

विक् (WIC) का फोन अपोइन्टमेन्टहरू www.healthvermont.gov/wicbyphone

हाम्रो COVID 19 प्रतिकार्यको हिस्साको रूपमा, विक् (WIC) ले भर्मोन्टमा सामाजिक दूरी कायम राख्ने प्रयासहरू अनुरूप फोनबाटै सबै अपोइन्टमेन्टहरू सम्पन्न गर्नेछ। परिवारहरूलाई अहिले र आउँदा दिनहरूमा पनि निरन्तर सहयोग प्रदान गर्न विक् (WIC) प्रतिबद्ध छ।

निम्न जानकारीले विक् (WIC) परिवारहरूलाई विक् (WIC) का फोन अपोइन्टमेन्टहरूलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न मद्दत गर्नेछ।

के अपेक्षा गर्ने

विक् (WIC) पोषण कर्मचारीले तपाईंले आफ्नो स्थानीय विक् (WIC) कार्यालयमा पेश गर्नुभएको फोन नम्बरमा कल गर्नेछन्। कृपया ध्यान दिनुहोस् कि कलहरू विक् (WIC) क्लिनिकको नम्बरको सट्टा निजी नम्बरबाट पनि आउन सक्नेछन्। तपाईंलाई विभिन्न व्यक्तिगत प्रश्नहरू सोधिनेछ, त्यसैले अपोइन्टमेन्ट पूरा गर्न सकिने गोप्य, शान्त ठाउँ खोज्नुहोस्। विक् (WIC) कर्मचारीले कम्प्युटरमा जानकारी प्रविष्ट गर्नेछन्, त्यसैले तपाईंले कुराकानी गरिरहेको समयमा हल्का ढिलाइ भएको अनुभव गर्न सक्नुहुनेछ।

इन्टरनेटको पहुँच

यदि सम्भव छ भने यो अपोइन्टमेन्ट पूरा गर्न चाहिने जानकारीमा पहुँच प्राप्त गर्न सजिलो बनाउनको लागि यो पृष्ठ खोल्नुहोस्। तपाईंलाई कागजातका इमेजहरू विद्युतीय ढाँचामा तपाईंको स्थानीय कार्यालयको सुरक्षित ईमेलमा पठाउन अनुरोध पनि गर्न सकिनेछ। विक् (WIC) कर्मचारीले तपाईंलाई फोनबाट अपोइन्टमेन्ट पूरा गर्न तपाईंले के गर्नुपर्दछ भनेर बताउनेछन्।

अन्य आवश्यक जानकारी

यदि तपाईंसँग चिकित्सकको पछिल्लो जाँचबाट उचाइ/लम्बाइ, तौलका मापहरू वा फलामको मात्राको परीक्षणको नतिजा उपलब्ध छ भने तपाईंले तिनीहरूलाई विक् (WIC) कर्मचारीलाई उपलब्ध गराउन सक्नुहुनेछ। यदि तपाईंसँग भर्खरै लिइएका माप छैनन् भने तीबिना नै अपोइन्टमेन्टलाई पूरा गरिनेछ।

विक् (WIC) सम्बन्धी अधिकार तथा जिम्मेवारीहरू

भर्मोन्ट महिला, शिशु तथा बालबालिका (विक्/Women, Infants, and Children, WIC) कार्यक्रमको सहभागीको हैसियतले, म निम्न कुराहरूलाई राम्ररी बुझ्दछु:

