सकता है?

- WIC में भाग लेने वाले परिवारों के बच्चे निःशुल्क या कम कीमत वाले भोजन के पात्र हो <u>सकते</u> हैं। WIC में भाग लेने से आपका परिवार अपने आप ही निःशुल्क या कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्र नहीं माना जाता। कृपया आय आवेदन के माध्यम से भोजन के लिए आवेदन करें।

8. क्या मेरे द्वारा दी गई जानकारी की जाँच की जाएगी?

- हाँ। हम आपसे आपके द्वारा बताई गई पारिवारिक आय का लिखित प्रमाण भेजने के लिए भी कह सकते हैं।

9. अगर मैं अभी पात्र नहीं हूँ, तो क्या मैं बाद में आवेदन कर सकता/ती हूँ?

- हाँ। स्कूल वर्ष के दौरान आप किसी भी समय आवेदन कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, अगर बच्चों के माता-पिता या अभिभावक बेरोज़गार हो जाते हैं, तो वे निःशुल्क और कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्र हो सकते हैं, यदि आपके परिवार की आय आय सीमा से कम हो जाती है।

10. अगर मेरे आवेदन को लेकर स्कूल के निर्णय से मैं असहमत हूँ, तो क्या किया जा सकता है?

- आपको स्कूल के अधिकारियों से बात करनी चाहिए। आप: **Amy Allen, Superintendent of Schools, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 एक्सटेंशन 1107, aallen@sau88.net** पर फ़ोन करके या लिखकर भी सुनवाई का अनुरोध कर सकते हैं।

11. अगर मेरे घर में कोई भी अमेरिकी नागरिक नहीं है, तो क्या मैं आवेदन कर सकता/ती हूँ?

- हाँ। निःशुल्क या कम कीमत वाले भोजन के लिए आवेदन करने के लिए आवश्यकता नहीं है कि आप, आपके बच्चे या घर के अन्य सदस्य अमेरिकी नागरिक हों ही।

12. अगर मेरी आय हमेशा समान नहीं रहती हो, तो?

- वह राशि लिखें जो आपको सामान्यतः प्राप्त होती है। उदाहरण के लिए, अगर आप सामान्यतः हर महीने $1000 कमाते हैं, लेकिन पिछले महीने आपका कुछ काम रह गया और केवल $900 कमाए, प्रति माह $1000 की कमाई लिखें। अगर आपको सामान्यतः ओवरटाइम मिलता है, तो उसे शामिल करें, लेकिन अगर आप कभी-कभार ही ओवरटाइम करते हैं, तो उसे शामिल न करें। अगर आपकी नौकरी चली गई है या आपके काम के घंटे या वेतन कम हो गए हैं, तो अपनी वर्तमान आय लिखें।

13. अगर घर के कुछ सदस्यों के पास बताने के लिए कोई आय नहीं है, तो?
    - हो सकता है कि आपके घर के सदस्यों को उस प्रकार की आय प्राप्त नहीं होती हो, जिसकी जानकारी हम आपको आवेदन में देने के लिए कहते हैं, या हो सकता है कि उनकी बिल्कुल भी आय नहीं होती हो। ऐसा हो, तो कृपया फ़ील्ड में 0 लिखें। हालाँकि, अगर कोई आय फ़ील्ड खाली या रिक्त छोड़ दिया जाता है, तो उसे भी शून्य ही माना जाएगा। कृपया आय फ़ील्ड को खाली छोड़ते समय सावधानी रखें, क्योंकि हम मान लेंगे कि आप वास्तव में ऐसा करना चाहते थे।
14. हम सेना में हैं; क्या हमें अपनी आय अलग तरीके से दर्शानी होती है?
    - आपका मूल वेतन और नकद बोनस आय के रूप में दर्शाया जाना चाहिए। यदि आपको ऑफ़-बेस आवास, भोजन या कपड़ों के लिए कोई नकद मूल्य भत्ता मिलता है, या पारिवारिक निर्वाह पूरक भत्ता मिलता है, तो उसे भी आय में शामिल किया जाना चाहिए। हालाँकि, यदि आपका आवास सैन्य आवास निजीकरण पहल के तहत मिला हुआ है, तो अपने आवास भत्ते को आय में शामिल न करें। तैनाती के परिणामस्वरूप मिलने वाला कोई भी अतिरिक्त युद्ध वेतन भी आय में नहीं गिना जाता है।
15. यदि आवेदन में मेरे परिवार के लिए पर्याप्त जगह नहीं है, तो?
    - एक अलग कागज पर घर के अतिरिक्त सदस्य(यों) की सूची बनाएँ और उसे अपने आवेदन के साथ संलग्न करें। दूसरा आवेदन प्राप्त करने के लिए **Shaylee Briggs, 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784, 603-790-8500 एक्सटेंशन 1115, sbriggs@sau88.net** से संपर्क करें।
16. मेरे परिवार को और मदद की आवश्यकता है, क्या ऐसे अन्य कार्यक्रम भी हैं जिनके लिए हम आवेदन कर सकते हैं?
    - **SNAP, TANF, भारतीय आरक्षणार्थ खाद्य वितरण कार्यक्रम (FDPIR)** या अन्य सहायता लाभों के लिए आवेदन कैसे करें, यह जानने के लिए अपने स्थानीय सहायता कार्यालय से संपर्क करें या **603 271-9700 या 844-275-3447** पर कॉल करें।
17. मुझे आवेदन का परिणाम कैसे पता चलेगा?
    - पात्रता निर्धारण वाला एक पत्र आपको डाक से भेजा जाएगा। कृपया इस पत्र को सुरक्षित स्थान पर रखें क्योंकि आप इसका उपयोग डिस्ट्रिक्ट और समुदाय में अतिरिक्त लाभ प्राप्त करने के लिए कर सकते हैं। इन लाभों के कुछ उदाहरण हैं कि आपको कम पूर्वस्कूली/ग्रीष्मकालीन शिविर ट्यूशन, सालाना पुस्तक (इयरबुक) फ़ीस, खोए हुए एजेंडा शुल्क, कम उपयोगिताएं और कम सदस्यता शुल्क देने पड़ सकते हैं। कृपया व्यवसायों से संपर्क करें क्योंकि उनकी छूट में बदलाव हो सकता है।

यदि आपके कोई और प्रश्न पूछने हैं या आपको सहायता चाहिए, तो Shaylee Briggs को 603-790-8500 एक्सटेंशन 1115 या sbriggs@sau88.net पर कॉल या ईमेल करें।

भवदीय,

Shaylee Briggs

Shaylee Briggs, सहायक व्यवसाय प्रशासक
Lebanon स्कूल डिस्ट्रिक्ट - SAU88
20 Seminary Hill
West Lebanon, NH 03784
603-790-8500 एक्सटेंशन 1115
sbriggs@sau88.net

USDA एक समान अवसर प्रदाता, नियोक्ता और ऋणदाता है।

वषर 2025-2026 में, मुफ्त एवं कम कीमत में स्कूल से भोजन प्राप्त करने हेतु घर-परिवार के लिए आवेदन-पत्र की प्राथमिक रूपरेखा यहाँ ऑनलाइन आवेदन करें www.linqconnect.com एक घर के लिए सिफ़र एक आवेदन दें। कलम (पेंसिल नहीं) का इस्तेमाल करें। Hindi Translation

चरण 1 ग्रड 12 तक क, घर क सभी सदस्यों की सची जो शिश, बच्च और छात्र ह (यदि अतिरिक्त नाम क लिए अधिक स्थान चाहिए, तो अलग पन्न का इस्तमाल कर)

घरेलू सदस्य की परिभाषा: "कोई भी, जो आपके साथ रहते हैं और आमदनी तथा खर्च में हिस्सेदारी निभाते हैं, भले ही वो आपके संबंधी नहीं हों"।

जो बच्चे **पालक देखभाल (फॉस्टर केयर)** में हैं और **बेघर, प्रवासी** या **भगोड़ा** की श्रेणी में आते हैं, वे सब मुफ्त भोजन के लिए योग्य पात्र हैं। अधिक जानकारी के लिए पढ़ें- **स्कूल से मुफ्त और कम कीमत पर भोजन के लिए आवेदन कैसे करें।**

बच्चा का प्रथम नाम	MI	बच्चा का अंतिम नाम	ग्रेड	छात्र? हाँ	छात्र? नहीं	पालक बच्चा=	बेघर, प्रवासी, भगोड़ा
				○	○	☐	☐
				○	○	☐	☐
				○	○	☐	☐
				○	○	☐	☐
				○	○	☐	☐

जो लागू हो, उन सबकी जांच करें

चरण 2 क्या वतमान म, आपक घर का कोई सदस्य (आप सहित) नीच दिय गय एक या उसस अधिक सहायता कायक्रम म भाग लता ह: SNAP, TANF, या FDPIR?

यदि नहीं > चरण 3 पर जांय। **यदि हाँ** > यहां केस नंबर लिखें और चरण 4 पर जांय (चरण 3 को पूरा नहीं भरें)

केस नंबर:

इस स्थान में सिर्फ एक केस नंबर लिखें।

चरण 3 घर क सभी सदस्यों की आय बताए (यदि आपन चरण 2 म 'हाँ' लिखा ह तो इस चरण को छोड़ द)

क्या आपको पता नहीं कि यहाँ कौन सी आय को शामिल करना है?

पृष्ट को उलटिये और अधिक जानकारी के लिए "आय के स्त्रोत" शीर्षक को पढ़ें।

"बालकों की आय के स्त्रोत" चार्ट से आपको बाल आय अनुभाग में मदद मिलेगी।

"व्यस्कों की आय के स्त्रोत" चार्ट से आपको घर के सभी वयस्क सदस्य अनुभाग में मदद मिलेगी

क. बाल आय

कभी-कभी घर के बच्चे की भी आमदनी होती है या उन्हें किसी अन्य स्त्रोत से पैसे मिलते हैं। कृपया, यहाँ चरण 1 में दिये गये घर के सभी सदस्यों की आय को शामिल करें।

बाल आय	प्राय: कितनी बार? साप्ताहिक	सप्ताह में दो बार	पाक्षिक	मासिक
$	○	○	○	○

ख. घर के सभी वयस्क सदस्य (आप समेत)

घर के सभी सदस्यों की सूची दें जो चरण 1 में सूचीबद्ध नहीं हैं (आप समेत), भले ही सभी सदस्यों की आमदनी नहीं हो। घर के उन सभी सदस्यों जिनकी सूची दी गई है, के सभी स्त्रोतों से प्राप्त कुल आय (आयकर भरने से पहले) को डॉलर (सेंट में नहीं) बताएं। यदि उनके आय का कोई स्त्रोत नहीं हैं, तो '0' लिखें। यदि आप '0' लिखते हैं या किसी भी स्थान को खाली छोड़ देते हैं, तो इसका मतलब है कि आप सत्यापित करते हैं कि उक्त स्थान के लिए कोई आय प्राप्त नहीं है।

घर के वयस्क सदस्यों की सूची (प्रथम एवं अंतिम नाम)	काम से प्राप्त आय	प्राय: कितनी बार? साप्ताहिक	सप्ताह में दो बार	पाक्षिक	मासिक	लोक सहायता/ बाल सहयोग/ निर्वाह खर्च	प्राय: कितनी बार? साप्ताहिक	सप्ताह में दो बार	पाक्षिक	मासिक	पेंशन / सेवानिवृति / अन्य सभी तरह की आय	प्राय: कितनी बार? साप्ताहिक	सप्ताह में दो बार	पाक्षिक	मासिक
	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○
	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○
	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○
	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○
	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○	$	○	○	○	○

घर के कुल सदस्य (बच्चे एवं वयस्क)

घर के प्रथम व्यक्ति का या अन्य सदस्यों का सामाजिक सुरक्षा नंबर (SSN) के अंतिम चार अंक X X X X X

