

ਕੀ ਮੈਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹਾਂ?

ਘਰ ਦਾ ਅਕਾਰ	ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਆਮਦਨ	ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ
1	\$2,608	\$292
2	\$3,525	\$536
3	\$4,441	\$768
4	\$5,358	\$975
5	\$6,275	\$1,158
6	\$7,191	\$1,390
7	\$8,108	\$1,536
8	\$9,025	\$1,756
9	\$9,941	\$1,976
10	\$10,858	\$2,196
11+	+ \$917 ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ	+ \$219 ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ:

- ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 18-49 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਸੰਸਥਾਨ ਵਿੱਚ 1/2 ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਲਈ ਦਾਖਲ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤ ਪੂਰੀ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ:
 - ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਭੁਗਤਾਨਸ਼ੁਦਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਔਸਤਨ 20 ਘੰਟੇ/ਹਫ਼ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ
 - ਕਿਸੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਸੰਘੀ ਕਾਰਜ ਅਧਿਐਨ ਜਾਂ BFET ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦੇ ਹਨ
 - 6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਜਾਂ 11 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ
 - 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਕੱਲੇ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਵਜੋਂ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਕਾਲਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਸੰਬੰਧੀ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:
 - ESL, ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਕੰਪਲੀਸ਼ਨ ਜਾਂ GED ਕੋਰਸਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਏ ਵਿਦਿਆਰਥੀ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
 - ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੁਅੱਤਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਕੱਢੇ ਗਏ ਹਨ, ਸਕੂਲ ਛੱਡ ਗਏ ਹਨ, ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਜਾਂ ਅਗਲੀ ਟਰਮ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਫੈਡਰਲ SNAP ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਧੀਨ ਖਾਸ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭੋਜਨ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਗੈਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਸੈਲਾਨੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੈਰ-ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ।

USDA USDA ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਹੈ।

COMMUNITY
RESOURCE
CENTER



ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਲਾਭ (SNAP)



ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

1. ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰੋ:

- Opportunity Council (ਐਪਰਚਿਊਨਿਟੀ ਕੌਂਸਲ) ਦੇ Community Resource Center (ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰਿਸੋਰਸ ਸੈਂਟਰ) ਨਾਲ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ
360-734-5121 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ 1111 Cornwall Ave ਵਿਖੇ ਜਾਓ
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ - ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ
- WashingtonConnection.org 'ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ
- By phone or in-person with DSHS
DSHS ਨਾਲ ਫੋਨ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ
1-877-501-2233 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ 4101 Meridian St ਵਿਖੇ ਜਾਓ
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 2 ਵਜੇ ਤੱਕ
ਫੋਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ

2. DSHS ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

DSHS ਨਾਲ 1-877-501-2233 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜਾਂ 4101 Meridian St 'ਤੇ Bellingham Community Services Office ਵਿਖੇ ਜਾਓ
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 2 ਵਜੇ ਤੱਕ

3. ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ

- 4101 Meridian St ਵਿਖੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਲਿਆਓ
- PO Box 11699, Tacoma, WA 98411 'ਤੇ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜੋ
- 1-888-338-7410 'ਤੇ ਫੈਕਸ ਕਰੋ
- 1-877-501-2233 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਈਮੇਲ ਐਕਸੈਸ ਸੈਂਟਰ ਅੱਪ ਕਰੋ

ਜਿਹੜੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਪਛਾਣ ਦਾ ਸਬੂਤ

- ਡ੍ਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਇਸੈਂਸ ਜਾਂ ਸਟੇਟ ਆਈ.ਡੀ.
- ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਆਈ.ਡੀ. ਕਾਰਡ
- ਹੈਲਥ ਆਈ.ਡੀ. ਕਾਰਡ
- ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਅਮਰੀਕੀ ਪਾਸਪੋਰਟ

ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਜਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ

- ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਟੀ ਨੰਬਰ
- ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਪੱਤਰ

ਕਮਾਈ ਗਈ ਆਮਦਨ

- ਪੇਅ ਸਟੱਬ (ਪਿਛਲੇ 3-6 ਮਹੀਨੇ ਦੀਆਂ)
- ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦਾ ਬਿਆਨ
- ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਫਾਰਮ
- ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੁੱਕਕੀਪਿੰਗ ਰਿਕਾਰਡ (ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨੇ)

ਨਾ-ਕਮਾਈ ਗਈ ਆਮਦਨ

- ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਕਿਓਰਟੀ ਮਿਲਣ ਬਾਰੇ ਪੱਤਰ
- ਚਾਈਲਡ ਸਪੋਰਟ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ
- ਬੇਰੋਜ਼ਗਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਟੱਬ
- ਡਿਪਾਜ਼ਿਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬੈਂਕ ਸਟੇਟਮੈਂਟ
- ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਫਾਰਮ

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਖਰਚੇ

- ਲੀਜ਼ ਜਾਂ ਗਿਰਵੀਨਾਮੇ ਸੰਬੰਧੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ
- ਸ਼ੇਅਰਡ ਲਿਵਿੰਗ ਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ
- ਉਪਯੋਗਤਾ ਬਿੱਲ
- ਮੈਡੀਕਲ ਬਿੱਲ (ਸਿਰਫ਼ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜ਼)

4. EBT ਕਾਰਡ ਮਿਲਣਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ DSHS ਆ ਕੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਰ ਮਹੀਨੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਲਾਭ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

EBT ਕਾਰਡ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਾਭਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮੰਡੀਆਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ Amazon ਅਤੇ Walmart ਦੁਆਰਾ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5. ਹੋਰ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਲਈ ਨਾਮਾਂਕਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਵੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਘਟਾਇਆ ਗਿਆ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਖਾਣਾ
- ਹੈੱਡ-ਸਟਾਰਟ ਅਤੇ ਅਰਲੀ ਹੈੱਡ ਸਟਾਰਟ
- WIC (ਔਰਤਾਂ, ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ)
- ਮੁਫ਼ਤ ਲਾਈਫਲਾਈਨ ਵਾਇਰਲੈੱਸ ਸੇਵਾ
- ਘਟਾਈ ਗਈ ਕੀਮਤ ਵਾਲਾ ਇੰਟਰਨੈੱਟ
- ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ
- Amazon Prime ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਛੋਟ
- Whatcom Museum ਸਦੱਸਤਾ ਛੋਟ
- Woodland Park Zoo ਛੋਟ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, CRC ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ: 360-734-5151 ਵਿਕਲਪ 3