

## मेरा जिम्मेवारीहरू के-के हुन्छन्?

तपाईंले आफ्नो स्याहारमा रहेका बच्चाहरूलाई प्रदान गर्नुहुने भोजनहरूको सङ्ख्या र तपाईंले प्रदान गर्नुहुने खाद्यान्नहरूको विवरण सहितको मेनुका दैनिक रेकर्ड अनिवार्य रूपमा राख्नुपर्छ। यो कसरी गर्ने भनेर सिक्रमा तपाईंको CACFP प्रायोजकले तपाईंलाई मद्दत गर्नुहुने छ।

## मैले कहिले आवेदन दिनुपर्छ?

तपाईंले बाल तथा पारिवारिक सेवा कार्यालय (Office of Children and Family Services, OCFS) बाट वैध दर्ता वा इजाजतपत्र प्राप्त गरेपछि वा त्यस्तो पत्र प्राप्त गर्ने प्रक्रियामा हुनुहुँदा तपाईंले आवेदन दिन सक्नुहुन्छ। कानुनी रूपमा छुट प्राप्त गर्ने प्रदायकहरूले नामाङ्कनको सूचनापछि आवेदन दिन सक्छन्।

## मैले कसरी सुरु गर्न सक्छु?

फोन गरेर आफू नजिकका दिवा स्याहार गृह प्रदायकहरूको CACFP प्रायोजक पत्ता लगाउनुहोस्। उनले तपाईंलाई कार्यक्रममा निःशुल्क सहभागी हुन मद्दत गर्ने छन्।

## CACFP प्रायोजक पत्ता लगाउनका लागि मैले कहाँ फोन गर्नुपर्छ?

टोल फ्री ग्रीन्ड अप हेल्थी हटलाइनलाई 1-800-522-5006 मा फोन गर्नुहोस्।



तपाईंले न्यूयोर्क राज्य स्वास्थ्य विभागको CACFP (Department of Health CACFP) लाई यहाँ पनि सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ:

## CACFP

Child and Adult Care Food Program  
New York State Department of Health

150 Broadway, Room 600  
Albany, NY 12204  
1-800-942-3858 (न्यूयोर्कमा मात्र)  
(518) 402-7251  
फ्याक्स (518) 402-7252  
cacfp@health.ny.gov  
health.ny.gov/CACFP

यो समान अवसर  
प्रदायक संस्था हो।

हामीलाई यहाँ फलो गर्नुहोस्:  
health.ny.gov  
facebook.com/NYSDOH  
twitter.com/HealthNYGov  
youtube.com/NYSDOH



Department  
of Health

# दिवा स्याहार गृहहरूमा पोषणयुक्त खाना खानु महत्त्वपूर्ण हुन्छ



तपाईंको दिवा स्याहार गृह तपाईंले बच्चाहरूलाई प्रदान गर्नुहुने भोजन र खाजा (ल्याक) हरूका लागि भुक्तानी गर्नमा मद्दत गर्ने खाद्य कार्यक्रममा सहभागी हुनका लागि योग्य हुन सक्छ।

## CACFP

Child and Adult Care Food Program  
New York State Department of Health



## बाल तथा वयस्क स्याहार खाद्य कार्यक्रम

के बच्चाका आमाबुवा काम वा स्कूलमा हुँदा तपाईंले आफ्नो घरमा ती बच्चाहरूको स्याहार गर्नुहुन्छ? के तपाईं आफ्नो दिवा स्याहार गृहमा बच्चाहरूलाई स्वस्थ खानेकुराहरू प्रदान गर्न मद्दत चाहनुहुन्छ?

न्यूयोर्क राज्य स्वास्थ्य विभागको बाल तथा वयस्क स्याहार खाद्य कार्यक्रम (Child and Adult Care Food Program, CACFP) को हिस्सा बन्नुहोस्!