यदि SSN नहीं है तो जांच करें ☐

चरण 4 संपक की जानकारी और वयस्क का हस्ताक्षर

मैं सत्यापित करता हूँ कि इस आवेदन पत्र में दी गई सभी जानकारियाँ सत्य हैं और आय संबंधी पूर्ण जानकारी दी गई है। मैं जानता हूँ कि यह जानकारी फेडेरल फंड को पाने के लिए है, और स्कूल के अधिकारी इसकी जांच कर सकते हैं। मुझे इस बात का ज्ञान है कि यदि मैं जानबूझ कर झूठी जानकारी देता हूँ, तो मेरे बच्चों को यह लाभ नहीं मिलेगा और मुझ पर "राज्य और संघीय कानून" के तहत कार्रवाई हो सकती है।

स्ट्रीट का पता (यदि हो तो) | अपार्टमेंट# | शहर | राज्य | ज़िप | दिन के समय कार्यरत फोन एवं इमेल (वैकल्पिक)

फॉर्म पर हस्ताक्षर करने वाले वयस्क का नाम | वयस्क का हस्ताक्षर | आज की तारीख

निर्देश — आय के साधन

बच्चों के लिए आय के साधन	
बाल आय का साधन	उदाहरण
- काम से प्राप्त आय	- एक बच्चा जो पूर्ण या अंशकालिक काम करता हो जिसके लिए उसे वेतन या मजदूरी मिलती हो
- सामाजिक सुरक्षा - अपंगता के लिए भुगतान - आश्रित होने का लाभ	- एक अंधा या अपंग बच्चा जिसे सामाजिक सुरक्षा का लाभ मिलता हो - अपंग माता-पिता , सेवानिवृत, दिवंगत हों और उनके बच्चों को सामाजिक सुरक्षा का लाभ मिल रहा हो
- घर के अलावे बाहरी लोगों से अर्जित आय	- एक मित्र या विस्तृत परिवार, जिनसे बच्चा को नियमित खर्च मिल रहा हो
- किसी अन्य स्रोत से प्राप्त आय	- एक बच्चा जिसे प्राइवेट पेंशन फंड, एन्युटी, या ट्रस्ट से नियमित आय प्राप्त होती हो

व्यस्कों के लिए आय के साधन		
काम से प्राप्त आय	लोक सहायता / निर्वाह खर्च / बाल सहायता	पेंशन / सेवानिवृति / अन्य सभी आय
- वेतन, मजदूरी, नकद बोनस - □स्वरोजगार से शुद्ध आय (फार्म या व्यापार) यदि आप अमेरिकी सेना में हैं: - मूल वेतन और नकद बोनस (कॉम्बैट भुगतान, □□□□ या प्राइवेट हाउसिंग भत्ते को शामिल नहीं करें) - बाहर रहने के लिए आवास, भोजन या कपड़ों के लिए भत्ते	- बेरोजगारी के भत्ते या लाभ - कामगरों का मुआवजा - सप्लिमेंटल सिक्युरिटी इनकम (□□□) - स्थानीय या राज्य सरकार से नकद सहायता - विकलांगता के लिए भुगतान - बाल सहायता भुगतान (चाइल्ड सपोर्ट पेमेंट्स) - दक्षता का लाभ - हड़ताल से प्राप्त लाभ	- सामजिक सुरक्षा (रेलरोड रिटायरमेंट एवं ब्लैक लंग बेनीफिट समेत) - प्राइवेट पेंशन या अपंगता - ट्रस्ट या इस्टेट से आय - वार्षिकियां (एन्युटीज) - पूंजी निवेश से आय - अर्जित ब्याज - किराये से प्राप्त आय - घर के बाहर से प्राप्त नियमित कैश भुगतान

वैक्लिपक — बच्चों का नस्लीय एवं नृजातीय पहचान

हमें आपके बच्चे के नस्ल और जातीयता की जानकारी चाहिए। यह जानकारी महत्वपूर्ण है, जो यह सुनिश्चित करता है कि हम अपने समुदाय की पूरी तरह से सेवा कर रहे हैं। यह वैकल्पिक सवाल है और स्कूल से मिलने वाले मुफ्त या कम कीमत में भोजन को प्राप्त करने की पात्रता में बाधक नहीं है।

जातीयता (जांच करें): ◯ हिस्पैनिक या लैटिनो ◯ हिस्पैनिक या लैटिनो नहीं

वंश (एक या अधिक को जांचें): ☐ अमेरिकी इंडियन या अलास्काई मूल निवासी ☐ एशियन ☐ ब्लैक या अफ्रिकी अमेरिकन ☐ हवाईयन मूल या अन्य पैसिफिक आइलैंडर ☐ श्वेत

□दि रिचर्ड बी. **रस्सेल नैशनल स्कूल लंच एक्ट को इस आवेदन-पत्र के संबंध में** जानकारी चाहिए। आप यह जानकारी नहीं भी दे सकते हैं, परं ऐसा नहींकरने पर हम आपके बच्चे को मुफ्त या कम कीमत पर भोजन पाने के लिए अनुमोदित नहीं कर सकते हैं। इस आवेदन पत्र पर आपके घर के जिस वयस्क का हस्ताक्षर है, उनके सामाजिक सुरक्षा नंबर के अंतिम के चार अंको को अवश्य लिखें। यदि आप पालक बच्चा के बदले में आवेदन कर रहे हैं या सप्लिमेंटल न्युट्रिशन असिस्टेंश प्रोग्राम (SNAP), टेम्पोरैरी असिस्टेंश फॉर नीडी फैमिली (TANF) प्रोग्राम या फूड डिस्ट्रिब्युशन प्रोग्राम ऑन इंडियन रिजर्वेशन्स (FDPIR) केस नंबर या बच्चे का अन्य FDPIR पहचान की सूची देते हैं या आप यह निर्दिष्ट करते हैं कि आवेदन पत्र पर हस्ताक्षर करने वाले को सामाजिक सुरक्षा नंबर प्राप्त नहीं है तो सामाजिक सुरक्षा नंबर के अंतिम के चार अंको को लिखना जरूरी नहीं है, आपके द्वारा दी गई जानकारी का इस्तेमाल हम इस बात के लिए करेंगे कि आपका बच्चा मुफ्त या कम कीमत में भोजन प्राप्त करने के लिए योग्य पात्र है, और इस कार्यक्रम शासकीय प्रबंधन तथा ठीक से लागू करने के लिए किया जाएगा। हम आपकी योग्यता/पात्रता की जानकारी शिक्षा, स्वास्थ्य और पोषाहार कार्यक्रम से साझा कर सकते हैं, ताकि इसके फंड या उनके कार्यक्रमों के लाभ आंकने, कार्यक्रम का मूल्यांकन हेतु ऑडिटर, और कानून को लागू करने वाले अधिकारियों को यह जानने में मदद मिले कि यह कार्यक्रम तय नियमों से चल रहा है या नहीं।

फेडेरल सिविल राइट्स लॉ और यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ एग्रीकल्चर (USDA) के सिविल राइट्स रेग्युलेशन एंड पॉलिसीज के मद्देनजर, USDA, इनकी एजेंसियाँ, कार्यालय, और इनके कर्मचारी, और वे संस्थान जो USDA के कार्यक्रमों में हिस्सा ले रहे हैं, को इस बात की सख्त मनाही है वे नस्ल/वंश, रंग, किसी देश का मूलवासी, लिंग, अपंगता, आयु, या USDA द्वारा संचालित या वित्त पोषित किसी कार्यक्रम का प्रतिकार या पूर्व-नागरिक अधिकारों की गतिविधि का प्रतिकार करते हों, के आधार पर भेदभाव नहीं कर सकते।

□अपंग व्यक्ति जिन्हें कार्यक्रम की जानकारी के लिए किसी वैकल्पिक माध्यम की जरूरत है (जैसे- ब्रेल, बड़ा प्रिंट, ऑडियो टेप, अमेरिकी संकेत भाषा (अमेरिकन साइन लैंगुएज) आदि), वे स्थानीय या राज्य की एजेंसियों से संपर्क कर लाभ ले सकते हैं। जिस व्यक्ति को बधिर हैं, सुनने में कठिनाई है या बोलने में अक्षम है, वे (800) 877-8339 पर फेडरल रिले सर्विस द्वारा USDA से संपर्क कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त, अंग्रेजी के अलावा अन्य भाषाओं में भी कार्यक्रम की जानकारी उपलब्ध करायी जा सकती है।

कार्यक्रम में भेदभाव की शिकायत के लिए, USDA प्रोग्राम डिस्क्रिमिनेशन कम्प्लेंट फॉर्म, (AD-3027) http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html पर ऑनलाइन प्राप्त कर सकते हैं, और या फिर USDA के किसी कार्यालय से मिल सकता है, या फिर फॉर्म में मांगी गई सभी जानकारियों के साथ USDA को पत्र लिखें। शिकायत हेतु फॉर्म प्राप्त करने के लिए (866) 632-9992 पर कॉल करें। पूरी तरह भरा हुआ फॉर्म या पत्र USDA को भेजें:

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

फैक्स: (202) 690-7442; या

इमेल: program.intake@usda.gov.

यह संस्थान भी समान रूप से अवसर प्रदान करता है।

इसे भरे नहीं — सिर्फ स्कूल के उपयोग के लिए

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 ______

स्कूल से मुफ्त और कम कीमत में दोपहर का भोजन प्राप्त करने के लिए आवेदन कैसे करें

कृपया स्कूल से मुफ्त और कम कीमत में दोपहर का भोजन प्राप्त करने के लिए आवेदन करने के लिए इन निर्देशों का उपयोग करें। प्रत्येक घर के लिए आपको सिर्फ एक आवेदन पत्र देने की जरूरत है, भले ही आपके बच्चे Lebanon School District के एक से अधिक स्कूल में पढ़ते हों। स्कूल से मुफ्त या कम कीमत में मिलने वाले भोजन के लिए आपके बच्चे को प्रमाणित किया जा सके, इसके लिए आवेदन-पत्र पूरी तरह से भरा जाना चाहिए। कृपया इन निर्देशों का पालन करें! दिये गये निर्देशों का प्रत्येक चरण आपके आवेदन पत्र पर दिये गये चरणों से मेल खाते हैं। यदि आपको कभी ऐसा लगता है कि आगे क्या करें और क्या ना करें, कृपया संपर्क Shaylee Briggs, 603-790-8500 x1115, sbriggs@sau88.net करें।

कृपया आवेदन-पत्र भरने के लिए पेन (पेंसिल नहीं) का इस्तेमाल करें और यथासंभव साफ-साफ लिखें।

चरण 1: ग्रेड 12 तक के घर के सभी सदस्य जैसे- शिशु, बच्चे और छात्र की सूची बनाएं

हमें बताएं कि आपके घर में कितने शिशु, बच्चे और स्कूल जाने वाले छात्र रहते हैं। यह जरूरी नहीं कि वे छात्र आपके घर का हिस्सा ही हों।

मुझे इस सूची में किसे शामिल करना चाहिए? इस अनुभाग (सेक्शन) को भरते समय अपने घर के सभी सदस्यों को शामिल करें जो:

- 18 वर्ष तक के बच्चे जिन्हें घर की आय से सहायता मिल रही है;x
- एक पालक व्यवस्था के तहत आपकी देखभाल में हों, या बेघर होने के पात्र हों या भगोड़ा युवा हों;
- Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) स्कूल जाने वाले वे छात्र जो, उम्र के दायरे में नहीं आते हैं।

