



TI

### መደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋዊያን

**ብቕዕ ንምዃን ክሳብ 24 ግንቦት 2024 ኣብ ፖስታ ምልክት ክግበረሉ ኣለዎ።**

*ስም (ብእንግሊዝኛ)	_____		
*ኣድራሻ፡-	_____	* ቁጽሪ ኢፓርትመንት፡-	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
*ከተማ፡-	_____	*ዚፕ ኮድ፡-	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
*ተሌፎን፡-	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	ኢ-መይል፡-	_____
*ዕለት ልደት፡- (ወርሒ/መዓልቲ/ዓመት)	<input type="text"/> <input type="text"/> / <input type="text"/> <input type="text"/> / <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>		

መደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋዊያን (SFMNP) ነቶም ትሑት ኣታዊ ዘለዎም አረጋጋዊያን ጥዕናኦምን ደረጃ አመጋግባኦምን ንምምሕያኽ ዕላማ ብምግባር ትኩስ ፍረታትን ኣሕምልትን የቐርቡሎም። ብዘይካዚ ን ኣጠቓቕማ ዕዳጋ ሓረስቶትን ኣብ ደረት መገዲ ዚርከብ ቦታታትን ብምወሳኽ ነቲ ኣብ'ቲ ከባቢ ዘሎ ሕርሻ ይድግፎ እዩ።

**ንመደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋዊያን (SFMNP) ብቕዕ ንምዃን ነዘም ዝሰዕሱ መምዘኒታት ከተማልእ ኣለካ።**

- ወዲ 60 ዓመት ወይ ካብኡ ንላዕሊ ክትከውን ኣሎካ (ወይ 55+ ወደባት ኣመሪካዊ እንተ ኼንካ)
- ኣታዊኻ ካብ እዞም ዝሰዕሱ ንላዕሊ ክኸውን የብሉን።
  - ንሓደ (1) ሰብ ዓመታዊ ኣታዊ \$27,861 ወይ ወርሓዊ ኣታዊ \$2,322 ዚኸውን።
  - ንክልተ (2) ሰባት ዓመታዊ ኣታዊ \$37,814 ወይ ወርሓዊ ኣታዊ \$3,151 ዚኸውን።
  - ኣብ ብዙሕ ኣባል ዘለዎን ስድራቤታት፡ ንነፍሲ ወከፍ ተወሳኺ ሰብ ኣብ ናይ ወርሓዊ ኣታዊ \$829 ወስኹሉ።
- ኣብ ኪንግ ካውንቲ፣ ዋሽንግተን እትነበር ክትከውን ኣሎካ።

**ኣብ'ዚ ቅጥዒ እዚ ክታምካ ብምንባርካ ነዘም ዝሰዕሱ ጉዳያት ተረጋግጽ ኣለኻ።**

- ንኹሎም እቶም ኣብ ላዕሊ ዝተጠቐሱ ናይ ብቕዓት መለክዒታት ከም እተማልእ።
- እዚ ቅጥዒ እዚ ብዕጫ ኣብ ዚግበር መስርሕ ምርጫ ኸም ዚኣቱ ትርዳእ ከምዝኾንካ።
- እንተደኣ እዚ ቅጥዒኻ ተመሪጹ ናይ \$80 ካርድ መደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋዊያን (SFMNP) ከምኡድማ ሓበሬታ መሰላትን ሓላፍነትን ብፖስታ ክለኣኸልካ ምዃኑ ትርዳእ ከምዝኾንካ።

ክታም ተሳታፊ፡-	* ዕለት መመልከቲ <input type="text"/> <input type="text"/> / <input type="text"/> <input type="text"/> / <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
------------	--

* ክታም ምስ ኣመልካቲ ብምዃን ቅጥዒ ኣብ ምምላእ ዝሓገዝን ዝዛዘመን ሰብ፡-	<input type="checkbox"/> ኣመሪካዊ ህንዳዊ ወይ ኣላስካዊ ወደባት
ብኸብረትካ ኣብ'ተን ኩለን ዝምልከታኻ ምልክት ግበር፡-	<input type="checkbox"/> እስያዊ
	<input type="checkbox"/> ጸሊም ወይ ኣፍሪቃዊ ኣመሪካዊ
	<input type="checkbox"/> ሂንዲ/ባንግላድሽ
	<input type="checkbox"/> ጸዕዳ ወይ ካውካሲያዊ
	<input type="checkbox"/> ደቀባት ሃዋይ ወይ ካልእ ካብ ደሴት ፓሲፊክ መልሲ
	<input type="checkbox"/> ክህብ ኣይደልን ኢየ

