



ਅਪੈਲ ਅਤੇ ਮਈ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਈਬੀਟੀ ਕਾਰਡ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪੈਲ ਅਤੇ ਮਈ ਦੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਕਟ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪਣੇ ਈ ਬੀ ਟੀ ਕਾਰਡ 'ਤੇ ਵਾਧੂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਦੇ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੇ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਚ ਵਿੱਚ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਅਪੈਲ ਵਿੱਚ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਆਕਾਰ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:

» ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ 3 ਵਿਅਕਤੀ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ \$200 ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ \$309 ਦਾ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਮਿਲੇਗਾ, 3 ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ \$509 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

» ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ \$355 ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਮੈਂ ਵਾਧੂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਕਦੋਂ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

» ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਰਚ ਲਈ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਧੂ ਲਾਭ 12 ਅਪੈਲ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਗੇ।

» ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪੈਲ ਲਈ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਧੂ ਲਾਭ 10 ਮਈ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਗੇ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵਾਧੂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਗਜ਼ੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਜਾਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ?

ਨਹੀਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤਿਰਿਕਤ ਕਾਗਜ਼ ਭਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵਾਧੂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਈਬੀਟੀ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਜੋੜ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏਗੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਵਾਂਗ ਵਰਤ ਸਕੋਗੇ।

ਕੋਵਿਡ -19 ਦੌਰਾਨ ਹੋਰ ਕਿਹੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?

ਵਾਧੂ ਸਥਾਨਕ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ 2-1-1 ਜਾਂ ਸਟੇਟ ਹਾਟਲਾਈਨ ਨੂੰ 833-544-2374 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਇਸ ਸਰੋਤ ਪੇਜ ਨੂੰ [online ਨਲਾਈਨ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: https://bit.ly/covid-food-resources](https://bit.ly/covid-food-resources).

ਜੇ ਮੈਂ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ?

ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ! ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ c4yourself.com 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਾਉਂਟੀ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ 1-877-652-0735 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪੈਲ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 10 ਮਈ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੇ।

ਇਹ ਵਾਧੂ ਲਾਭ ਇਸ ਲਈ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ "ਫੈਮਲੀਜ਼ ਫਸਟ ਐਕਟ" (H.R. 6201) ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ 'ਤੇ 18 ਮਾਰਚ, 2020 ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿੱਚ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।

CalFresh FOOD	
ਘਰੇਲੂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਕਾਰ ਕੈਲਫ਼੍ਰੈਸ਼	
1	\$194
2	\$355
3	\$509
4	\$646
5	\$768
6	\$921
7	\$1,018
8	\$1,164
ਹਰ ਇੱਕ ਵੱਧ ਮੈਂਬਰ ਲਈ	
	+ \$146