क) प्रत्येक बच्चे का नाम सूचीबद्ध करें। प्रत्येक बच्चे का नाम लिखें। प्रत्येक बच्चे के लिए आवेदन-पत्र की एक पंक्ति का उपयोग करें। जब नाम लिखें, तो एक बॉक्स में एक ही अक्षर लिखें। दी गई जगह से बाहर नहीं लिखें। यदि बच्चों की संख्या आवेदन-पत्र में दी गई पंक्तियों से अधिक हैं, तो अतिरिक्त बच्चों के लिए अलग से पन्ना (पेज) संलग्न करें और उसमें उस बच्चे से संबंधित जानकारी दें।	**क्या बच्चा** Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) **का एक छात्र है?** हमें यह बताने के लिए कि जो बच्चे Lebanon School District (Hanover Street, Mt. Lebanon, Lebanon Middle, Lebanon High) स्कूल जाते हैं उनके लिए "छात्र" शीर्षक वाले कॉलम में 'हां' या 'नहीं' का चिह्न लगाएं। यदि आप 'हाँ' पर चिह्न लगाते हैं, तो आगे दिये गये 'ग्रेड' कॉलम में छात्र का ग्रेड भी लिखें।	**ग) क्या आप किसी बच्चे का पालक हैं?** यदि सूची में कोई भी पालक बच्चा है, तो बच्चा के नाम आगे दिये गये "पालक बच्चा" बॉक्स में बच्चे के नाम के आगे चिह्न लगाएं। यदि सिर्फ आप पालक बच्चों के लिए आवेदन कर रहे हैं तो **चरण 1** को पूरा करने के बाद, **चरण 4** पर जांय। जो पालक बच्चे आपके साथ रहते हैं, उसकी गिनती आपके परिवार के सदस्य के रूप में हो सकती है और यह आपके आवेदन-पत्र में पर सूचीबद्ध किया जाना चाहिए। यदि आप पालक और गैर-पालक बच्चों के लिए आवेदन करते हैं, तो चरण 3 पर जाएँ।	**घ) क्या कोई बच्चा बेघर, प्रवासी या भगोड़ा है?** क्या आप मानते हैं कि इस खंड में सूचीबद्ध कोई बच्चा "बेघर, प्रवासी, भगोड़ा" की श्रेणी में आता है, यदि हाँ तो बच्चे के नाम के आगे दिए गये बॉक्स में निशान लगाएं और आवेदन के सभी चरणों को पूरा करें।

चरण 2: घर का कोई सदस्य वर्तमान में SNAP, TANF, या FDPIR में हिस्सा लेते हैं?

आपके बच्चे स्कूल से मुफ्त भोजन प्राप्त करने के पात्र हैं, तो क्या इस निमित्त वर्तमान में, आपके घर का कोई सदस्य (आप सहित) नीचे सूचीबद्ध एक या एक से अधिक सहायता कार्यक्रमों में भाग लेता है:

चरण 2: घर का कोई सदस्य वर्तमान में SNAP, TANF, या FDPIR में हिस्सा लेते हैं?

- द सल्पिमेंट न्युट्रिशन असिस्टेंस प्रोग्राम (SNAP) या NH SNAP
- टेम्पोरैरी असिस्टेंन्स फॉर नीडी फैमिलीज TANF) या NH TANF
- भारतीय आरक्षण का खाद्य वितरण कार्यक्रम (FDPIR)।

क) यदि आपके घर से कोई भी व्यक्ति उपरोक्त सूचीबद्ध कार्यक्रमों में से किसी में भी भाग नहीं लेता है तो:

- **चरण 2** को खाली छोड़ दें और **चरण 3** पर जाएं।

ख) यदि आपके घर से कोई भी व्यक्ति उपरोक्त सूचीबद्ध कार्यक्रमों में से किसी में भी भाग लेता है तो:

- कृपया SNAP, TANF या FDPIR के लिए एक केस नंबर लिखें। आपको केवल एक केस नंबर देने की जरूरत है। यदि आप इनमें से किसी भी कार्यक्रम में भाग लेते हैं और आपको केस नंबर पता नहीं है तो, संपर्क करें: 1-800-852-3345 x4238, 1-844-275-3447, 1-603-271-9700
- > **चरण 4** पर जांय।

चरण 3: घर के सभी सदस्यों के आय की जानकारी दें

मैं अपनी आय की जानकारी कैसे दूँ?

- यदि आपको अपने घर की आय की जानकारी देनी है, तो आवेदन-पत्र के पिछ्ले भाग में दिए गये चार्ट- **"वयस्कों के आय के स्त्रोत"** और **"बच्चों के लिए आय के स्त्रोत"** का उपयोग करें।
- आय की 'सिर्फ कुल राशि' की जानकारी दें। कुल आय की जानकारी डॉलर में दें। सेंट को शामिल न करें।
  - कुल आय का मतलब आयकर भुगतान किये बिना कुल प्राप्त आय से है।
  - अधिकांश लोग सोचते हैं कि वे जितनी राशि "घर लाते" हैं वही उनकी आय है, न कि "कुल राशि" जो वो विभिन्न मदों से अर्जित करते हैं। सुनिश्चित करें कि इस आवेदन-पत्र में जो आप आय संबंधी जानकारी दे रहे हैं, उसमें आयकर, बीमा प्रीमियम या अपने वेतन से ली गई सभी राशि शामिल हैं।
- जिस आय को दर्शाने की जरूरत नहीं है वहाँ दिये गये स्थान पर "0" लिखें। किसी भी आय वाली जगह को रिक्त छोड़ गया या खाली होने पर उसे शून्य के रूप में गिना जाएगा। यदि आप '0' लिखते हैं या किसी भी स्थान को खाली छोड़ देते हैं, तो आप सत्यापित करते हैं कि उस स्थान के लिए कोई आय नहीं है। यदि स्थानीय अधिकारियों को संदेह है कि आपने घरेलू आय को गलत तरीके से बताया है, तो आपके आवेदन को जांच की जाएगी।
- चेक बॉक्स को चिन्हित कर बताएं कि प्रत्येक प्रकार की आय कितनी बार प्राप्त होता है।

3.क. बच्चों द्वारा अर्जित की जाने वाली आय की जानकारी दें

क) बच्चों द्वारा अर्जित या इन्हें मिली सम्पूर्ण आय की जानकारी दें। चरण 1 में आपके घर के जिन बच्चों की सूची दी गई है उन सभी का सकल आय (कम्बाइंड ग्रॉस इनकम) "बच्चे की कुल आय" वाले चिह्नित बॉक्स में दर्शाएं। यदि आप अपने घर के बच्चों के साथ पालक बच्चे के लिए आवेदन कर रहे हैं तो सिर्फ पालक बच्चे की आमदनी को दिखाएँ।

बाल आय क्या है? बाल आय वह है जो धन बच्चों को बाहर से प्राप्त होता है और वह राशि बच्चों को सीधे भुगतान किया जाता है। कई घरों में किसी भी बच्चे को बाल आय प्राप्त नहीं है।

3.ख वयस्कों द्वारा अर्जित की गई आय की जानकारी दें

यहाँ मुझे किसे सूचीबद्ध करना चाहिए?

- इस अनुभाग को भरते समय कृपया घर के सभी वयस्क सदस्यों को शामिल करें जो आपके साथ रहते हैं और अपनी आमदनी और खर्चे को बांटते हैं, <u>भले ही वे इस घर से संबंधित नहीं हैं और चाहे उनकी स्वयं की आय प्राप्त नहीं हो।</u>
- ***शामिल न करें:***

चरण 3: घर के सभी सदस्यों के आय की जानकारी दें

- वैसे लोग जो आप के साथ रहते हैं पर उन्हें आपके घर की आय का लाभ नहीं मिलता है और आपके घर की आय में भी योगदान नहीं करते हैं।
- बच्चे और छात्र जो पहले से ही **चरण 1** में सूचीबद्ध हैं।

क) घर के वयस्क सदस्यों के नाम की सूची दें। "घर के वयस्क सदस्यों के नाम (प्रथम और अंतिम)" वाले चिह्नित बॉक्स में घर के प्रत्येक सदस्य का नाम लिखें। **चरण 1** में सूचीबद्ध किसी भी सदस्य का नाम नहीं दें। यदि **चरण 1** में सूचीबद्ध कोई बच्चा जिसकी आमदनी हो तो **चरण 3** के भाग अ में दिये गये निर्देशों का पालन करें	**ख) काम से अर्जित आय की जानकारी दें।** आवेदन-पत्र में "काम से अर्जित की गई आय" वाली जगह पर काम से अर्जित होने वाली संपूर्ण आय की जानकारी दें। आमतौर पर यह नौकरियों से प्राप्त होने वाला धन है। यदि आप बतौर स्वरोजगार - एक व्यापारी या खेत के मालिक हैं, तो आप अपनी शुद्ध आय के जानकारी देंगें। ***क्या होगा यदि मैं स्वरोजगारी हूँ?*** उन कामों से प्राप्त होने वाली शुद्ध आय की जानकारी दें। इसकी गणना आपके व्यापार की कुल प्राप्ति (receipts) में से व्यापार का कुल परिचालन खर्च को घटाकर की जाती है।	**ग) सार्वजनिक सहायता/ बच्चों का सहयोग/ गुजारा भत्ता से प्राप्त आय की जानकारी दें।** आवेदन-पत्र पर "सार्वजनिक सहायता/बच्चों का सहयोग/गुजारा भत्ता" वाली जगह में लागू होने वाले सभी आय की जानकारी दें। किसी सार्वजनिक सहायता के लाभ का नकद मूल्य (कैश वैल्यु) जो चार्ट में सूचीबद्ध नहीं है की जानकारी नहीं दें। यदि आमदनी बच्चों के सहयोग से या गुजारा भत्ता से प्राप्त होता है, तो केवल अदालती आदेश से दिए भुगतान की जानकारी दें। अनौपचारिक किंतु नियमित भुगतान को अगले भाग में "अन्य" आय के रूप में जानकारी दी जानी चाहिए।
घ) पेंशन/ सेवानिवृत्ति/ अन्य सभी से प्राप्त आय की जानकारी दें। आवेदन-पत्र में उन सभी आमदनियों की जानकारी दें जो "पेंशन/ सेवानिवृत्ति/ अन्य सभी आय" पर लागू होता है।	**ड़.) घर के कुल आकार की जानकारी।** घर के कुल सदस्यों की संख्या "कुल घरेलू सदस्य (बच्चे और वयस्क)" में दर्ज करें। यह संख्या **चरण 1** और **चरण 3** में सूचीबद्ध घर के सदस्यों की संख्या के बराबर होनी चाहिए। यदि आपने घर के किसी सदस्य को आवेदन-पत्र में सूचीबद्ध नहीं किया है, तो कृपया उन्हें शामिल करें। घर के सभी सदस्यों को सूचीबद्ध करना बहुत ही जरूरी है, आपके घर का आकार मुफ्त और कम कीमत पर भोजन प्राप्त करने की आपकी पात्रता को प्रभावित करता है।	**च) आप अपने सामाजिक सुरक्षा नंबर के अंतिम चार अंक प्रदान करें।** घर का एक वयस्क सदस्य दिये गये स्थान में अपने सामाजिक सुरक्षा नंबर के अंतिम चार अंक दर्ज करें। यदि आपके पास सामाजिक सुरक्षा नंबर नहीं है, तब भी आप लाभ प्राप्त करने के पात्र हैं। यदि घर के किसी वयस्क सदस्य के पास सामाजिक सुरक्षा नंबर नहीं है तो इस स्थान को रिक्त छोड़ दें और दिये गये बॉक्स में “यदि SS# नहीं है, तो इसकी जाँच करें” पर चिह्न लगाएं।

चरण 4: संपर्क की जानकारी और वयस्क का हस्ताक्षर

सभी आवेदन-पत्रों पर घर के एक वयस्क सदस्य का हस्ताक्षर होना जरूरी है। आवेदन पर हस्ताक्षर करने का मतलब है कि घर का वह सदस्य सभी दी गई सूचनाओं की सत्यता और पूर्णता का वादा किया है। इस खंड को पूरा करने से पहले, कृपया यह भी सुनिश्चित कर लें कि आप आवेदन के पिछ्ले पन्ने पर दी गई गोपनीयता और नागरिक अधिकारों का बयान पढ़ा है।