- विक् (WIC) का प्रमाणीकरण अवधिहरू सहभागीहरूको प्रकारको आधारमा भिन्न हुन्छ:
 - गर्भवती महिलाहरूको हकमा बच्चा जन्मिएपछि छ हप्तासम्म;
 - शिशु/स्तनपान गराउने महिलाहरूको हकमा शिशु जन्मिएको दिनदेखि एक वर्ष हुँदाको अवधिसम्म;
 - बाह्र महिनादेखि माथि पाँच वर्ष उमेर अवधिसम्मका बालबालिकाहरू; र
 - स्तनपान नगराउने महिलाहरूको हकमा बच्चा जन्मिएपछि छ महिनासम्म।
- मेरो तथा/वा मेरो बच्चा(हरू) को प्रमाणीकरण अवधि समाप्त हुँदा विक् (WIC) कार्यक्रमका सुविधाहरू पनि समाप्त हुन्छन्।
- मैले पोषणसम्बन्धी शिक्षा, स्तनपानको लागि सहयोग, विक् (WIC) खाद्यान्न र अन्य स्वास्थ्य सेवाहरूका लागि सिफारिसहरू लगायत पोषण तथा स्वास्थ्यको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नेछु।
- मेरो विक् (WIC) सुविधाहरूलाई जारी राख्नको लागि म प्रमाणीकरण र पोषण शिक्षासम्बन्धी सबै अपोइन्टमेन्टहरूमा नियमित उपस्थित हुनुपर्छ।
- मैले विक् (WIC) कार्यक्रमलाई प्रदान गरेको जानकारीहरूको गोपनीयता कायम राख्ने अधिकार मसँग छ।

विक् (WIC) कार्यक्रमका सहभागीको जानकारीहरू निम्न कार्यक्रमहरूसँग साझा गर्न सकिन्छ भन्ने कुरालाई म बुझ्दछु: घर-दैलो कार्यक्रमहरू

(Home Visiting Programs), फोस्टर अभिभावक सेवाहरू (Foster Parent Services), खोप कार्यक्रम र गर्भाविस्था जोखिम मूल्याङ्कन निगरानी प्रणाली (Pregnancy Risk Assessment Monitoring System, PRAMS) कार्यक्रम आदि। विक् (WIC) कार्यक्रमको प्रमाणीकरणमा मैले दिएको मेरो विद्युतीय हस्ताक्षरले मेरा यी जानकारीहरू साझा गर्नको लागि जानकारी जारी गर्ने अनुमति प्रदान गर्दछ। अन्य कुनै पनि संस्थासँग जानकारी साझा गर्नको लागि विक् (WIC) लाई छुट्टै जानकारी जारी गर्ने अनुमति आवश्यक पर्छ।

6. भर्मोन्ट स्वास्थ्य आयुक्तले गैर-विक् (WIC) प्रयोजनहरूका लागि विक् (WIC) मा मेरो सहभागिताबारे जानकारीको प्रयोग र खुलासा गर्न अधिकार दिन सक्छन्। यस्तो जानकारीलाई कार्यक्रम प्रशासन, अन्य कार्यक्रमहरूसँग सुविधाहरू समन्वय गर्न र विक् (WIC) का सेवा तथा गतिविधिहरूको सुधारको लागि मात्र राज्य तथा स्थानीय विक् (WIC) कार्यालय र उपरोक्त कार्यक्रमहरूद्वारा मात्र प्रयोग गर्न सकिनेछ।

7. जातीय/नश्लसम्बन्धी जानकारी तथ्याङ्कीय रिपोर्टिङ आवश्यकताहरूका लागि मात्र सङ्कलन गरिन्छ र यसले विक् (WIC) कार्यक्रममा मेरो सहभागितालाई कुनै असर पार्दैन। जाति, रङ, राष्ट्रिय मूल, उमेर, अपाङ्गता वा लिङ्ग जेजस्तो भएता पनि विक् (WIC) कार्यक्रममा सहभागिता र योग्यताका मापदण्डहरू सबैका लागि समान हुन्छन्।

8. विक् (WIC) कर्मचारीहरूले मैले उपलब्ध गराएको जानकारीलाई प्रमाणित गर्न सक्छन्। यदि मैले झूठो जानकारी उपलब्ध गराएमा मैले विक् (WIC) को सुविधाहरू प्राप्त नगर्न सक्छु; मैले पहिले नै खरिद गरेको विक् (WIC) खाद्यान्नहरूको पैसा फिर्ता गर्नुपर्ने हुनसक्छ; र राज्य तथा सङ्घीय कानून अन्तर्गत मलाई कारवाही हुनसक्छ।

9. यदि म भर्मोन्ट राज्यबाहिर बसाई सरेर गएको खण्डमा नयाँ राज्यमा विक् (WIC) का सुविधाहरू प्राप्त गर्नको लागि मैले प्रमाणीकरणको प्रमाण (Verification of Certification, VOC) को लागि अनुरोध गर्न सक्छु।

