तपाईंको
खाद्य बजेट बढाउनुहोस्।

SNAP द्वारा सुरु गर्नुहोस् र आफ्नो र आफू जिम्मेवार हुनुभएको अन्य जो कोहीको लागि—खाद्य भुक्तान गर्नमा मद्दत प्राप्त गर्नुहोस्।
GettingSNAP.org

SNAP का (परिपूरक पोषण सहायता कार्यक्रम) लाभहरूद्वारा, तपाईं निम्न कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ:

- **मासिक कोषहरूद्वारा आफ्नो किराना सामानको बजेट बढाउन** तपाईं राज्यव्यापी रूपमा आफूले छनोट गरेका स्थानहरूमा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।
- **आफ्ना बच्चाहरूलाई निः शुल्क विद्यालयका खानाहरूका लागि स्वचालित रूपमा बनाउन,** कुनै आवेदन आवश्यक पर्दैन।
- **स्वस्थकर प्रेरणा कार्यक्रम (HIP) मा सहभागी हुनको लागि स्वचालित रूपमा योग्य हुन्,** जसले तपाईंलाई आफ्नो स्थानीय सहभागी HIP बिक्रेताहरूबाट फलफूल र सागसब्जीहरू खरिद गर्दा किराना सामानहरूमा खर्च गर्न अतिरिक्त पैसा कमाउन अनुमति दिन्छ।
- **तपाईंलाई मन पर्ने,** तपाईंका आहारीय आवश्यकता, एलर्जी प्रतिबन्ध र सांस्कृतिक प्राथमिकताहरू पूरा गर्ने खाना किनमेल गर्न।

तपाईंलाई किरानाका सामानहरूको भुक्तान गर्नमा समस्या भइरहेको छ भने—तपाईंले काम गरेको वा नगरेको भएतापनि, तपाईं SNAP को लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ। GettingSNAP.org
वा मद्दतको लागि 1-800-645-8333 मा फोन गर्नुहोस्।

तपाईंको लागि हामी यहाँ उपस्थित छौं।

तपाईं हाम्रो प्रशिक्षित परामर्शदाताहरूको मद्दतबाट SNAP को लागि योग्य हुनुहुन्छ वा हुनुहुँदैन भनी फेला पार्नको लागि हाम्रो **FoodSource हटलाइनलाई 1-800-645-8333** मा फोन गर्नुहोस्।

SNAP तथ्यहरू

SNAP भनेको परिपूरक पोषण सहायता कार्यक्रम हो वा अर्को शब्दमा, खाद्यको लागि पैसा हो। तपाईं आवेदन दिएर योग्य हुनुभयो भने, तपाईंलाई खाद्य किनमेलको लागि डेबिट कार्ड जस्तै प्रयोग गर्न सकिने EBT कार्डमा वृत्ति भएको मासिक नगदको फाराममा लाभहरू प्राप्त गर्ने ग्यारेण्टी दिइन्छ।

के म योग्य छु?

तपाईं खाद्य जुटाउनमा मद्दतको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ भने, तपाईं गर्न सक्नुहुन्छ! SNAP ले तपाईं काम गर्नुभइरहेको वा हाल बेरोजगार हुनुभएको भएपनि मद्दत गर्न सक्छ। एकल वयस्कदेखि परिवारहरू र परिवारहरूदेखि सिनियरहरूसम्मका सबै मानिसहरूले SNAP का लाभहरू प्राप्त गर्नुहुन्छ—यसको लाभको अर्थ भनेको तपाईंको किराना सामानको बजेट वृद्धि गर्नु हो। थप फेला पार्न हाम्रो FoodSource हटलाइनमा फोन गर्नुहोस् वा StartWithSnap.org मा भिजिट गर्नुहोस्।

म संयुक्त राज्यको नागरिक नभएमा के हुन्छ?

अगाडि बढ्नुहोस् र हाम्रो FoodSource हटलाइन (1-800-645-8333) मार्फत हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। धेरै गैर-नागरिकहरू SNAP को लागि योग्य छन्।

तपाईंले मलाई विश्वस्त गराउनुभएको छ। त्यसैले मैले कसरी आवेदन दिने?

तपाईंको सामाजिक सुरक्षा नम्बर (तपाईंसँग एउटा भएमा), तपाईंको जन्ममिति, पत्राचार ठेगाना, फोन नम्बर, आम्दानी र खर्चहरू जस्ता आफ्नो व्यक्तिगत जानकारीसँग तयार रहनुहोस्। त्यसपछि, तपाईं निम्न कार्य गर्न सक्नुहुन्छ:

- हाम्रो FoodSource हटलाइनलाई 1-800-645-8333 मा फोन गर्नुहोस्
- dtaconnect.eohhs.mass.gov/apply मा आफैँ आवेदन दिनुहोस्
- वा mass.gov/SNAP बाट कागजी आवेदन डाउनलोड गर्नुहोस् वा एउटा पत्राचारमा पठाउन अनुरोध गर्नको लागि हाम्रो FoodSource हटलाइनलाई फोन गर्नुहोस्।

तपाईंलाई किरानाका सामानहरूको लागि भुक्तान गर्नमा समस्या भइरहेको छ भने—तपाईंले काम गरेको वा नगरेको भएतापनि, तपाईं SNAP को लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ। **GettingSNAP.org** मा भिजिट गर्नुहोस् वा मद्दतको लागि **1-800-645-8333** मा फोन गर्नुहोस्।

PROJECT BREAD

SNAP Supplemental Nutrition Assistance Program