क) अपने संपर्क की जानकारी दें। यदि यह जानकारी उपलब्ध है तो दिये गये स्थान में अपना वर्तमान पता लिखें। यदि आपका कोई स्थायी पता नहीं है तो यह आपके बच्चों को स्कूल से मुफ्त या कम कीमत में भोजन प्राप्त करने के लिए अयोग्य साबित नहीं करता है। एक फोन नंबर, ईमेल पता साझा करना या दोनों वैकल्पिक है, लेकिन जरूरत पड़ने पर हमें आपसे शीघ्र संपर्क करने में मदद करता है।	**ख) अपना नाम लिखें और हस्ताक्षर करें।** आवेदन-पत्र पर हस्ताक्षर करने वाले वयस्क का नाम लिखें और "वयस्क का हस्ताक्षर" वाले हस्ताक्षरी बॉक्स में हस्ताक्षर करें।	**ग) आज की तारीख लिखें।** दिये गये बॉक्स में आज की तारीख लिखें।	**घ) बच्चों के नस्लीय और जातीय पहचान के बारे में लिखें (वैकल्पिक)।** आवेदन-पत्र के पिछ्ले पन्ने पर, हम आपसे आपके बच्चों के नस्ल और जातीयता के बारे में जानकारी साझा करने को कहा है। इस सवाल वैकल्पिक है और स्कूल से मिलने वाले मुफ्त या कम कीमत के भोजन को प्राप्त करने की पात्रता में बाधक नहीं है।

भोजन शुल्क

स्कूल लंच प्रोग्राम भोजन शुल्क

हालाँकि माता-पिता, कानूनी अभिभावकों और देखभालकर्ताओं (अब आगे "अभिभावक") को छात्रों के साथ स्कूल में भोजन भेजने का स्वागत किया जाता है और इसके लिए प्रोत्साहित किया जाता है, फिर भी डिस्ट्रिक्ट स्कूल कैफेटेरिया से नाश्ता, दोपहर का भोजन और स्कूल के बाद स्नैक्स खरीदने का अवसर प्रदान करता है। सारा भोजन संघीय पोषण मानकों को पूरा करता है या उससे अधिक है। भोजन दिए जाने के तुरन्त बाद भुगतान की उम्मीद की जाती है। भुगतान नकद हो सकता है, चेक हो सकता है, या छात्र के लंच अकाउंट में मौजूद राशि से डेबिट के रूप में हो सकता है।

नेशनल स्कूल लंच प्रोग्राम (NSLP), जिसमें डिस्ट्रिक्ट भाग लेता है, के तहत, स्कूल लंच प्रोग्राम (वह कार्यक्रम जो डिस्ट्रिक्ट के सारे स्कूल भोजन प्रावधान संचालित करता है) को संघीय कानून द्वारा गैर-लाभकारी प्रोग्राम के रूप में संचालित किया जाना आवश्यक है जो प्रत्येक वित्तीय वर्ष में बिना किसी नेगेटिव बैलेंस (बिना किसी लाभ) के साथ समाप्त होना चाहिए। एकत्र न किए गए ऋण का भुगतान स्कूल लंच प्रोग्राम को अन्य निधियों से किया जाना चाहिए।
इसलिए, जिन अभिभावकों को अपने छात्रों के भोजन के लिए पूर्ण या कम कीमत का भुगतान करना चाहिए, उन्हें यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि स्कूल लंच प्रोग्राम को उनके छात्र के भोजन का भुगतान किया जा चुका है। डिस्ट्रिक्ट की नीति उन प्रयासों को बढ़ावा देने की है जिससे कि छात्र भोजन अकाउंट में पहले से ही पैसे जमा रहें, ताकि ऐसी परिस्थितियों से बचा जा सके जब इन अकाउंट्स पर काफी ऋण हो जाये।

छात्र भोजन अकाउंट्स

भोजन के भुगतान के लिए डिस्ट्रिक्ट एक पॉइंट-ऑफ-सेल कम्प्यूटरीकृत प्रणाली का उपयोग करता है जिसमें सभी छात्रों का एक अकाउंट होता है। इस प्रणाली का उपयोग करके भोजन खरीदने वाले छात्रों के अभिभावकों को छात्र के भोजन अकाउंट में पहले से ही धनराशि जमा रखनी होगी।

छात्र के लंच अकाउंट में पैसे नकद, चेक या ऑनलाइन भुगतान के ज़रिए जमा किए जा सकते हैं। "Lebanon School District Food Service" को दिए गए नकद या चेक कैफ़ेटेरिया के कैशियर या फ़ूड सर्विस ऑफ़िस में दिए जाने चाहिए। चेक इस पते पर भी डाक से भेजे जा सकते हैं: 20 Seminary Hill, West Lebanon, NH 03784. डिस्ट्रिक्ट एक ऐसे ऑनलाइन भुगतान प्लेटफ़ॉर्म की सेवाओं का उपयोग करता है जिससे अभिभावक किसी भी समय अपने छात्र के बैलेंस की जाँच कर सकते हैं। चेक या ऑनलाइन भुगतान करने को प्रोत्साहित किया जाता है, क्योंकि इससे भुगतान का रिकॉर्ड रहता है। ऑनलाइन सेवा द्वारा लिए जाने वाला कोई भी शुल्क अभिभावकों को देना होगा। संयुक्त राज्य कृषि विभाग (आगे से "USDA") के मार्गदर्शन SP 02-2015 के अनुसार, नकद या चेक द्वारा किए गए छात्र भोजन अकाउंट में पैसे जमा करने पर कोई प्रसंस्करण शुल्क नहीं होगा।

अपर्याप्त धनराशि के कारण लौटाए गए किसी भी चेक पर लगने वाला बैंक शुल्क अभिभावक से लिया जाएगा। RSA 358-C के अनुसार, शुल्क $25.00 से अधिक नहीं लिया जा सकता है, और

अपर्याप्त धनराशि के कारण लौटाए गए चेक पर लगे शुल्क की सूचना अभिभावक को टेलीफोन या लिखित नोटिस द्वारा दी जाएगी।

जब भी अभिभावकों को कम और ऋणात्मक-बैलेंस की सूचना (आग से "नोटिस" या "सूचना") दी जाएगी तो उसमें यह जानकारी शामिल होगी: छात्र भोजन अकाउंट के बैलेंस को सत्यापित करने की, अकाउंट का बैलेंस सही नहीं होने को लेकर चिंताओं को हल करने की या खाद्य सेवा निदेशक के नाम, टाइटल, उपलब्ध होने के घंटे, फोन नंबर और ई-मेल एड्रेस सहित स्कूल भोजन कार्यक्रम के बारे में जानकारी प्राप्त करने की।

छात्र भोजन अकाउंट के उपयोग की निगरानी

जो अभिभावक अपने छात्र के लिए भोजन अकाउंट बनाते हैं, उन्हीं की यह जिम्मेदारी भी होती है कि वे अपने छात्र पर अकाउंट का उपयोग करने को लेकर किसी प्रकार का आवश्यक प्रतिबंध भी लगाएँ। जब तक अभिभावक द्वारा प्रतिबंधित नहीं किया जाता है, कोई छात्र नियमित भोजन विकल्पों के अलावा "अ ला कार्टे" (अतिरिक्त) आइटम भी खरीद सकता है। छात्र एक ही बार में एक से अधिक भोजन और/या स्कूल के बाद स्नैक्स खरीद सकते हैं। अभिभावकों को छात्र के द्वारा उसके भोजन अकाउंट के उपयोग की निगरानी करनी चाहिए ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि उनके छात्र के पास भोजन का खर्च देने के लिए हर समय पर्याप्त धनराशि उपलब्ध हो।

डिस्ट्रिक्ट की नीति यह सुनिश्चित करना है कि छात्रों को स्वास्थ्यवर्धक भोजन प्राप्त हो और किसी भी छात्र के साथ मानक स्कूल भोजन या स्कूल कैफेटेरिया प्रक्रियाओं से अलग व्यवहार नहीं हो। इसलिए, छात्र के भोजन अकाउंट में पर्याप्त राशि नहीं होने पर भी डिस्ट्रिक्ट छात्रों को भोजन खरीदने की अनुमति देगा। यह नीति आम तौर पर कैफ़ेटेरिया, नाश्ते और दोपहर के भोजन में उपलब्ध चीजों पर लागू होती है।

बैलेंस स्टेटमेंट और नोटिफ़िकेशन

डिस्ट्रिक्ट छात्र के भोजन अकाउंट में धनात्मक राशि बनाए रखने के लिए अभिभावकों के साथ सक्रिय रूप से काम करेगा। अधीक्षक प्रत्येक स्कूल में एक ऐसी प्रक्रिया स्थापित करेगा जिसके अनुसार यह आवश्यक होगा कि जब भी किसी छात्र के भोजन अकाउंट में शेषराशि एक निर्धारित राशि जितनी या उससे कम हो जाये, तो अभिभावकों को लो बैलेंस स्टेटमेंट भेजा जाए। लो बैलेंस के लिए यह निर्धारित राशि आमतौर पर एक सप्ताह के भोजन का भुगतान करने के लिए आवश्यक अनुमानित राशि जितनी होती है, जो सामान्यतया एलीमेंट्री स्कूल दर पर पाँच नाश्ते और दोपहर के भोजन की लागत के बराबर होती है।

अभिभावकों को भेजी गयी कम और ऋणात्मक-बैलेंस की सूचना (आग से "नोटिस" या "सूचना") में यह जानकारी शामिल होगी: छात्र भोजन अकाउंट के बैलेंस को सत्यापित करने की, अकाउंट का बैलेंस सही नहीं होने को लेकर चिंताओं को हल करने की या खाद्य सेवा निदेशक के नाम, टाइटल, उपलब्ध होने के घंटे, फोन नंबर और ई-मेल एड्रेस सहित स्कूल भोजन कार्यक्रम के बारे में जानकारी प्राप्त करने की।

नोटिस ई-मेल या पत्र द्वारा भेजे जाएँगे। केवल वे डिस्ट्रिक्ट कर्मचारी ही अभिभावकों से भुगतान नहीं किए गए भोजन शुल्क के बारे में बात कर सकते हैं जिन्होंने संघीय व राज्य कानून की गोपनीयता आवश्यकताओं का प्रशिक्षण प्राप्त किया है, जिसमें स्कूल भोजन कार्यक्रमों के लिए USDA मार्गदर्शन शामिल है, और जिन्हें बच्चे के अकाउंट बैलेंस और पात्रता जानकारी की एक्सेस रखने की आवश्यकता है। 42 U.S.C. 1758(b)(6) के अनुसार, भुगतान नहीं किए गए भोजन शुल्क के बारे में अभिभावकों से बात करने के लिए माता-पिता, अभिभावक या देखभाल करने वाले स्वयंसेवकों सहित स्वयंसेवकों का उपयोग नहीं किया जाएगा।

डिस्ट्रिक्ट इस बात को स्वीकार करता है कि अप्रत्याशित वित्तीय कठिनाइयाँ आ जाती हैं और ऐसी परिस्थिति में संचित ऋण की राशि पर नियंत्रण रखने के लिए अभिभावकों के साथ काम करेगा। ऐसा करने के लिए, यह आवश्यक है कि अभिभावक नोटिस का जवाब दें और डिस्ट्रिक्ट कर्मचारियों के प्रयासों में सहयोग करें। निष्पक्षता और बराबरी के व्यवहार के लिए यह आवश्यक है कि जो भुगतान करने में सक्षम हैं, लेकिन प्राथमिकता नहीं देते हैं, उन्हें तुरंत अपने छात्र के भोजन अकाउंट के बैलेंस को धनात्मक लाना चाहिए। डिस्ट्रिक्ट के सक्रिय दृष्टिकोण का उद्देश्य यह सुनिश्चित करने में मदद करना है कि छात्रों को स्वस्थ भोजन मिले और अभिभावक स्कूल भोजन कार्यक्रम के लिए अधिक ऋण न बढ़ाएं।