विक् (WIC) कार्यक्रमका सहभागीका अधिकारहरू:

- यदि विक् (WIC) को सुविधा पाउनको लागि मेरो योग्यतालाई असर पार्ने कुनै पनि निर्णयसँग म असहमत छु भने सो सूचना पाएको मितिदेखि साठी (60) दिनभित्र मसँग अपिल (पुनरावेदन) दायर गरेर के कति कारणले मलाई सुविधा पाउनबाट वञ्चित गरिएको हो सो बुझ्न म आफैं वा नातेदार/मित्र/ कानुनी सल्लाहकार वा अन्य प्रवक्ता(हरू) जस्ता मेरो प्रतिनिधि(हरू) द्वारा निष्पक्ष सुनुवाइको लागि अनुरोध गर्नसक्छु।
- निष्पक्ष सुनुवाइ अनुरोध गर्नको लागि जानकारी कुनै पनि स्थानीय विक् (WIC) कार्यालय वा राज्यको निम्न विक् (WIC) कार्यालयबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ: Vermont Department of Health, WIC Program, 108 Cherry Street, PO Box 70, Burlington, VT 05402-0070। तपाईंले फोन नम्बर 1-800-649-4357 मा सम्पर्क गरी सुनुवाइको लागि अनुरोध पनि गर्न सक्नुहुन्छ।
- निष्पक्ष सुनुवाइ अपिलको नतिजा नआउन्जेल पाइरहेका सुविधाहरूलाई जारी राख्नको लागि निवेदन दिन सकिन्छ। यो निवेदनलाई मेरो अयोग्यताबारे सूचना पाएको मितिदेखि पन्ध्र (15) दिनभित्र दायर गरिएको हुनुपर्छ। यद्यपि, सहभागीको प्रमाणीकरण अवधिभन्दा बढी समय कुनै पनि सुविधाहरूलाई जारी गर्न सकिदैन।
- विक् (WIC) समान अवसर उपलब्ध गराउने कार्यक्रम हो। यदि मलाई जाति, रङ, राष्ट्रिय मूल, लिङ्ग, उमेर वा अपाङ्गताका आधारमा मलाई भेदभाव गरिएको लाग्छ भने मैले सिधै The Secretary of Agriculture, Washington, DC 20250 लाई सम्पर्क गर्न सक्छु वा विक् (WIC) कार्यालयको कर्मचारीलाई सहायताको लागि अनुरोध गर्न सक्छु।

विक् (WIC) कार्यक्रमका सहभागीका जिम्मेवारीहरू:

1. विक् (WIC) बाट पाउने सुविधाहरू गुमाउनबाट बच्नको लागि म विक् (WIC) का सबै अपोइन्टमेन्टहरूमा उपस्थित हुनुपर्छ।
2. यदि म विक् (WIC) को अपोइन्टमेन्टमा उपस्थित हुन सकिदैन भने यसको अग्रिम जानकारी गराउनुको साथै अर्को पटकको भेटघाटको लागि पुनः समय मिलाउनुपर्छ। यदि मैले पुनः प्रमाणीकरण वा पोषण शिक्षा कक्षाहरू छुटाएमा WIC सुविधाहरूलाई घटाउन सकिन्छ।

