

ਬੋਸਿਕ ਫੂਡ ਪਾਤਰਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ:

ਆਪਣੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

Basic Food Eligibility Requirements: What You Need to Know to Keep Your Benefits

ਤੁਹਾਡੇ ਲਾਭਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀਮਿਤ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੋਸਿਕ ਫੂਡ ਲਈ ਏਬਲ ਬੋਡੀਡ ਅਡਾਲਟ ਵਿਦਾਉਟ ਡਿਪੈਂਡਨਟਸ (ABAWD) ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਹਨ,

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ 36 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤਿੰਨ ਲਈ ਬੋਸਿਕ ਫੂਡ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਬੋਸਿਕ ਫੂਡ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਵਾਸਤੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਜਿਆਦਾ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:

- ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਵਰਕਫੋਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਪੂਰਾ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਸਿਕ ਲਾਭ ਰਕਮ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਫੂਡ ਲਾਭ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਘੰਟਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 20 ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਔਸਤਨ 80 ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।
- ਕਿਸੇ ਸਟੇਟ ਪ੍ਰਵਾਨਤ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਵੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - ਬੋਸਿਕ ਫੂਡ ਐਂਪਲੋਇਮੈਂਟ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ (BFET)। ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵੇਖੋ www.dshs.wa.gov/bfet;
 - ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਵਰਕਫੋਰਸ ਇਨੋਵੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਅਪੋਰਚੁਨਿਟੀ ਐਕਟ (WIOA) ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵੇਖੋ <https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/wioa>;
 - AmeriCorps VISTA; ਜਾਂ
 - ਲਿਮਿਟੇਡ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਪ੍ਰੋਫੀਸ਼ੈਂਸੀ (LEP) ਪਾਥਵੇ।

ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ 80 ਘੰਟੇ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ:

- ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਕਲਾਂਗ ਹੋ;
- ਲੇਬਰ ਅਤੇ ਇੰਡਸਟਰੀਜ਼ (L&I), ਵੈਟਰਨਜ਼ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਵਿਗਲਾਂਗਤਾ ਬੀਮਾ ਤੋਂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ;
- ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਜੋ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੇਘਰ ਰਹਿਣਾ;
- ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਉਮਰ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ;
- ਰਸਾਇਣਕ ਨਿਰਭਰਤਾ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਰਿਹੈਬੀਲਿਟੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ;
- ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸਦਾ ਆਵੇਦਨ ਕੀਤਾ ਹੈ;
- ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੱਧਾ ਸਮਾਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ; ਜਾਂ
- ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਨਕਦ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਭ ਜਾਂ ਮੈਚਿੰਗ ਗ੍ਰਾਂਟ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੀ ਮਾਸਿਕ ਲੋੜੀਂਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 20 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਆਮਦਨੀ WAC 388-478-0060 ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ABAWD ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ www.dshs.wa.gov/abawd ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜਣ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ 1-877-501-2233 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ www.washingtonconnection.org ਤੇ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ, ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।