मुफ़्त या कम कीमत वाला भोजन

जिन परिवारों के लिए आर्थिक परिस्थितियों के कारण भोजन का भुगतान करना मुश्किल हो गया है, डिस्ट्रिक्ट उन परिवारों के छात्रों को मुफ्त या कम कीमत पर भोजन प्रदान करने के लिए संघ समर्थित कार्यक्रम में भाग लेता है। पात्रता के लिए आय दिशानिर्देश परिवार के आकार पर आधारित होते हैं और ये USDA द्वारा हर साल अपडेट किए जाते हैं। डिस्ट्रिक्ट यह सुनिश्चित करेगा कि अभिभावकों को मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्रता आवश्यकताओं और आवेदन प्रक्रियाओं के साथ-साथ इस नीति की आवश्यकताओं के बारे में सूचित किया गया है।

अभिभावकों को इस नीति की एक प्रति और मुफ्त या कम लागत वाले भोजन के लिए एक आवेदन पत्र हर साल स्कूल वर्ष की शुरुआत में या तो मेल द्वारा भेजा जाना चाहिए या उस स्कूल वर्ष के दौरान स्थानांतरित हुए छात्र के नामांकन पर, पेरेंट्स हैंडबुक में दिया जाना चाहिए, और छात्र भोजन अकाउंट में ऋणात्मक बैलेंस को सही करने के लिए भुगतान की माँग करते समय अभिभावकों को भेजे गए सभी नोटिसों के एक घटक के रूप में भेजा जाना चाहिए। मुफ़्त या कम कीमत वाले भोजन की उपलब्धता के बारे में बताते समय होने वाली बातचीत में संघीय विनियमन, 7 C.F.R. 245.5 के तहत आवश्यक सभी तत्व शामिल होने चाहिए। प्रत्येक नोटिस में डिस्ट्रिक्ट कर्मचारियों में से किसी एक सदस्य की पहचान भी होनी चाहिए, उसकी संपर्क जानकारी सहित, जो सवालों के जवाब देने या अभिभावकों को मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए आवेदन करने में सहायता करने के लिए उपलब्ध हो।

जैसा कि 1964 के नागरिक अधिकार अधिनियम और USDA मार्गदर्शन के तहत आवश्यक है, सीमित अंग्रेजी प्रवीणता (Limited English Proficiency – “LEP”) वाले अभिभावकों को इस नीति और मुफ्त व कम कीमत वाले भोजन कार्यक्रम के बारे में जानकरी उनके द्वारा समझी जा सकने वाली भाषा में प्रदान की जानी चाहिए। डिस्ट्रिक्ट इस आवश्यकता को पूरा करने के लिए USDA और सामुदायिक

संसाधनों का उपयोग करेगा। यह नीति और मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन कार्यक्रम के लिए आवेदन सामग्री के लिंक स्कूल की वेबसाइट पर पोस्ट किए जाएँगे और प्रत्येक स्कूल में अभिभावकों के लिए उपलब्ध कराए जाएँगे।

डिस्ट्रिक्ट उन छात्रों को सक्रिय रूप से नामांकित करेगा जो स्पष्ट रूप से मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन कार्यक्रम में पात्र पाए जाएँगे। यदि डिस्ट्रिक्ट को किसी भी स्रोत से किसी छात्र की संभावित पात्रता का पता चलेगा तो वह योग्य छात्रों को मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन कार्यक्रम में नामांकित करने की कोशिश करेगा। जब पात्रता सिद्ध हो जाएगी, तो डिस्ट्रिक्ट संघीय और राज्य कानून द्वारा अनुमत जल्द से जल्द प्रभावी तिथि लागू करेगा।

डिस्ट्रिक्ट नगर कल्याण कार्यालयों/मानव सेवा कार्यालयों और अन्य स्थानीय सामाजिक सेवा एजेंसियों को मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन की इस नीति और आवेदन सामग्री की एक प्रति प्रदान करेगा, क्योंकि हो सकता है कि उनका सम्पर्क छंटनी या अन्य वित्तीय कठिनाई का सामना कर रहे अभिभावकों से हो।

बिना नकद राशि या धनात्मक अकाउंट बैलेंस वाले छात्र

भले ही किसी छात्र के पास भोजन का भुगतान करने के लिए पैसे हों या नहीं हों या उसके छात्र भोजन अकाउंट में ऋणात्मक बैलेंस ही हो, यदि वह छात्र भोजन का अनुरोध करता है तो उसे अन्य सभी छात्रों के लिए उपलब्ध विकल्पों में से भोजन प्रदान किया जाएगा। इसका एकमात्र अपवाद तब होगा जब छात्र के अभिभावकों ने डिस्ट्रिक्ट को विशिष्ट लिखित निर्देश प्रदान किया हो कि छात्र को स्कूल लंच प्रोग्राम भोजन प्रदान नहीं किया जाए, और छात्र के पास घर से भेजा गया भोजन है, या फिर उसके पास उचित भोजन तक पहुँच है। किसी भी परिस्थिति में छात्र के भोजन अकाउंट में पैसे नहीं होने के कारण उसके चयनित भोजन को फेंका नहीं जाएगा।

यह अभिभावकों की ज़िम्मेदारी है कि वे अपने छात्र को घर से भोजन देकर भेजें या स्कूल में तैयार भोजन के लिए भुगतान करें। इसलिए, डिस्ट्रिक्ट की नीति छात्रों के भोजन के ऋण के बारे में अभिभावकों को निर्देश देने की है। जब अभिभावक घर से भेजा गया भोजन प्रदान करने का विकल्प चुनते हैं, तो यह अभिभावकों की ज़िम्मेदारी है कि वे अपने छात्र को यह समझाएँ कि स्कूल भोजन कार्यक्रम का उपयोग करने की उसे जरूरत नहीं है।

अगर छात्र का मील अकाउंट बैलेंस शून्य से नीचे आता है, तो तत्काल भुगतान का अनुरोध करने वाला बैलेंस स्टेटमेंट हर हफ़्ते कम-से-कम एक बार अभिभावकों को भेजा जाएगा।

यदि छात्र के भोजन अकाउंट पर $15.00 या उससे अधिक का ऋण हो जाता है, तो तत्काल भुगतान का अनुरोध करने वाला एक पत्र US मेल द्वारा अभिभावक को भेजा जाएगा, या प्रिंसिपल या चयनित व्यक्ति फोन या व्यक्तिगत रूप से अभिभावक से संपर्क करेंगे। यदि आवश्यकता हो, तो प्रिंसिपल भुगतान शेड्यूल की व्यवस्था कर सकता है।

यदि छात्र के भोजन अकाउंट पर $30.00 या उससे अधिक का ऋण हो जाता है, तो प्रिन्सिपल अभिभावक के साथ मीटिंग का अनुरोध करेगा। जब उचित हो, प्रिंसिपल को अभिभावकों के साथ यह पता लगाना चाहिए कि मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए आवेदन की आवश्यकता है क्या।

यदि अकस्मात् कोई वित्तीय कठिनाई वाली परिस्थितियाँ आ गयी हों और परिवार मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए पात्र नहीं है, तो डिस्ट्रिक्ट उस परिवार की सहायता के लिए उपलब्ध सरकारी तथा निजी धर्मार्थ संसाधनों की खोज करने व उन्हें इसमें संलग्न करने के लिए अभिभावकों की सहायता करेगा।

अपने भोजन अकाउंट में शून्य या ऋणात्मक बैलेंस वाले छात्र को ला कार्टे आइटम खरीदने की अनुमति नहीं दी जाएगी, जब तक कि भुगतान खरीदते समय नकद या चेक द्वारा नहीं किया जाता है।

नहीं चुकाया गया कर्ज

यद्यपि डिस्ट्रिक्ट शुरू में ऊपर वर्णित अन्य रास्तों को अपनाएगा, परन्तु यदि अभिवावक असहयोगी या अनुत्तरदायी हैं, और उनका(के) छात्र निरंतर या तेजी से ऋणात्मक अकाउंट बैलेंस बढ़ाये जा रहे है, तो डिस्ट्रिक्ट नागरिक कानूनी कार्रवाई के माध्यम से ऐसे अकाउंट का भुगतान प्राप्त करने का अधिकार सुरक्षित रखता है, जिसमें RSA अध्याय 503 के अनुसार छोटे दावों की अदालत में दावा दायर करना शामिल है। इस तरह की कार्रवाई तब तक नहीं होगी जब तक कि प्रमाणित मेल पर अभिभावकों को दो पत्र नहीं भेज दिए गए हों, वापसी रसीद का अनुरोध किया जाता है। ऐसे मामलों में, अधीक्षक को यह आकलन करने का अधिकार सौंपा जाता है कि कितनी सम्भावना है कि नागरिक कार्रवाई से भुगतान प्राप्त हो जाएगा, पैसे प्राप्त करने की इस प्रक्रिया को आगे बढ़ाने के लिए आवश्यक संसाधन हैं या नहीं, और इस तरह की कार्रवाई को केवल तभी आगे बढ़ाना जब ऐसा करना डिस्ट्रिक्ट के सर्वोत्तम हित में है।

अधीक्षक उन गैर-लाभकारी दान संस्थाओं की खोज करने की कोशिश करेगा जो उन छात्रों के भोजन अकाउंट में धनात्मक बैलेंस बनाए रखने में सहायता करने के लिए डिस्ट्रिक्ट को पैसे दान देने के इच्छुक हैं जिनके अभिभावक मुफ्त भोजन के लिए पात्र नहीं हैं और जो वित्तीय कठिनाई के कारण लगातार छात्र भोजन अकाउंट में धनात्मक बैलेंस बनाये रखने में असमर्थ हैं। यदि वित्तीय वर्ष के अंत में संघीय आवश्यकताओं को पूरा करने के अंतिम उपाय के रूप में, छात्र भोजन अकाउंट में बकाया ऋण अन्य डिस्ट्रिक्ट निधियों द्वारा स्कूल भोजन कार्यक्रम में दिया जाता है, तो भुगतान नहीं किया गया भोजन शुल्क डिस्ट्रिक्ट को चुकाने के लिए अभिभावकों पर ऋण रूप रहेगा। ऊपर दी गई नीति को लागू करते हुए, अधीक्षक यह निर्धारित करेगा कि पैसे प्राप्त करने के और प्रयास करना डिस्ट्रिक्ट के सर्वोत्तम हित में हैं या नहीं। प्राप्त किया गया ऋण, जो डिस्ट्रिक्ट निधियों द्वारा चुकाया गया था, वह डिस्ट्रिक्ट में क्रेडिट किया जाएगा। सभी ऋण प्राप्ति प्रयास RSA अध्याय 358-सी, न्यू हैम्पशायर के अनुचित, भ्रामक या अनुचित संग्रह प्रथाओं अधिनियम का अनुपालन करेंगे।

स्टाफ द्वारा नीति लागू करना/प्रशिक्षण

इस नीति और रिफ्रेशर प्रशिक्षण की एक प्रति उन सभी खाद्य सेवा और स्कूल स्टाफ को सालाना प्रदान की जाएगी जो छात्रों को भोजन देने या इस नीति को लागू करने के लिए जिम्मेदार हैं। जिन नए कर्मचारियों पर यह जिम्मेदारी है उन्हें उनके प्रारंभिक प्रशिक्षण या ओरिएंटेशन के दौरान इस नीति की एक लिखित प्रति और नीति पर प्रशिक्षण प्रदान किया जाएगा। संघीय आवश्यकताओं के अनुसार,

इसका एक रिकॉर्ड रखा जाएगा जिसमें यह लिखित होगा कि नए कर्मचारी नीति और प्रशिक्षण प्राप्त करते हैं। रिकॉर्ड में यह भी होना चाहिए कि सभी लागू कर्मचारियों को इस नीति की एक प्रति और वार्षिक रिफ्रेशर प्रशिक्षण प्राप्त होता है।

ऐसा छात्र जिसे आहार संबंधी विशेष ज़रूरतें हैं

इस नीति में ऐसा कुछ भी नहीं है जो मधुमेह जैसी, लेकिन केवल ये ही नहीं, विशेष आहार संबंधी ज़रूरतों वाले छात्र को उचित भोजन प्रदान करने से रोकता हो, बशर्ते इन ज़रूरतों को स्वास्थ्य योजना, सेक्शन 504 या IEP में प्रलेखित किया गया हो। यदि ऐसा भोजन चिकित्सकीय रूप से आवश्यक है, और छात्र का अकाउंट बैलेंस ऋणात्मक है, या भोजन खरीदने के लिए नकद पैसे नहीं हैं, तो आहार संबंधी आवश्यक आवश्यकताओं को पूरा किया जाएगा।