यस खाद्य कार्यक्रमले तपाईंको स्याहारमा भर्ना भएका 13 वर्षसम्मका बच्चाहरूलाई प्रदान गरिने भोजन तथा खाजाहरूका लागि भुक्तानी गर्नमा तपाईंलाई मद्दत गर्छ। अधिकांश दिवा स्याहार गृहहरू योग्य हुन्छन् र कार्यक्रममा निःशुल्क सहभागी हुन सक्छन्।



### CACFP का फाइदाहरू के-के हुन्?

- बच्चाहरूलाई पौष्टिक भोजन तथा खाजाहरू दिइन्छ र उनीहरूले जीवनपर्यन्त रहने स्वस्थ खानपिन आनीबानी विकास गर्छन्।
- आमाबुवालाई उहाँका बच्चाहरूले सुरक्षित, स्वस्थ भोजन र खाजाहरू खाइरहेका छन् भनेर थाहा हुन्छ। आमाबुवाले बाल स्याहारमा ल्याउनका लागि खानेकुरा प्याक गर्न आवश्यक पर्दैन।
- प्रदायकहरूले विभिन्न पोषण, भोजन समय र बाल विकास शीर्षकहरूका बारेमा नियमित प्रशिक्षण र मार्गनिर्देशन प्राप्त गर्छन्। शोधभनाले प्रदायकहरूलाई स्वस्थ खाद्यान्नहरू खरिद गर्नमा मद्दत गर्छ।
- समुदायहरूले CACFP मार्फत लाभ प्राप्त गर्छन्। अध्ययनहरूले CACFP मा भर्ना भएका बच्चाहरूको स्वस्थ आहारहरू हुन्छ र उनीहरू अरु बच्चाहरू झैं प्रायः विरामी नहुने भनेर देखाएका छन्। प्रदायकहरूलाई दिइने CACFP भुक्तानीहरूले कामकाजी परिवारहरूलाई बाल स्याहारका खर्चहरू कम गर्नमा मद्दत गर्छन्।

### मैले कति रकम प्राप्त गर्ने छु?

तपाईंको मासिक खाद्यान्न चेक प्रदान गरिने भोजन तथा खाजाहरू र खाने बच्चाहरूको सङ्ख्यामा निर्भर रहन्छ। न्यून आय भएका परिवारहरूलाई सेवा प्रदान गर्ने दिवा स्याहार गृह प्रदायकहरूले अझ बढी शोधभर्ना प्राप्त गर्छन्।

### भोजनसम्बन्धी मापदण्डहरू के-के छन्?

भोजनसम्बन्धी मापदण्डहरू सरल छन् र यसमा जातीय तथा सांस्कृतिक रूपमा रुचाइने खानेकुराहरूलगायत विभिन्न प्रकारका खाद्यान्नहरू प्रदान गर्न सकिन्छ।

बिहानको नास्ता मा दुध, फलफूल वा तरकारी र ब्रेड वा अन्न हुनुपर्छ। तपाईंले हप्ताको तीन पटकसम्म अन्न वा ब्रेडको सट्टामा मासु वा मासुको विकल्प दिन सक्नुहुन्छ।

लन्च र सपर मा दुध, ब्रेड वा अन्न, मासु वा मासुको विकल्प (जस्तै कि माछा, चिज वा गेडागुडी) र दुईवटा तरकारी वा एक तरकारी तथा एक फलफूल हुनुपर्छ।

खाजा मा निम्नमध्ये कम्तीमा पनि दुईवटा हुनुपर्छ: दुध, मासु वा मासुको विकल्प, ब्रेड वा अन्न, तरकारी वा फलफूल।

### पैसा कसले प्राप्त गर्न सक्छन्?

- दर्ता गरिएका पारिवारिक दिवा स्याहार प्रदायकहरू
- इजाजतपत्र प्राप्त सामूहिक पारिवारिक दिवा स्याहार प्रदायकहरू
- काउन्टी वा नगर एजेन्सीबाट बाल स्याहार भुक्तानीहरू प्राप्त गर्ने कानुनी रूपमा छुट प्राप्त वा अनौपचारिक प्रदायकहरू

