Healthy Incentives Program



طازجة. مُعلّبة. مجففة. مُجمّدة.

إنه برنامج HIP من أجل الصحة!

SNAP
Supplemental Nutrition Assistance Program

جعل الغذاء الصحي في متناول اليد

GROWING FARMERS MARKETS for 40 years
MASS FARMERS MARKETS
SINCE 1978

نصائح للتسوق في برنامج الحوافز صحية(HIP)

- أعثر على متاجر التجزئة المشاركة في برنامج الحوافز الصحية (HIP) **www.mass.gov/HIP**.

- تحقق من رصيد برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) الخاص بك قبل الذهاب إلى المزرعة أو إلى سوق المزارعين، فيجب أن يكون لديك رصيد مساعدات في برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) عند الشراء من بائعي التجزئة المشاركين في البرنامج.

- تعرف على الحد الشهري الخاص بك بناء على حجم العائلة: 40 دولارًا (فرد إلى فردين) 60 دولارًا (3 إلى 5 أفراد) 80 دولارًا (6 أفراد أو أكثر)

- ابحث عن شعار برنامج الحوافز الصحية (HIP) وتسوق حيث تجده! يمكنك شراء الفاكهة والخضروات الطازجة والمُعلّبة والمُجففة والمُجمّدة، والتي يجب ألا تحتوي على أي سكر أو ملح أو دهون أو زيوت مضافة.

- ادفع ببطاقة التحويل الإلكتروني للمخصصات (EBT) الخاصة بك. ستحصل على دولار واحد عن كل دولار تنفقه في شراء الفاكهة والخضروات المحددة، بالحد الأقصى الشهري. يبدأ مرة أخرى الحد الشهري الخاص بك من برنامج الحوافز الصحية (HIP) في بداية كل شهر.

- تحقق من الفاتورة. يمكنك رؤية مقدار دولارات برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) التي اكتسبتها في الفاتورة بعد كل عملية شراء تابعة لبرنامج الحوافز الصحية (HIP)، حيث يمكنك إنفاقها في المكان نفسه أو لدى أي بائع تجزئة آخر يقبل برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP).

- بمجرد وصولك إلى الحد الشهري الخاص بك، لن تضاف نقود برنامج الحوافز الصحية (HIP) إلى بطاقتك. إن أردت، فيمكنك مواصلة إنفاق مساعدات برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) في شراء المزيد من الأغذية.









ما هو سوق المزارعين؟

سوق المزارعين هو سوق يمكنك فيه شراء حاصلات ماساتشوستس والأغذية الأخرى من مجموعة من المزارعين.

خذ وقتك وتجول في السوق وشاهد كل شيء قبل أن تقرر ما تود شرائه. قم بمقارنة الأسعار والنوعيات والجودة.

إن رأيت فاكهة أو خضروات جديدة، لا تشعر بالحرج! المزارعون يحبون التحدث عن منتجاتهم، فأسألهم. قد يكون لديهم اقتراحات خاصة بوصفات جديدة للطهي.





لمزيد من المعلومات:

1-800-645-8333

اتصل بالخط الساخن لـ Project Bread's FoodSource على الرقم 1-800-645-8333

1-800-997-2555

تحقق من رصيدك في برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) ومدى اقترابك من الحد الشهري الخاص بك في برنامج الحوافز الصحية (HIP).

عبر الإنترنت:

www.mass.gov/HIP

بالبريد الإلكتروني:

dta.hip@state.ma.us