जिन छात्रों की आहार संबंधी आवश्यकताएं उन्हें कानून के तहत भोजन आवास के योग्य बनाती हैं, उनके लिए भोजन आवास का अनुरोध करने हेतु खाद्य सेवा निदेशक से फोन नंबर (603) 448-1538 पर संपर्क करें।

शिकायत समाधान प्रक्रिया

डिस्ट्रिक्ट को लेकर स्कूल भोजन कार्यक्रम की शिकायत दर्ज करने के लिए खाद्य सेवा निदेशक से फोन नंबर (603) 448-1538 पर संपर्क करें।

USDA को लेकर स्कूल भोजन कार्यक्रम में भेदभाव की शिकायत दर्ज करने के लिए, USDA कार्यक्रम भेदभाव शिकायत फ़ॉर्म (AD-3027) भरें, जो ऑनलाइन यहाँ मिल सकता है: https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/ad-3027.pdf और किसी भी USDA कार्यालय से लिया जा सकता है, या USDA को संबोधित एक पत्र लिखें तथा फ़ॉर्म में माँगी गई सारी जानकारी पत्र में प्रदान करें। शिकायत फॉर्म की एक प्रति प्राप्त करने के लिए, (866) 632-9992 पर कॉल करें। अपना भरा हुआ फ़ॉर्म या पत्र USDA को निम्न में से किसी तरीके से सबमिट करें:

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

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410; या

(2) फैक्स: (202) 690-7442; या

(3) ईमेल: program.intake@usda.gov

यह डिस्ट्रिक्ट एक समान अवसर प्रदाता है।

अभेदभाव

यह डिस्ट्रिक्ट की नीति है कि 7 C.F.R. 245.5(a)(1)(viii) के तहत बाल आहार कार्यक्रमों का संचालन करते हुए किसी भी बच्चे के साथ जाति, लिंग, रंग, राष्ट्रीय मूल, आयु, या विकलांगता के

कारण भेदभाव नहीं किया जाएगा। स्कूल में अन्य भुगतान नहीं किए गए शुल्क होने या अनुशासनात्मक कारणों से छात्रों को भोजन से वंचित नहीं किया जाएगा।

उपेक्षा रिपोर्टिंग के लिए मूल्यांकन

यदि कोई छात्र, जो मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए अयोग्य निर्धारित किया गया है, या जिसके अभिभावकों ने मुफ्त या कम कीमत वाले भोजन के लिए आवेदन भरने में सहयोग करने से मना कर दिया है, को लगातार भोजन प्रदान नहीं किया जाता है, या तो घर से भेजे गए भोजन के कारण या स्कूल भोजन कार्यक्रम के माध्यम से भोजन के भुगतान के कारण, तो प्रिंसिपल यह आकलन करेगा कि RSA 169-C:29-31 के अनुसार, क्या बच्चे की उपेक्षा की रिपोर्ट न्यू हैम्पशायर स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग, बच्चों, युवाओं और परिवारों के लिए डिवीजन, को की जानी चाहिए।

क़ानूनी रेफ़रेंस

15 संयुक्त राज्य संविधान (U.S.C.) § 1692 -1695 फेडरल फेयर डेट कलेक्शन प्रैक्टिस एक्ट (FDCPA)
42 U.S.C. 1758(b)(6), जानकारी का उपयोग या प्रकटीकरण
1964 का नागरिक अधिकार अधिनियम और 7 सी.एफ.आर. भाग 15, उपभाग ए और बी
2 संघीय विनियमन संहिता (*C.F.R.*) *§200.426*
7 CFR §210.09
7 C.F.R §210.10
7 CFR §210.15
7 C.F.R. §245.5
USDA SP 46 -2016 - 1 जुलाई, 2017 से पहले, सभी SFA, जो संघीय स्कूल भोजन कार्यक्रम का संचालन कर रहे हैं, के पास एक लिखित भोजन शुल्क नीति होना आवश्यक है।
USDA मार्गदर्शन SP37 -2016: स्कूल भोजन कार्यक्रमों में सीमित अंग्रेजी प्रवीणता (LEP) वाले व्यक्तियों के लिए सार्थक पहुँच
RSA 189: 11 -a
RSA 358 - C, न्यू हैम्पशायर का अनुचित, भ्रामक या अनुचित संग्रह अभ्यास विधान;
राष्ट्रीय राजमार्ग शिक्षा विभाग तकनीकी सलाहकार - खाद्य और पोषण कार्यक्रम

नीति भी देखें :-
JLCF- वेलनेस
EF - खाद्य सेवा प्रबंधन
EFA - स्वस्थ खाद्य पदार्थों की उपलब्धता और वितरण
EFE - वेंडिंग मशीनें

अपनाया गया: 26 जून, 2024
संशोधित: 20 मई, 2024
अपनाया गया: 18 नवंबर, 2017
समीक्षा की गई: 1 नवंबर, 2017

Lebanon SAU 88 SCHOOL DISTRICT

बुक	नीति मैनुअल
अनुभाग	अनुभाग J - छात्र
शीर्षक	वेलनेस पॉलिसी
कोड	JLCF
स्थिति	सक्रिय
अपनाया गया	10 मई, 2023 को
आखिरी बार संशोधित	3 अप्रैल, 2023 को
पूर्व संशोधित तिथियाँ	अपनाया गया: 12 मई, 2021 संशोधित: 20 अप्रैल, 2021 अपनाया गया: 18 नवंबर, 2017 समीक्षा की गई: 1 नवंबर, 2017 अपनाया गया: 27 मई, 2015 समीक्षा की गई: 1 अप्रैल, 2015 अपनाया गया: 26 अक्टूबर, 2011 समीक्षा की गई: 30 सितंबर, 2011 अपनाया गया: 11 नवंबर, 2006.

वेलनेस पॉलिसी

श्रेणी: कानून द्वारा प्राथमिकता आवश्यक

बोर्ड स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने, बचपन के मोटापे को कम करने और अन्य आहार संबंधित दीर्घावधि बीमारियों को रोकने के लिए उचित पोषण और विकासात्मक रूप से उपयुक्त शारीरिक गतिविधियों के महत्व को समझता है। बोर्ड यह भी मानता है कि बच्चे का पूर्ण स्वास्थ्य और छात्र की सफलता आपस में संबंधित हैं। इसलिए, यह बोर्ड का लक्ष्य है कि शिक्षण माहौल किसी छात्र की समझ, विश्वास, सामाजिक-भावनात्मक कौशल और आदतों को सकारात्मक रूप से प्रभावित करे क्योंकि वे अच्छे पोषण और शारीरिक गतिविधि से संबंधित हैं।

यह नीति व्यावसायिक विचलन को कम करते हुए डिस्ट्रिक्ट के उस दृष्टिकोण को दर्शाती है जिसमें सभी छात्रों को पूरे स्कूल दिवसों में स्वस्थ भोजन और शारीरिक गतिविधि व्यवहार अपनाने के लिए वैसा वातावरण और अवसर सुनिश्चित किया जा सके। यह नीति स्कूल दिवस के दौरान जिले के सभी छात्रों और स्कूलों पर लागू होती है।

स्कूल दिवस को निर्देशात्मक दिन के समाप्त होने के 30 मिनट बाद से मध्यरात्रि पूर्व के रूप में परिभाषित किया जाता है।

I. छात्र कल्याण सलाहकार समिति (Student Wellness Advisory Committee - SWAC)

अधीक्षक, छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) के परामर्श से, स्कूल बोर्ड की मंज़ूरी के पश्चात्, जिला कल्याण नीति में अपडेट करने की सुविधा प्रदान करेगा, और नीति के अनुपालन की देखरेख करेगा। इसके अलावा, अधीक्षक भवन में इस नीति का अनुपालन सुनिश्चित करने में मदद करने के लिए प्रत्येक स्कूल हेतु एक भवन कल्याण समन्वयक निर्धारित करेगा।

अधीक्षक एक प्रतिनिधि "छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC)" (या "कल्याण समिति") का आयोजन करेगा, जिसके कार्यों में इस नीति और इसके अपडेट के कार्यान्वयन की समीक्षा तथा सलाह, और पोषण संवर्धन, शिक्षा तथा शारीरिक गतिविधि के लिए विशिष्ट लक्ष्यों की स्थापना करना शामिल होंगे।

अधीक्षक या उस पद का नामित व्यक्ति (प्रतिनिधि) छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) के अध्यक्ष के रूप में कार्य करेगा और भवन कल्याण समन्वयक तथा समिति में सेवारत अन्य व्यक्तियों का एक अपडेटेड रोस्टर बनाएगा।

छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) प्रति स्कूल वर्ष कम से कम तीन बार बैठक करेगी।

छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) को प्रत्येक स्कूल और समुदाय की विविधता का प्रतिनिधित्व करना चाहिए, और जहाँ तक संभव हो, इसमें अधीक्षक या उसके प्रतिनिधि, खाद्य सेवा निदेशक, प्रत्येक भवन कल्याण समन्वयक, माता-पिता, छात्र, शारीरिक शिक्षा शिक्षक, स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षक, स्कूल परामर्शदाता, स्कूल प्रशासक, एक स्कूल बोर्ड सदस्य, बाहर के स्वास्थ्य पेशेवर, व्यक्तिगत स्कूल भवन प्रतिनिधि और जनता के सदस्य शामिल हैं।

कल्याण समिति में स्टाफ की नियुक्ति अधीक्षक या उसके/उसके प्रतिनिधि द्वारा की जाएगी। स्कूल बोर्ड के अध्यक्ष स्कूल बोर्ड के सदस्य की नियुक्ति करेंगे। शेष सदस्यों को, पदेन (एक्स ओफिसियो) सदस्यों को छोड़कर, कल्याण समिति द्वारा नियुक्त और अनुमोदित किया जाएगा।

वैधानिक समिति के रूप में, कल्याण समिति बैठकों के संबंध में RSA 91-A की आवश्यकताओं का पालन करेगी।

II. <u>वेलनेस नीति का कार्यान्वयन, निगरानी, जवाबदेही और सामुदायिक जुड़ाव</u>

A. **<u>लक्ष्य</u>**

श्रेणी	लक्ष्य
पोषण शिक्षा	डिस्ट्रिक्ट छात्रों के लिए स्वस्थ भोजन की आदतों को पढ़ाने, प्रोत्साहित करने, समर्थन करने और मॉडल करने का काम करेगा जिसमें पाठ्यक्रम, एथलेटिक्स, सह-पाठ्यचर्या, क्लब और स्कूल की गतिविधियाँ शामिल हैं, किन्तु केवल ये ही नहीं हैं।
पोषण संवर्धन और अधिसूचना	स्कूल दैनिक दृश्यों और कम से कम एक वार्षिक पोषण-केंद्रित कार्यक्रम के साथ अच्छे पोषण को बढ़ावा देगा। स्कूल इस नीति में उल्लिखित पोषण दिशानिर्देशों का पालन इस तरह से करेंगे कि स्वस्थ भोजन की आदतों को अपनाया जा सके ताकि 100% अनुपालन किया जा सके और बनाए रखा जा सके। नीति और आकलन की सार्वजनिक सूचना सालाना छात्र और कर्मचारी पुस्तिकाओं, जिला-व्यापी संदेश, वार्षिक रिपोर्ट, और जिला वेबसाइट के माध्यम से की जानी चाहिए।
शारीरिक गतिविधि	डिस्ट्रिक्ट छात्र द्वारा शुरू की गई गतिविधियों को प्रोत्साहित और उनका समर्थन करेगा जो आयु-उपयुक्त हों, इसमें दैनिक शारीरिक गतिविधि शामिल है। डिस्ट्रिक्ट शारीरिक गतिविधि कार्यक्रमों के समन्वय और संवर्धन के लिए समुदाय, मनोरंजन और युवा खेल कार्यक्रमों तथा एजेंसियों के साथ संबंध स्थापित करेगा।
स्वास्थ्यवर्धक गतिविधि	स्कूल प्रति वर्ष कम से कम एक सामुदायिक कल्याण गतिविधि को बढ़ावा देगा।

