# मेरा अधिकार र उत्तरदायित्वकर्तव्यहरू

WIC ले तपाईंलाई स्वस्थ रहन मद्दत गर्नको लागि पोषण सम्बन्धी शिक्षा, स्तनपान सहायता, सिफारिस र पुरक खाद्यपदार्थहरू उपलब्ध गराउँछ। WIC कर्मचारीहरले तपाईंको स्वास्थ्य तथा खाना खाने बानीहरूको बारेमा सोध्नेछन् जसकारण हामीले तपाईंको लागि WIC कार्य गराउन सक्छौं।

**म WIC मा नामांकित हुँदा, मसँग निम्न गर्ने अधिकार छ:**

Oregon Health Authority

WIC OREGON

- ☑ मेरा आवश्यकताहरू सुन्ने आदरपूर्ण WIC कर्मचारीहरूसँग काम गर्ने
- ☑ मेरो रूचिका शीर्षकहरूमा पोषण सम्बन्धी शिक्षा।
- ☑ अन्य स्वास्थ्य सेवाहरूमा सिफारिसहरू।
- ☑ गोपनीयता। मेरो जानकारी सुरक्षित गरिनेछ।
- ☑ मेरो आहार पूर्ति गर्ने पौष्टिक खानेकुराहरू खरिद गर्ने विद्युतिय लाभ कार्ड (eWIC card)। WIC खानेकुराहरूमा मलाई स्वस्थ रहन मद्दत गर्ने थुप्रै महत्त्वपूर्ण पोषक तत्वहरू छन्।
- ☑ कारोबारको लाभ अवधिभित्र eWIC कारोबारमा विचार-विमर्श गर्नुहोस्।
- ☑ WIC क्लिनिक र स्टोरमा राम्रो सेवा र निष्पक्ष तथा समान उपचार।
- ☑ यदि निम्नमा सम्पर्क गरेर म मेरो WIC क्लिनिकमा असहमत भएमा निष्पक्ष सुनुवाई अनुरोध गर्नुहोस्:

**ओरेगन WIC कार्यक्रम**
पोस्ट बक्स 14450
पोर्टल्याण्ड, वा 97293-0450

*टेलिफोन:* 971-673-0040
*TTY:* 800-735-2900
*फ्याक्स:* 971-673-0071

जाति, रंग, राष्ट्रिय मूल, उमेर, अपाङ्गता, वा लिङ्गको ध्यान नदिईयोग्यताका मानक र WIC कार्यक्रममा भएको सहभागिताकासबैका लागि समान छन्। भेदभाव सम्बन्धी उजुरी दायर गर्न माथि देखाइएको अनुसार**ओरेगन WIC कार्यक्रममा सम्पर्क गर्नुहोस्**वा तल दिइएका निर्देशनहरूको पालना गर्नुहोस्।

यो संस्था समान अवसर प्रदायक हो। संघीय नागरिक अधिकार सम्बन्धी कानुन र अमेरिकी कृषि विभाग (USDA) का नागरिक अधिकार सम्बन्धी नीति तथा कानुनहरू अनुसार USDA, यसका निकाय, कार्यालय तथा कर्मचारीहरू र USDA का कार्यक्रमहरूको सञ्चालनमा सहभागी संस्थाहरूलाई USDA द्वारा सञ्चालित वा आर्थिक सहायता प्राप्त कुनै पनि कार्यक्रम वा गतिविधिमा कुनै पनि व्यक्तिलाई जाति, वर्ण, राष्ट्रिय उत्पत्ति, लिङ्ग, असक्षमता, उमेर वा नागरिक अधिकार सम्बन्धी पूर्व गतिविधिको बदला वा प्रतिशोधका आधारमा भेदभाव गर्न मनाही छ। कार्यक्रम सम्बन्धी जानकारीका लागि सञ्चारको वैकल्पिक माध्यम (जस्तै, ब्रेल, ठूलो प्रिन्ट, अडियो टेप, अमेरिकी साङ्केतिक भाषा, इत्यादि) आवश्यक पर्ने असक्षमता भएका व्यक्तिहरूले सहायताका लागि आफूले सुविधाहरूका लागि आवेदन दिएको निकाय (राज्य वा स्थानीय निकाय) लाई सम्पर्क गर्नुपर्छ। कान नसुन्ने, कम सुन्ने वा बोल्नमा असक्षमता भएका व्यक्तिहरूले (800) 877-8339 मा संघीय रिले सेवा मार्फत USDA मा सम्पर्क गर्न सक्नुहुनेछ। यसका अतिरिक्त, कार्यक्रम सम्बन्धी जानकारी अंग्रेजी भाषा बाहेकका अन्य भाषाहरूमा उपलब्ध हुनसक्छ। कार्यक्रममा गरिएको भेदभाव सम्बन्धी उजुरी दायर गर्नका लागि, USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027) भर्नुहोस्, यो फाराम: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html र कुनै पनि USDA कार्यालयमा फेला पार्न सकिन्छ वा USDA लाई सम्बोधन गरी पत्र लेख्नुहोस् र फाराममा अनुरोध गरिएका सम्पूर्ण जानकारी पत्रमा प्रदान गर्नुहोस्। उजुरी फारामको प्रतिलिपि अनुरोध गर्न, (866) 632-9992 मा फोन गर्नुहोस् । तपाईंले भर्नुभएको फाराम वा पत्रलाई निम्न ठेगानामा USDA मा पेश गर्नुहोस्:

***(1) पत्राचार:*** संयुक्त राज्य कृषि विभाग
नागरिक अधिकारका लागि सहायक सचिव कार्यालय
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410;

***(2) फ्याक्स:*** (202) 690-7442; वा
***(3) इमेल:*** program.intake@usda.gov

घुमाउनुहोस्

## मेरा जिम्मेवारीहरू

WIC को सहभागी भएकोले, मैले:

- ☑ प्रत्येक पटक मलाई WIC मा परीक्षण गरिँदा, पहिचान, निवास (ठेगाना) र मेरो समग्र परिवारको सबै आम्दानीको प्रमाण ल्याउनेछु। (WIC सेवाहरू प्राप्त गर्न म US को नागरिक हुन **पर्दैन**।)
- ☑ मेरो परिचयको प्रमाण मेरो सबै WIC अपोइन्टमेन्टहरूमा ल्याउनेछु।
- ☑ मैले उपलब्ध गराएका जानकारीमा कुनै पनि परिवर्तनहरू भएमा WIC कर्मचारीलाई बताउनेछु।
- ☑ मैले दिएका अपोइन्टमेन्टहरू कायम राख्नेछु वा यदि हुन सकेन भने WIC क्लिनिकमा फोन गर्नेछु। मैले दिएका अपोइन्टमेन्टहरू कायम नराखि मेरो खाद्य लाभहरू प्राप्त गरेमा, WIC सेवाहरूमा ढिल वा रोकिन सक्छ।
- ☑ WIC लाभहरूका लागि प्रत्येक प्रमाणीकरणको अवधिमा पुन: आवेदन दिनेछु।
- ☑ म विभिन्न क्षेत्रमा सरेँ भने मैलै मेरो WIC क्लिनिकलाई थाहा दिनेछु जसकारण मेरो रेकर्डहरू स्थानान्तरण गराउन सक्नुहुन्छ।
- ☑ ओरेगन WIC कार्यक्रमद्वारा अधिकार प्रदान गरिएका स्टोरहरूमा मात्रै सही खानेकुराहरू र सही मात्रामा फर्मुला खरिद गर्नेछु।
- ☑ मेरो eWIC कार्डलाई सुरक्षित राख्नेछु र पिनगोप्य राख्नेछु।
- ☑ मसँग प्रश्नहरू छन् भने, मैले स्टोरमा मलाई चाहिएका WIC खानेकुराहरू वा फर्मुला देखेन भने वा मैले मलाई चहिएको भन्दा धेरै प्राप्त गर्दै छु भने, WIC क्लिनिकमा फोन गर्नेछु।

## WIC कार्यक्रमका नियमहरू

यी नियमहरूको पालना गर्नुहोस् अन्यथा तपाईं WIC कार्यक्रमबाट बाहिरिन सक्नुहुनेछ:

- ▶ तपाईंले WIC लाई दिनुभएका सम्पूर्ण जानकारी बारे साँचो बताउनुहोस्।
- ▶ स्टोरमा, तपाईंको eWIC लाभको बाँकी रकममा उपलब्ध नभएका खानेकुराहरू वा फर्मुला नसोध्नुहोस्। प्रतिस्थापन वा रेन चेकहरू अनुमति दिइएको छैन।
- ▶ अनलाइन वा अन्य माध्यमबाट, तपाईंका WIC खानेकुराहरू, WIC द्वारा जारी गरिएको ब्रेस्ट पम्पहर, फर्मुला वा eWIC कार्ड, कहिल्यै पनि नबेच्नुहोस् वा बेच्ने प, व्यापार गर्ने वा अन्य कसैलाई दिने प्रयास गर्नुहोस्।
- ▶ WIC खानेकुराहरू वा फर्मुला नगद, क्रेडिट वा अन्य वस्तुहरूका लागि फिर्ता नगर्नुहोस्।
- ▶ तपाईंले समान समयमा एक भन्दा धेरै WIC कार्यक्रममा नामांकन गर्न सक्नुहुन्न।
- ▶ WIC, स्टोर वा कृषकहरूको बजार कर्मचारीहरूलाई कहिल्यै पनिमौखिक रूपमा दुर्व्यवहार गर्ने, उत्पीडन गर्ने, धम्काउने वा शारीरिक रूपमा हानी पुर्याउने कार्य नगर्नुहोस्।

तपाईंलाई यो जानकारी वैकल्पिक ढाँचामा चाहिएमा, कृपया 971-673-0040 मा फोन गर्नुहोस्।

www.healthoregon.org/wic

57-630-NEPALI (7/2017)