ከም ሞባይል ተሌፎን ወይ ታብለት ዝኣመሰለ ዘመናዊ መሳርሒ ትጥቀም ዲኻ?	<input type="checkbox"/> ኣዎ	<input type="checkbox"/> ኣይ
ዚተኣማምን ኢንተርነት ክትረክብ ትኽእል ዶ?	<input type="checkbox"/> ኣዎ	<input type="checkbox"/> ኣይ
ናይ መደብ አመጋግባ ዕዳጋ ኣርግፍቶት ሓረስቶት (SFMNP) ሞባይል መተግበሪ፣ ነቲ ሓበሬታ ጥቕሚታት ናይ SFMNP፣ ናይ ዕድገት ታሪኽ ክትረክብን፣ ከምኡድማ ምስ ኣካባቢያዊ ኣቕራቢቲ ምህርቲ ክትረክብን ዘኽእለካ እዩ። ነዛ ናይ ሞባይል መተግበሪ እዚኣ ጻውንሎድ ክትገብሩ/ክተውርዱ ድልየኹ ኣለካ ዶ?	<input type="checkbox"/> ኣዎ	<input type="checkbox"/> ኣይ

መደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋጫያን መመልከቲ ካርድ ቅጥጫ 2024 መደብ ዕዳጋ

ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋጫያን (SFMNP)



ኣብ ኢንተርነት/ መስመር አመልክት፡

**AgingKingCounty.org/SFMNP**

ወይከአ ዝተማልአ መመልከቲ ብፓስታ ጌርካ ናብዚ ዝስዕብ ስደዶ፡

**Senior Farmers Market Nutrition Program**  
**140 Lakeside Ave, Suite A-180**  
**Seattle, WA 98122**

ሓገዝ ዘድልዩካ እንተ ኹይኑ ናብ Community Living Connections 844-348-5464 (ብናጻ ደወል)

**Community Living Connections**  
**1-844-348-5464 (toll-free)**  
**communitylivingconnections.org**

ካብ ሓንጻእ ንላዕሊ ኣይተመልክት፣ ተደጋጋምቲ ምልክታታት ኪውግዳ እየን። ብዙሓት ኣመልክትቲ ስለ ዘለዉ መደብ ዕዳጋ ሓረስቶት አመጋግባ አረጋጋጫያን (SFMNP) ክፍሊ ሰብአዊ ኣገልግሎት ሲያትል ንነፍሲ ወከፍ ኣመልካቲ ዚኸውን እኹል ካርድ የብሉን። ኣገልግሎት አረጋጋጫያንን ስንኩላትን (ADS) ብዕጫ ናይ ምምራጽ መስርሕ ኢዩ ዝጥቀም። ካርድ ዕዳጋ ሓረስቶት ኣብ ሓምለ 2023 ናብ ተቐብልቲ ብፓስታ ክለኣኽ እዩ።

እዚ መመልከቲ እዚ ብቑዕ ምእንቲ ክኸውን ክሳዕ 24 ግንቦት 2024 ናይ ፖስታ ምልክት ክግበረሉ ኣለዎ።

ብመሰረት ፈደራላዊ ሕግን ፖሊሲ ክፍሊ ሕርሻ ሕቡራት መንግስታት ኣመሪካን (USDA)፣ እዚ ትካል እዚ ኣብ ዝኸነ ብ USDA ዝካየድ ወይ ዝምወል መደብ ኣብ ዘርኢ፣ ሕብሪ ቐርብት፣ ብሄራዊ መበቆል፣ ጾታ፣ ዕድመ፣ ወይ ስንክልና መሰረት ገይሩ ተነጽሎ ከካይድ ወይ ኣቐዲሙ ብዝነበረ ምንቅስቃስ ሰብአዊ መሰላት ተግባራት ሕነ ምፍዳይ ከየካይድ ይኸልከል እዩ።ኣብዚ መደብ ብዛዕባ ዘጋጠመካ ኣድልዎ ዝምልከት ጥርግን ንምቕራብ፣ ነቲ ኣብ ኢንተርነት ኣብ <https://www.usda.gov/oascr/how-to-file-a-program-discrimination-complaint> ወይ ኣብ ዝኸነ ናይ USDA ቤት ጽሕፈት ዝርከብ ናይ ክፍሊ ሕርሻ ዩኤስ ኣመሪካ (USDA) ቅጥጫ ጥርግን፣ (AD-3027) መሊእካ ዝገም ወይ ነቲ ቅጥጫ ዝሓዩ ኩሉ ሓበሬታ መሊእካ ኣድራሻኡ ናብ ክፍሊ ሕርሻ ዩኤስ ኣመሪካ ጌርካ ደብዳቤ ለኣኽ።ቅዳሕ ናይቲ ጥርግን ቅጥጫ ክትሓትት እንተ ደኣ ደሊኻ ናብ (866) 632-9992 ደወል።ነቲ እተዛዘመ ቅጥጫ ወይ ደብዳቤ ናብ USDA ብከምዚ ዝስዕብ ኣረክቡ፡- (1) ብዛዕባ ኣድልዎ ዚገልጽ ጥርግን ደብዳቤ ናብ፡ U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250- 9410 ደብዳቤ ጸሓፍ፣ (2) ብዛዕባ ኣድልዎ ጥርግን ናብ፡ (202) 690-7442 ፋክስ ግበር፣ ወይ (3) ኣድልዎ ኸም ዘሎ ዚገልጽ ጥርግን ናብ፡ program.intake@usda.gov ኢ-መይል ስደድ።እዚ ትካል እዚ ማዕረ ዕድል ዚህብ እዩ።