3. मेरो ठेगाना परिवर्तन भएमा वा म अर्को शहर वा राज्यमा बसाई सरेर गएको अवस्थामा मैले विक (WIC) को कर्मचारीलाई जानकारी गराउनेछु ताकि मेरो विक (WIC) लाई अर्को डिस्ट्रिक्ट वा राज्यमा स्थानान्तरण गर्न सकियोस्।
4. विक (WIC) का खाद्यान्नहरू सहभागी परिवारको सदस्यको लागि मात्र हो। मैले यो अरुलाई बेच्ने छैन र मेरो विक (WIC) को सुविधा अरु कसैलाई दिने छैन र यदि मैले मेरो खाद्यान्न सुविधाहरूलाई परिवर्तन गर्न आवश्यक छ भने मैले विक (WIC) लाई सम्पर्क गर्नेछु।
5. सबै फर्मुला/चिकित्सकीय खानेकुराको आदानप्रदान अनिवार्य रूपमा विक (WIC) कार्यालयमा गरिनुपर्छ। कुनै पनि प्रयोग नगरिएको शिशु फर्मुलालाई अनिवार्य रूपमा सधैं विक (WIC) कार्यालयलाई फिर्ता गरिनुपर्छ।
6. म मेरो विक (WIC) कार्डलाई सुरक्षित स्थानमा राख्नेछु। मैले मेरो व्यक्तिगत पहिचान नम्बरलाई विक (WIC) को सामग्री खरिद गर्ने घरको अतिरिक्त मुख्य व्यक्ति वा प्रतिनिधि बाहेक अरु कसैलाई दिने छैन।
7. यदि मेरो भर्मान्त विक (WIC) कार्ड हराए वा चोरी भएमा मैले तुरुन्तै विक (WIC) कार्यालयमा रिपोर्ट गर्नेछु। यस्तो अवस्थामा हराएको महिनाको सुविधा सट्टा-भर्ना वा प्रतिस्थापन हुने छैन भन्ने कुरालाई म बुझ्दछु।
8. विक (WIC) का सुविधाहरूलाई विक (WIC) का अधिकृत पसलहरूमा मात्र खरिद गर्न सकिन्छ। जुन महिनाको लागि दिइएको हो त्यसलाई त्यही महिनामा प्रयोग गरिनुपर्छ, अन्यथा त्यो अर्को महिनामा सार्न वा प्रयोग गर्न सकिने छैन भन्ने कुरालाई म बुझ्दछु।
9. पसल वा स्टोरहरूमा कार्ड कसरी प्रयोग गर्ने भनेर घरको अतिरिक्त मुख्य व्यक्ति वा प्रतिनिधिलाई सिकाउने जिम्मेवारी मेरो हुन्छ।
10. मेरा वैकल्पिक खरिदारहरूले समान जिम्मेवारीहरूलाई पालना गर्छन् भनेर सुनिश्चित गर्ने जिम्मेवारी मेरो हुन्छ।

निम्न अवस्थामा अयोग्यता, निलम्बन, अभियोग र नगद असुली हुनसक्छ:

- A. विक (WIC) सुविधाहरूको दुरुपयोग गरेमा, जस्तै कि भर्मान्त (WIC) कार्ड वा (WIC) कार्ड सुविधाहरूबाट खरिद गरिएका खाद्यान्न सामग्रीहरूलाई नगद, उधरो वा गैर-खाद्यान्न सामग्रीहरूका लागि मौखिक रूपमा, छापामा, अनलाइनमा वा अन्य कुनै पनि तारिकमा साटासाट गर्ने/बिक्री गर्ने वा बिक्री गर्ने आशय राख्ने;
- B. विक (WIC) को स्वीकृत खाद्यान्न सूचीमा नभएका खाद्यान्न खरिद/प्राप्त गर्ने;
- C. विक (WIC) का कर्मचारी वा किराना पसलका कर्मचारीहरूलाई शारीरिक दुर्व्यवहार, शारीरिक दुर्व्यवहारको धम्की वा मौखिक दुर्व्यवहार गर्ने।

मैले उपलब्ध गराएका मेरो परिवारको आय, परिवारका सदस्यहरूको संख्या, ठेगाना, पहिचानसम्बन्धी कागजात र स्वास्थ्य तथा पोषणको स्थितिसम्बन्धी जानकारी लगायतका वित्तीय तथा योग्यतासम्बन्धी जानकारी मलाई थाहा भएसम्म सत्य छन्। कुनै पनि कुरा परिवर्तन भएमा मैले तुरुन्तै विक (WIC) कर्मचारीलाई सूचित गर्नेछु। VT WIC Ceres प्रणालीमा मेरो विद्युतीय हस्ताक्षर उपलब्ध गराएर म निम्न कुराहरूलाई पुष्टि गर्दछु:

