ODHS Office of Self-Sufficiency Programs
500 Summer ST NE, E48
Salem, OR 97301

Oregon Department of Human Services
SELF-SUFFICIENCY PROGRAMS
Supplemental Nutrition Assistance Program

1/23/2023

<<First Name>> <<MI>> <<Last Name>>
<<Mailing Address 1>> <<Mailing Address 2>>
<<City>>, <<State>> <<ZIP>>

मार्च 2023 देखि SNAP लाभ रकम घट्ने छ किनभने कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू समाप्त हुँदै छन्

तपाईंले हरेक महिना कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू प्राप्त गरिरहनुभएको छ। तपाईंले यो अतिरिक्त रकम महिनाको 11औँ वा 12औँ तारिख वरपर आफ्नो EBT (ओरेगन ट्रेल) कार्डमा प्राप्त गर्नुहुन्छ।

तपाईंले कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू प्राप्त गर्ने अन्तिम महिना फेब्रुअरी 2023 हो।

तपाईंले आफ्नो *नियमित* SNAP लाभहरू प्राप्त गरिरहनुहुने छ। तपाईंले यी लाभहरू महिनाको पहिलो र 9औँ तारिखको बीचमा आफ्नो EBT कार्डमा प्राप्त गर्नुहुन्छ।

2020 देखि, लाखौँ SNAP परिवारहरूले कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू प्राप्त गरेका छन्। धेरै मानिसका लागि नियमित SNAP रकममा फर्किनु कठिन र तनावपूर्ण हुने छ।

तपाईंले केही पनि गर्नु आवश्यक छैन, तर तपाईं निम्न तयारी गर्न सक्नुहुन्छ:

- **आफ्नो नियमित SNAP लाभ रकम कति हो, थाहा पाउनुहोस्:**
  - यहाँ आफ्नो ONE खातामा साइन इन गर्नुहोस् https://one.oregon.gov/ वा
  - आफ्नो कारोबार इतिहास यहाँ हेर्नुहोस् www.ebtEDGE.com

  तपाईंलाई आफ्नो नियमित SNAP लाभ रकम थाहा छ भने यसले तपाईंलाई बजेट बनाउन मद्दत गर्न सक्छ।

- **तपाईंको आम्दानी घटेको छ भने हामीलाई बताउनुहोस्।** त्यस्तो भएको छ भने, तपाईं थप SNAP लाभका लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

100-118220 (01/2023) Nepali

- **तपाईंको परिवारमा सदस्यहरू थपिएका छन् भने हामीलाई बताउनुहोस्** । यदि थपिएका छन् भने, तपाईं थप SNAP लाभका लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ ।

  आम्दानी वा तपाईंको परिवारका सदस्य संख्यामा भएका परिवर्तनहरूको रिपोर्ट गर्न:
    - यहाँ आफ्नो ONE अनलाइन खाता अद्यावधिक गर्नुहोस् https://one.oregon.gov/
    - 1-800-699-9075 डायल गरी ONE ग्राहक सेवा केन्द्रमा फोन गर्नुहोस्
    - स्थानीय कार्यालयमा जानुहोस्:
        - वृद्धावस्था तथा अशक्तता भएका मानिसहरू सम्बन्धी कार्यालयमा जानुहोस्: https://www.oregon.gov/dhs/offices/pages/seniors-disabilities.aspx
        - आत्मनिर्भरता कार्यालय फेला पार्नुहोस्: https://www.oregon.gov/dhs/Offices/Pages/Self-Sufficiency.aspx
    - पत्राचार: ONE Customer Service Center, PO Box 14015, Salem, OR 97309
    - फ्याक्स: 503-378-5628

- **आफ्नो क्षेत्रमा खाद्य सहायताको बारेमा जान्नुहोस्** । आफ्नो नजिकैको खाद्य सहायता फेला पार्न:
    - वृद्धावस्था तथा अशक्तता संसाधन सम्पर्क (ADRC) लाई 1-855-673-2372 मा फोन गर्नुहोस्
    - 2-1-1 मा फोन गर्नुहोस्
    - www.oregonfoodfinder.org मा जानुहोस् वा
    - आफ्नो स्थानीय सामुदायिक कार्यवाही एजेन्सीसँग जोडिन https://caporegon.org/ को प्रयोग गर्नुहोस् ।

यो किन भइरहेको छ ?

कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू (जसलाई आपत्कालीन विनियोजन पनि भनिन्छ) SNAP प्राप्त गर्ने मानिसहरूका लागि **अस्थायी खाद्य लाभहरू** थिए । यो लाभ कोभिड-19 को प्रतिक्रियास्वरूप संघीय सरकारको तर्फबाट प्रदान गरिएको थियो ।

प्रत्येक महिना, ओरेगनले हामीलाई कोभिड-19 आपत्कालीन खाद्य लाभहरू दिने अनुमतिका लागि संघीय सरकारलाई अनुरोध गर्नुपर्छ । सङ्घीय सरकारले ओरेगनले फेब्रुअरी महिनापछि लाभहरू दिन नसक्ने निर्णय गरेको छ ।

तपाईं यो पत्र अन्य भाषाहरू, ठूलो प्रिन्ट, ब्रेल वा आफूलाई मनपर्ने ढाँचामा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं दोभाषेका लागि पनि अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ । यो सहयोग निःशुल्क उपलब्ध छ । 1-800-699-9075 वा TTY 711 मा फोन गर्नुहोस् । हामी रिले कलहरू स्वीकार गर्छौं।