ብመሰረት ናይ ፌደራል ሕግን ናይ ኣሜሪካ ግብርና ፖሊሲ እዚ ትካል እዚ ዓሌት፡ ሕብረ፡ ሀገራዊ መበቆል፡ ፆታ፡ ስንክልና፡ ዕድመ ወይ ኣብ ዝኾነ ናይ USDA ሲቪልዊ መሰላት ምንቅስቃሳት ብምሕጋዝ ብምስታፎም ንምሽላም መሰረት ብምግባር ኣድልዎ ክፍፀም የብሉን። ብኸብረትኩም ተወሳኺ መረዳኢታ ንምርካብ ናይዚ ቃል መሓላ ብድሕሪት ረኣዩ።

**ኣድልዎ ዘይምፍጻም**

**ካብ ኣድልዎ ነፃ ምኪን**

እዚ ትካል እዚ ፆታ፡ ዓሌት፡ መበቆል፡ ሃይማኖት፡ ሕብረ፡ ዕድመ፡ ጡረታ ወይ ወታሃደራዊ ኩነታት፡ ፆታዊ ድልዎት፡ ስንክልና፡ ወይ ዝሰልጡኩ ኣገልግሎት እንስሳት ወይ ክመርሓኩም ክልቢ ምጥቃም መሰረት ብምግባር ኣድልዎ ምፍፃም ዝተኸልከለ እዩ። (ናይ ኣገልግሎት እንስሳ ማለት ነቲ ስንክልና ዘለዎ ሰብ ዝጠቕሙ ስራሕቲ ዝሰርሑ ብውልቀ ሰባት ዝሰልጡን እዩ)። (RCW 49.60.030)

**USDA ናይ ዘይምግላለ መግለፂ**

ብናይ ፌደራላዊ ሲቪልዊ መሰላትን ሕግን ናይ ኣሜሪካ ሕርሻን ስቪላዊ መሰላት (USDA) ደንብን ፖሊሲን መሰረት ብምግባር USDA፡ ኤጀንስታቱ፡ ቤት ፅሕፈታቱን ሰራሕተኛታቱን USDA ዝሰተፉ ትካላት ወይ ዘመሓደርዎ ኣካላት ዓሌት፡ ሕብረ፡ ሀገራዊ መበቆል፡ ፆታ፡ ስንክልና፡ ዕድመ ወይ ኣብ ዝኾነ ናይ USDA ሲቪልዊ መሰላት ምንቅስቃሳት ብምሕጋዝ ብምስታፎም ንምሽላም መሰረት ብምግባር ኣድልዎ ክፍፀም የብሉን።

ስንክልና ዘለዎን ናይቲ መደብ መረዳኢታ ብካልእ ኣማራጺ መንገዳ ምርካብ ዝደሊ ሰብ (ንኣብነት ብሬል፡ ዓባይቲ ፅሑፋት፡ ናይ ድምዳሜ ቅዳሕ፡ ምልክት ቋንቋ ኣሜሪካ ወዘተ)፡ ናብቲ ጥቕሚ ዘመልከትሉ ኤጀንሲ (ስቴት ወይ ከባብያዊ) ክመልከቱ ኣለዎም። ጸማማት ዝኾኑ፡ ናይ ምስማዕ ጸገም ዘለዎምን ወይ ናይ ዘይምዝራብ ጸገም ዘለዎም ሰባት ብፌደራል ሪላይ ኣገልግሎት ኣቢሎም ናብ (800) 877-8339 ብምድዋል ንUSDA ከዛርቡ ይኸእሉ። ብተወሳኺ ሓበሬታ ፕሮግራም ካብ ቋንቋ እንግሊዝኛ ወፃኢ ንክተሀሉ ንክግበር ይኸእል እዩ።

ኣብዚ መደብ ናይ ምግላልዕ ጥርዓን ክትመልኡ እንተድኣ ደሊኹም [USDA ናይ መደብ ኣድልዎ ጥርዓን ቅጥዒ](#)፡ (AD-3027) ኣንላይን፡ <https://www.usda.gov/oascr/how-to-file-a-program-discrimination-complaint>፡ ከምኡ ድማ ኣብ ዝኾነ እዋን ናብ USDA ቤት ፅሕፈት ኣመለክቱ ወይ ናብ USDA ዝብል ደብዳቤ ብምፅሓፍ ኣብቲ ቅጥዒ ዝተሓተተ መረዳኢታ ኣካትቱ። ንናይ ቕሬታ መቕረቢ ፎርም ኮፒ ንምሕታት ናብ(866)632-9992 ይደውሉ። ናብ USDA ዝልእኹዎ ዝተማለኡ ፎርም ወይድማ ደብዳቤ ዘረክብዎን፡

- (1) ሜይል፡ U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;

**መዘካከሪ፡ ናይ SFMNP መመልከቲ ናብዚ ኣድራሻ ኣይትልኡኹም**

- (2) ፋክስ፡ (202) 690-7442; ወይ
- (3) ኢ-መይል፡ [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

**እዚ ትካል እዚ ማዓረ ዕድል ዘማኣከለ ቀረብ የቅርብ።**