1. उपरोक्त कथनहरूलाई मैले बुझेको तथा स्वीकार गरेको छु;
2. भर्मान्त विक (WIC) कार्यक्रमको सहभागीहरूको अधिकार तथा जिम्मेवारीहरू र गोपनीयता अभ्यासहरूको सूचनाको बारेमा मलाई सल्लाह दिइएको छ, मैले तिनीहरूलाई बुझेको छु, मलाई तिनीहरूलाई पढेर सुनाइएको छ र तिनीहरूको प्रति उपलब्ध गराइएको छ।

सङ्घीय नागरिक अधिकार कानून र अमेरिकी कृषि विभाग (U.S. Department of Agriculture, USDA), नागरिक अधिकार नियम तथा नीतिहरू अनुसार, यूएसडीए (USDA), यसका एजेन्सी, कार्यालय तथा कर्मचारीहरू र यसमा सहभागी वा यूएसडीए (USDA) का कार्यक्रमहरू लागू गर्ने संस्थाहरूलाई यूएसडीए (USDA) द्वारा सञ्चालित वा आर्थिक सहयोग गरिएको कुनै पनि कार्यक्रम वा क्रियाकलापमा जाति, रङ, राष्ट्रिय मूल, लिङ्ग, अपाङ्गता, उमेरका आधारमा भेदभाव गर्न वा कुनै पूर्व नागरिक अधिकार क्रियाकलापको बदला वा प्रतिशोध लिन निषेध गरिएको छ। कार्यक्रमबारे जानकारीको लागि सञ्चारका वैकल्पिक माध्यमहरू (जस्तै कि, ब्रेल, टूलो अक्षर, श्रव्य सामग्री, अमेरिकी सांकेतिक भाषा (American Sign Language) आदि) आवश्यक पर्ने अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले उनीहरूले सुविधाहरूका लागि निवेदन दिएको एजेन्सी (राज्य वा स्थानीय) लाई सम्पर्क गर्नुपर्छ। बहिरा, श्रवण शक्ति कमजोर भएका वा बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले यूएसडीए (USDA) लाई सङ्घीय रिले सेवा (Federal Relay Service) मार्फत (800) 877-8339 मा सम्पर्क गर्न सक्छन्। यसका अतिरिक्त, यो कार्यक्रमबारे जानकारी अंग्रेजी भाषाबाहेक अन्य भाषाहरूमा पनि उपलब्ध हुन सक्छन्।

भेदभावको कार्यक्रम उजुरी दायर गर्नको लागि यूएसडीए कार्यक्रम भेदभाव उजुरी फारम (USDA Program Discrimination Complaint Form) (AD-3027) भर्नुहोस् जो अनलाईनमा: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html (बाह्य लिंक) मा र कुनै पनि यूएसडीए (USDA) कार्यालयमा उपलब्ध छ, वा यूएसडीए (USDA) लाई सम्बोधन गरेर पत्र लेख्नुहोस् र फारममा अनुरोध गरिएका सबै जानकारीलाई पत्रमा उल्लेख गर्नुहोस्। उजुरी फारमको प्रति प्राप्त गर्नको लागि (866) 632-9992 मा फोन गर्नुहोस्। आफ्नो पूरा भरिएको फारम वा पत्र यूएसडीए (USDA) लाई निम्न माध्यमबाट बुझाउनुहोस्:

- (1) हुलाक: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410
- (2) फ्याक्स: (202) 690-7442; वा
- (3) ईमेल: program.intake@usda.gov

यो संस्था समान अवसर प्रदायक हो।

अपोइन्टमेन्टसम्बन्धी स्रोतहरू

स्तनपानसँग सम्बन्धित प्रश्नहरू तथा जानकारीको लागि, [WIC स्तनपान पृष्ठ](#)मा जानुहोस्।

WIC खाद्यान्नबारे जानकारीको लागि, [WIC सँग किनमेल पृष्ठ](#)मा जानुहोस्, [भर्मोन्ट WIC खाद्यान्न गाइड](#) र [WIC कार्यक्रम तथा किनमेल गाइड](#) हेर्नुहोस्।

अनलाइन पोषण शिक्षासम्बन्धी गतिविधिहरू पूरा गर्नको लागि, WICHealth.org मा जानुहोस्।