B. कार्यान्वयन योजना

प्रत्येक भवन कल्याण समन्वयक, छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) की सहायता से, सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन्स स्कूल हेल्थ इंडेक्स के आधार पर एक स्कूल-स्तरीय मूल्यांकन करेगा, जो अलायन्स फॉर अ हेल्दियर जनरेशन (स्वस्थ पीढ़ी का गठबंधन) के हेल्दी स्कूल प्रोग्राम जैसे कार्यक्रमों के द्वारा उपलब्ध टूल का उपयोग करेगा, और एक कार्य योजना बनाएगा तथा वार्षिक प्रगति रिपोर्ट तैयार करेगा। स्कूल-स्तरीय मूल्यांकन/रिपोर्ट प्रत्येक स्कूल वर्ष के 30 सितंबर तक पूरी हो जानी चाहिए और अधीक्षक को प्रदान कर दी जानी चाहिए।

C. नीति की वार्षिक अधिसूचना -

डिस्ट्रिक्ट प्रति वर्ष परिवारों और जनता को इस नीति की बुनियादी जानकारी के बारे में सूचित करेगा, जिसमें इसकी सामग्री, नीति में कोई भी अपडेट और कार्यान्वयन की स्थिति शामिल है। डिस्ट्रिक्ट यह जानकारी डिस्ट्रिक्ट वेबसाइट के माध्यम से उपलब्ध कराएगा। इस जानकारी में कल्याण समिति की अध्यक्षता करने वाले जिला अधिकारी(यों) (यानी, अधीक्षक या उसके प्रतिनिधि) और किसी भवन कल्याण समन्वयक(कों) की संपर्क जानकारी के अलावा जनता छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) के साथ कैसे जुड़ सकती है, की जानकारी शामिल होगी।

D. त्रिवार्षिक प्रगति आकलन

हर तीन साल में, छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) आकलन करेगी:

- डिस्ट्रिक्ट के प्रत्येक स्कूल कल्याण नीति का अनुपालन किस हद तक कर रहे हैं;
- डिस्ट्रिक्ट की कल्याण नीति किस हद तक मॉडल कल्याण नीति के अनुरूप है; और
- डिस्ट्रिक्ट की कल्याण नीति के लक्ष्यों को प्राप्त करने में हुई प्रगति का विवरण।

छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) वार्षिक स्कूल स्वास्थ्य सूचकांक और त्रिवार्षिक आकलन के परिणामों के आधार पर और/या जिला प्राथमिकताओं में परिवर्तन, समुदाय की आवश्यकताओं में परिवर्तन;स्वास्थ्य सम्बन्धी लक्ष्यों की पूर्ति; नए स्वास्थ्य विज्ञान, सूचना तथा प्रौद्योगिकी के विकास; और जारी किए गए नए संघीय या राज्य मार्गदर्शन या मानकों के आधार पर डिस्ट्रिक्ट की कल्याण नीति को अपडेट करने के लिए सिफारिश करेगी। बोर्ड आवश्यकतानुसार या जैसा बोर्ड उचित समझे, ऐसे आकलन की समीक्षा करेगा और उन पर कार्रवाई करेगा।

E. रिकॉर्ड रखना

अधीक्षक इस नीति से संबंधित रिकॉर्ड रखेगा, जिसमें कम से कम निम्नलिखित शामिल हैं:

- छात्र कल्याण नीति;
- स्थानीय स्कूल कल्याण नीति के कार्यान्वयन का नवीनतम मूल्यांकन;
- छात्र कल्याण नीति और नीति मूल्यांकन कैसे जानता को उपलब्ध कराये गए हैं/किए गए थे, इस का लिखित रिकॉर्ड;
- वार्षिक अनुपालन की पुष्टि के साथ ही इस आवश्यकता को पूरा करने वाला दस्तावेज़ीकरण कि अपडेट सहित छात्र कल्याण नीति, और नीति के कार्यान्वयन का नवीनतम मूल्यांकन जनता के लिए उपलब्ध कराया गया है; तथा
- छात्र कल्याण नीति की समीक्षा और उसे अपडेट करने के प्रयासों का प्रलेखन; जिसमें प्रत्येक अपडेट में कौन

शामिल है/था और छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) में भाग लेने के अवसरों के बारे में शेयरधारकों को जागरूक करने के लिए डिस्ट्रिक्ट द्वारा उपयोग किए जाने वाले तरीके शामिल हैं।

F. सामुदायिक भागीदारी, पहुँच और संचार

डिस्ट्रिक्ट उन तरीकों से संचार करेगा जिसमें छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) के प्रतिनिधि और अन्य लोग उस डिस्ट्रिक्ट के लिए उपयुक्त विभिन्न साधनों के माध्यम से कल्याण नीति के विकास, कार्यान्वयन, और समय-समय पर समीक्षा तथा अपडेट में भाग ले सकते हैं। डिस्ट्रिक्ट स्कूल के भोजन में किए गए सुधारों और स्कूल के भोजन मानकों के अनुपालन, बाल पोषण कार्यक्रमों की उपलब्धता तथा उनमें आवेदन करने के तरीकों, और स्कूल के पोषण मानकों में स्मार्ट स्नैक्स के विवरण तथा अनुपालन के बारे में माता-पिता/अभिभावकों को सूचित भी करेगा।

III. पोषण

A. **स्कूल का भोजन**

डिस्ट्रिक्ट के सभी स्कूल USDA बाल पोषण कार्यक्रमों में भाग लेते हैं, जिसमें नेशनल स्कूल लंच प्रोग्राम (NSLP) और स्कूल ब्रेकफास्ट प्रोग्राम (SBP) शामिल हैं। डिस्ट्रिक्ट ऐसे भोजन प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध हैं जो:

- सभी छात्रों के लिए सुलभ हैं;
- बच्चों के लिए आकर्षक और रोचक हैं;
- साफ़-सुथरी और सुखद बैठे की जगह परोसे जाते हैं;
- स्वस्थ भोजन और पेय विकल्पों को बढ़ावा देते हैं; और
- स्थानीय, राज्य और संघीय कानूनों तथा विनियमों द्वारा स्थापित वर्तमान पोषण आवश्यकताओं को या उससे अधिक को पूरा करते हैं। डिस्ट्रिक्ट प्रतिपूर्ति योग्य स्कूल भोजन प्रदान करता है जो USDA पोषण मानकों को पूरा करता है, जो यहाँ पाए जा सकते हैं:

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

B. **स्टाफ की योग्यता और व्यावसायिक विकास**

स्कूल पोषण पेशेवरों के लिए USDA पेशेवर मानकों में भर्ती और वार्षिक सतत शिक्षा/प्रशिक्षण की जो आवश्यकताएं बताई गयी हैं, स्कूल पोषण कार्यक्रम के सभी निदेशक, प्रबंधक और कर्मचारी उन्हें पूरा करेंगे या उससे अधिक होंगे, जो यहाँ पाई जा सकती हैं:

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

C. **जल**

हाइड्रेशन को बढ़ावा देने के लिए, हर स्कूल में सभी छात्रों को स्कूल भोजन परोसे जाने वाले सभी स्थानों पर और हर समय मुफ्त, सुरक्षित, बिना स्वाद वाला पीने का पानी उपलब्ध होगा।

छात्रों को स्कूल में ऐसी पानी की बोतलें लाने की अनुमति दी जाएगी:

1. जो ऐसी सामग्री से बनी हों जिसे आसानी से तोड़ा नहीं जा सकता हो;
2. जिनमें पानी फैलने से रोकने के लिए ढक्कन हो; और
3. जो विशेष रूप से पानी से ही भरी हुई हों

स्कूल के प्रिंसिपल बोर्ड नीति JICD के अनुरूप, पानी की बोतलों के दुरुपयोग के लिए छात्रों को अनुशासित कर सकते हैं।

D. <u>प्रतिस्पर्धी खाद्य पदार्थ तथा पेय पदार्थ और स्कूलों में उनका विपणन</u>

"प्रतिस्पर्धी खाद्य पदार्थ और पेय पदार्थ" (यानी, स्कूल दिवस के दौरान बेचे तथा परोसे जाने वाले या विपणन किए जाने वाले खाद्य पदार्थ और पेय पदार्थ, लेकिन स्कूल भोजन कार्यक्रमों के अलावा) को USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों को पूरा करना होगा, जिन्हें यहाँ देखा जा सकता है:

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

ये मानक सभी स्थानों पर और उन सभी सेवाओं के माध्यम से लागू होंगे जहाँ खाद्य पदार्थ और पेय पदार्थ बेचे जाते हैं, जिनमें कैफ़ेटेरिया और वेंडिंग मशीनों में ला कार्टे विकल्प शामिल हो सकते हैं, लेकिन केवल इन्हीं तक सीमित नहीं हैं।

इस नीति में अन्यत्र लिखे गए को छोड़कर, स्कूल दिवस में स्कूल परिसर में छात्रों के लिए विपणन या प्रचारित किए जाने वाले किसी भी खाद्य पदार्थ तथा पेय पदार्थ को USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों को पूरा या उससे अधिक पूरा करना होगा। खाद्य और पेय विपणन को स्कूलों में विज्ञापन और अन्य प्रचार के रूप में परिभाषित किया जाता है, जिसमें शामिल हैं, लेकिन इन्हीं तक सीमित नहीं हैं:

- ब्रांड नाम, ट्रेडमार्क, लोगो, या टैग, सिवाय इसके कि उन्हें किसी भौतिक रूप से मौजूद खाद्य या पेय उत्पाद या उसके कंटेनर पर रखा गया हो।
- प्रदर्शन, जैसे कि वेंडिंग मशीन के बाहरी हिस्से पर।
- स्कूल के उपकरणों पर कॉर्पोरेट ब्रांड, लोगो, नाम, या ट्रेडमार्क, जैसे कि मार्की, मैसेज बोर्ड, स्कोरबोर्ड या बैकबोर्ड (***ध्यान दें***: इन वस्तुओं को तुरन्त रिप्लेस करने की आवश्यकता नहीं है; हालाँकि, जब मौजूदा कॉन्ट्रैक्ट का नवीनीकरण होना होता है या यदि समय के साथ आर्थिक रूप से संभव हो जाता है तो डिस्ट्रिक्ट स्कोरबोर्ड या अन्य टिकाऊ उपकरण को रिप्लेस कर देंगे या अपडेट कर देंगे ताकि आइटम विपणन नीति के अनुपालन करते रहें।)
- पेय वितरण, मेनू बोर्ड, कूलर, कचरे के डिब्बे, और अन्य खाद्य सेवा उपकरणों के लिए उपयोग किए जाने वाले कप पर; साथ ही पोस्टर, बुक कवर, छात्र असाइनमेंट किताबों, या डिस्ट्रिक्ट द्वारा प्रदर्शित, वितरित, पेश की जाने वाली या बेची जाने वाली स्कूल आपूर्ति पर कॉर्पोरेट ब्रांड, लोगो, नाम, या ट्रेडमार्क।
- स्कूल प्रकाशनों या स्कूल मेल में विज्ञापन।
- मुफ़्त उत्पाद के नमूने, स्वाद चखने के लिए प्रस्तुत, किसी उत्पाद के कूपन, या किसी उत्पाद के विज्ञापन प्रदर्शित करने वाले मुफ़्त नमूने।

USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों का पालन करने वाले उत्पादों का विपणन करने वाली कंपनियों के कॉर्पोरेट ब्रांड नाम, लोगो, तथा ट्रेडमार्क को सिर्फ इसलिए प्रतिबंधित नहीं किया जायेगा क्योंकि वे अपने अन्य उत्पाद में कुछ गैर-अनुपालन खाद्य या पेय पदार्थ प्रदान करते हैं।

