

# ڈے کیئر ہومز میں اچھی غذاؤں کیلئے ادائیگی کی جاتی ہے



آپ کا ڈے کیئر ہوم فوڈ پروگرام میں شامل ہونے کا اہل ہو سکتا ہے جو آپ کے بچوں کو پیش کردہ کھانوں اور اسٹیکس کی ادائیگی کرنے میں مدد کرتا ہے۔

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

آپ New York State Department of Health CACFP سے اس نمبر پر بھی رابطہ کر سکتے ہیں:

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

150 Broadway, Room 600  
Albany, NY 12204  
1-800-942-3858 (صرف نیو یارک میں)  
(518) 402-7251  
فیکس (518) 402-7252  
cacfp@health.ny.gov  
health.ny.gov/CACFP

یہ ادارہ ایک مساوی موقع فراہم کنندہ ہے۔

اس پر ہمیں فالو کریں:  
health.ny.gov  
facebook.com/NYSDOH  
twitter.com/HealthNYGov  
youtube.com/NYSDOH



## میری ذمہ داریاں کیا ہیں؟

آپ اپنی زیر نگرہداشت بچوں کو جتنی بار کھانے پیش کرتے ہیں اس کی تعداد کا روزانہ ریکارڈ رکھنا ہوگا، اور مینیو میں مذکور آپ نے جو کھانا پیش کیا ہے اسے دکھانا ہوگا۔ آپ کا CACFP اسپانسر ایسا کرنے کا طریقہ سیکھنے میں آپ کی مدد کرے گا۔

## مجھے کب درخواست دینی چاہیے؟

آپ اس وقت درخواست دے سکتے ہیں جب آپ کے پاس ایک درست رجسٹریشن یا لائسنس سرٹیفکیٹ ہو، یا آپ آفس آف چلڈرن اینڈ فیملی سروسز (Office of Children and Family Services, OCF) سے حاصل کرنے کے عمل میں ہوں۔ قانونی طور پر مستثنیٰ فراہم کنندگان درخواست دے سکتے ہیں جب ان کے پاس اندراج کا نوٹس ہو۔

## میں کیسے شروع کروں؟

اپنے نزدیک ڈے کیئر ہوم فراہم کنندگان کے CACFP اسپانسر کو تلاش کرنے کے لیے کال کریں۔ وہ آپ کو پروگرام میں مفت آنے میں مدد کریں گے۔

## میں CACFP اسپانسر کو تلاش کرنے کے لیے کہاں کال کروں؟

ٹول فری گروونگ اپ بیلڈی ہاٹ لائن کو  
1-800-522-5006 پر کال کریں۔



## کھانے کیلئے تقاضے کیا ہیں؟

کھانے کے تقاضے آسان ہیں، اور مختلف اقسام کے کھانے کی اجازت دیتی ہیں، بشمول نسلی اور ثقافتی پسندیدہ۔

ناشتے میں دودھ، پھل یا سبزی اور روٹی یا کوئی اناج ہوتا ہے۔ آپ ہفتے میں تین بار تک اناج یا روٹی کی جگہ گوشت یا گوشت کا متبادل پیش کر سکتے ہیں۔

دوپہر کے کھانے اور شام کے ہلکے پھلکے ناشتے میں دودھ، روٹی یا اناج، گوشت یا گوشت کا متبادل (جیسے مچھلی، پنیر یا پھلیاں) اور دو سبزیاں، یا ایک سبزی اور ایک پھل ضروری ہے۔

اسٹیکس میں درج ذیل چیزوں میں سے کم از کم دو چیزیں ہوتی ہیں: دودھ، گوشت یا گوشت کا متبادل، روٹی یا اناج، یا سبزی یا پھل۔

## کسے پیسے مل سکتے ہیں؟

- رجسٹرڈ فیملی ڈے کیئر فراہم کنندگان
- لائسنس یافتہ گروپ فیملی ڈے کیئر فراہم کنندگان
- قانونی طور پر مستثنیٰ، یا غیر رسمی، فراہم کنندگان جو کاؤنٹی یا سٹی ایجنسی سے نگہداشت اطفال کی ادائیگیاں وصول کرتے ہیں۔



## Child and Adult Care Food Program (چائلڈ اینڈ ایڈلٹ کیئر فوڈ پروگرام، CACFP)

کیا آپ اپنے گھر میں بچوں کی نگہداشت کرتے ہیں جب ان کے والدین کام یا اسکول میں ہوتے ہیں؟ کیا آپ اپنے ڈے کیئر ہوم میں بچوں کو صحت بخش کھانا پیش کرنے میں مدد کرنا چاہیں گے؟

New York State Department of Health کے چائلڈ اینڈ ایڈلٹ کیئر فوڈ (Child and Adult Care Food Program, CACFP) پروگرام کا حصہ بنیں!

یہ فوڈ پروگرام آپ کی نگہداشت میں اندراج شدہ 13 سال تک کی عمر کے بچوں کو پیش کیے جانے والے کھانے اور اسٹیکس کی ادائیگی میں مدد کرتا ہے۔ زیادہ تر ڈے کیئر ہوم فراہم کنندگان اہل ہیں - اور پروگرام میں شامل ہونا مفت ہے۔

## CACFP کی مراعات کیا ہیں؟

- بچوں کو غذائیت سے بھرپور کھانا اور اسٹیکس پیش کیا جاتا ہے اور وہ صحت بخش کھانے کی عادات تیار کرتے ہیں جو زندگی بھر چلتی ہیں۔
- والدین جانتے ہیں کہ ان کے بچے محفوظ، صحت بخش کھانا اور اسٹیکس کھا رہے ہیں۔ والدین کو نگہداشت اطفال کے لیے کھانا پیک کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔
- فراہم کنندگان کو غذائیت، کھانے کے وقت اور بچوں کی نشوونما کے بہت سے موضوعات کے بارے میں باقاعدہ تربیت اور رہنمائی ملتی ہے۔ معاوضہ فراہم کنندگان کو صحت بخش کھانے کی اشیاء خریدنے میں مدد کرتا ہے۔
- کمیونٹیز CACFP کے ذریعے مستفید ہوتی ہیں۔ مطالعات سے پتا چلتا ہے کہ CACFP میں داخلہ لینے والے بچے صحت بخش کھانا کھاتے ہیں اور وہ اکثر دوسرے بچوں کی طرح بیمار نہیں ہوتے ہیں۔ فراہم کنندگان کو CACFP ادائیگیاں کام کرنے والے خاندانوں کے لیے نگہداشت اطفال کے اخراجات کو کم کرنے میں مدد کرتی ہیں۔

## مجھے کتنے پیسے ملیں گے؟

آپ کے ماہانہ کھانے کی جانچ پیش کیے جانے والے کھانوں اور اسٹیکس اور کھانے والے بچوں کی تعداد پر مبنی ہے۔ ڈے کیئر ہوم فراہم کنندگان کو کم آمدنی والے خاندانوں کی خدمات پیش کرتے ہیں انہیں زیادہ معاوضہ ملتا ہے۔