इसी तरह, मार्केटिंग प्रतिबंध ऐसे कपड़ों या अभिव्यक्ति के अन्य तरीकों पर लागू नहीं होते हैं जो गैर-अनुपालन वाले खाद्य या पेय पदार्थों के ब्रांड की जानकारी देते है।

क्योंकि डिस्ट्रिक्ट, स्कूल एथलेटिक विभाग और माता-पिता-शिक्षक संघ मौजूदा कॉन्ट्रैक्ट की समीक्षा करते हैं और नए कॉन्ट्रैक्ट, उपकरण तथा उत्पाद खरीद (और रिप्लेसमेंट) निर्णयों पर विचार करते हैं, इसलिए जिला कल्याण नीति द्वारा स्थापित लागू विपणन दिशानिर्देशों को पूरा किया जाना चाहिए।

E. उत्सव और इनाम

स्कूल परिसर में स्कूल दिवस के दौरान परोसे गए सभी खाद्य पदार्थ USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों को पूरा करेंगे या उससे अधिक होंगे। खाद्य पदार्थों और पेय पदार्थों का उपयोग किसी भी कारण से इनाम के रूप में प्रदान किए जाने या सजा के रूप में प्रतिबंधित किए जाने के लिए नहीं किया जाएगा। छात्र कल्याण सलाहकार समिति (SWAC) माता-पिता व शिक्षकों को स्वस्थ उत्सव विचारों की एक सूची उपलब्ध कराएगी, जिसमें बिना भोजन वाले उत्सव के आईडिया, और स्मार्ट स्नैक पोषण मानकों को पूरा करने वाले खाद्य पदार्थों व पेय पदार्थों की एक सूची शामिल होगी। शिक्षकों को एक मासिक जन्मदिन समारोह मनाने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

F. खाद्य बिक्री से पैसे इकट्ठे करना

USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों को पूरा करने वाले या उससे अधिक वाले खाद्य और पेय पदार्थ स्कूल दिवस के दौरान स्कूल परिसर में पैसे इकठ्ठा करने वालों के द्वारा बेचे जा सकते हैं। धन उगाहने वाले समूहों को बिना खाद्य पदार्थ के धन उगाहने के तरीके अपनाने और स्वस्थ धन उगाहने वाले तरीकों पर विचार करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इस प्रावधान के बावजूद, प्रत्येक स्कूल गैर-अनुपालन खाद्य पदार्थों (यानी, जो स्मार्ट स्नैक मानकों को पूरा नहीं करते हैं) की नौ बेक बिक्री या अन्य धन उगाहने वाली खाद्य बिक्री की अनुमति दे सकता है, जो प्रत्येक अवधि में एक दिन से अधिक नहीं हो सकती। धन उगाहने वालों को व्यक्तिगत स्कूलों द्वारा ट्रैक और मॉनिटर किया जाएगा।

G. पोषण संवर्धन

डिस्ट्रिक्ट पूरे स्कूल परिसर में सभी छात्रों के लिए स्वस्थ भोजन और पेय विकल्पों को बढ़ावा देगा, साथ ही स्कूल भोजन कार्यक्रमों में भाग लेने को प्रोत्साहित करेगा। इस प्रचार में शामिल होंगे

- स्मार्ट लंचरूम मूवमेंट में बताए गए तरीकों का उपयोग करके स्कूल भोजन कार्यक्रमों में कम से कम एक या अधिक साक्ष्य-आधारित स्वस्थ भोजन संवर्धन तकनीकों को काम में लेना, जो यहाँ पाई जा सकती हैं:

  https://www.smarterlunchrooms.org/scorecard-tools/smarter-lunchrooms-strategies
- यह सुनिश्चित करना कि स्कूल दिवस के दौरान छात्रों को प्रचारित किए गए खाद्य और पेय पदार्थ USDA के स्कूल पोषण में स्मार्ट स्नैक्स मानकों को 100% पूरा करते हैं। डिस्ट्रिक्ट और व्यक्तिगत स्कूल जिन अतिरिक्त प्रचार तकनीकों का उपयोग कर सकते हैं, वे एलायंस फॉर ए हेदियर जनरेशन के स्मार्ट फ्लड प्लानर में उपलब्ध हैं, जो यहाँ है:

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

H. **आहार शिक्षा**

डिस्ट्रिक्ट सभी छात्रों को स्वस्थ भोजन सम्बन्धी शिक्षा देने, मॉडल करने, प्रोत्साहित करने व समर्थन करने का काम करेगा।

- आहार शिक्षा को स्वास्थ्य पाठ्यक्रम में शामिल किया जाएगा ताकि शिक्षा क्रम से और मानक-आधारित हो और छात्रों को स्वस्थ जीवन जीने के लिए आवश्यक ज्ञान, दृष्टिकोण व कौशल मिल सके।
- आहार शिक्षा के पोस्टर प्रत्येक स्कूल कैफेटेरिया में, या यदि कैफेटेरिया में भोजन नहीं खाया जाता है, तो मुख्य स्कूल बुलेटिन बोर्ड पर लगाए जाएँगे।

- पूरे स्कूल में लगातार आहार संदेश प्रसारित किए जाएँगे। स्कूलों को अतिरिक्त आहार शिक्षा प्रदान करनी चाहिए जो:

  - छात्रों को उनके स्वास्थ्य को बेहतर बनाने व बनाये रखने के लिए आवश्यक ज्ञान तथा कौशल प्रदान करने के लिए तैयार की गयी हो;
  - यदि सम्भव हो तो गणित, विज्ञान, भाषा कला, सामाजिक विज्ञान, और वैकल्पिक विषयों जैसे विषयों के माध्यम से अन्य कक्षाओं में भी दी जाए;
  - मज़ेदार, विकास की दृष्टि से उपयुक्त, सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक और भाग ली जाने योग्य गतिविधियाँ भी शामिल करती हो, जैसे कि खाना पकाने का प्रदर्शन या शिक्षा, प्रचार, चखना, खेत का दौरा और स्कूल के बगीचे;
  - फलों, सब्जियों, साबुत अनाज उत्पादों, कम वसा वाले व वसा रहित डेयरी उत्पादों और स्वस्थ भोजन तैयार करने के तरीकों को बढ़ावा देती हो;
  - भोजन के सेवन और ऊर्जा खर्च के बीच कैलोरी संतुलन पर जोर देती हो (शारीरिक गतिविधि/व्यायाम को बढ़ावा देती हो);
  - स्कूल के भोजन कार्यक्रमों, कैफेटेरिया पोषण संवर्धन गतिविधियों, स्कूल गार्डन, खेत से स्कूल कार्यक्रमों, स्कूल के अन्य खाद्य पदार्थों, और पोषण से संबंधित सामुदायिक सेवाओं से जोड़ती हो;
  - खाद्य और पेय विपणन पर जोर देने के साथ मीडिया साक्षरता सिखाती हो; और
  - शिक्षकों और अन्य कर्मचारियों के लिए आहार शिक्षा प्रशिक्षण शामिल करती हो।

IV. <u>शारीरिक गतिविधि</u>

डिस्ट्रिक्ट राष्ट्रीय और राज्य मानकों के अनुरूप शारीरिक शिक्षा प्रदान करेगा। स्कूल दिवस के दौरान शारीरिक गतिविधि (जिसमें रिसस, कक्षा में शारीरिक गतिविधि ब्रेक या शारीरिक शिक्षा शामिल हैं, लेकिन इन्हीं तक सीमित नहीं है) को किसी भी कारण से **सजा के रूप में रोका नहीं जाएगा**।

A. <u>कक्षा में शारीरिक गतिविधि ब्रेक</u>

सामान्य दैनिक दिनचर्या में प्रदान किए गए किसी भी रिसेस पीरियड के अलावा, छात्रों को पूरे दिन **समय-समय पर** सक्रिय रहने या तरोताज़ा होने के अवसर प्रदान किए जाएँगे। डिस्ट्रिक्ट शिक्षकों को प्रति सप्ताह कम से कम तीन दिन कक्षा के समय में और बीच में छात्रों को कम से कम *3-5* मिनट का शारीरिक गतिविधि ब्रेक प्रदान करने के लिए प्रोत्साहित करेगा। ये शारीरिक गतिविधि ब्रेक अलग से होंगे, शारीरिक शिक्षा क्लास, रिसेस, और एक से दूसरी क्लास के बीच के समय के बदले में नहीं।

B. <u>स्कूल की गतिविधियों से पहले और बाद में</u>

डिस्ट्रिक्ट छात्रों को इंटरस्कोलास्टिक और इंट्रामुरल स्पोर्ट्स व क्लबों के माध्यम से स्कूल के बाद शारीरिक गतिविधि में भाग लेने के अवसर प्रदान करता है।

C. पैदल और बाइक से स्कूल आना/जाना

बिल्डिंग प्रिंसिपल द्वारा सुरक्षित माने जाने पर ही डिस्ट्रिक्ट छात्रों को पैदल या बाइक से स्कूल आने/जाने का समर्थन करेगा।

V. छात्र कल्याण को बढ़ावा देने के लिए अन्य गतिविधियाँ

डिस्ट्रिक्ट पूरे स्कूल सेटिंग में स्वास्थ्यवर्धक गतिविधियों को शामिल करने का प्रयास करेगा, केवल कैफेटेरिया या शारीरिक शिक्षा और एथलेटिक सुविधाओं में ही नहीं। पर्यावरणीय रूप से गैर-विषाक्त "हरे" उत्पादों, पुनर्नवीनीकरण उत्पादों और खाद के उपयोग को बढ़ाने के प्रयास किए जाएँगे जो पर्यावरण पर हमारे प्रभाव को कम करेंगे। आउटडोर कक्षाओं को प्रोत्साहित करने के प्रयास किए जाएँगे।
स्कूल में बगीचे और बगीचे से उत्पादित वस्तुओं के उपयोग जैसी गतिविधियों को प्रोत्साहित किया जाएगा और बढ़ावा दिया जाएगा।

VI. पेशेवर लर्निंग

जब संभव होगा, तब डिस्ट्रिक्ट कक्षा और स्कूल में स्वस्थ व्यवहार को बढ़ावा देने के ज्ञान और कौशल बढ़ाने के लिए स्टाफ को अवसर और संसाधन प्रदान करेगा।

कानूनी

42 संयुक्त राज्य संविधान (U.S.C.) 1751, Richard B. Russell नेशनल स्कूल लंच एक्ट
42 U.S.C. 1771, 1966 का बाल पोषण अधिनियम

सार्वजनिक कानून 108 -265 की धारा 204, 2004 का बाल पोषण और WIC पुन: प्राधिकरण अधिनियम 2010 का स्वस्थ भूख - मुक्त बच्चे अधिनियम

7 संघीय विनियमन संहिता (C.F.R) 210, नेशनल स्कूल लंच प्रोग्राम 7 C.F.R 220, स्कूल

ब्रेकफास्ट प्रोग्राम

न्यू हैम्पशायर संशोधित क़ानून एनोटेट (RSA) 189: 11 -a, खाद्य और पोषण कार्यक्रम

न्यू हैम्पशायर शिक्षा विभाग प्रशासनिक नियम एड 306.04 (a)(20), वेलनेस

न्यू हैम्पशायर शिक्षा विभाग प्रशासनिक नियम सं. 306.11 (g), खाद्य और पोषण सेवाएं

न्यू हैम्पशायर शिक्षा विभाग प्रशासनिक नियम एड 306.38 (b)(1)b, परिवार और उपभोक्ता विज्ञान शिक्षा कार्यक्रम (मिडिल स्कूल)

न्यू हैम्पशायर शिक्षा विभाग प्रशासनिक नियम एड 306.40, स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम

क्रॉस रेफ़रेंस

EF - खाद्य सेवा

IMAH - डेली फिजिकल एक्टिविटीवाई

JLC - छात्र स्वास्थ्य सेवाएं और स्कूल नर्स