Healthy Incentives Program

អាហារ ស្រស់ ច្រកកំប៉ុង សម្ងួត បង្កក

នេះគឺ HIP ដើម្បីសុខភាពល្អ!

SNAP
Supplemental
Nutrition
Assistance
Program

ការដាក់ចំណីអាហារមា
នសុខភាពល្អ

GROWING FARMERS MARKETS for 40 years
MASS FARMERS MARKETS
SINCE 1978

គន្លឹះទិញឥវ៉ាន់ពីកម្មវិធី នៃការលើកទឹកចិត្តសុខភាព (HIP)

- ស្វែងរកអ្នកលក់រាយ HIP នៅតាមគេហទំព័រ www.mass.gov/HIP។

- ពិនិត្យមើលសមតុល្យ SNAP របស់លោកអ្នកមុនពេលលោកអ្នកទៅកាន់កសិដ្ឋាន ឬផ្សារកសិករ។ លោកអ្នកត្រូវមានសមតុល្យនៅក្នុង SNAP នៅពេលទិញពីអ្នកលក់រាយដែលចូលរួម។

- ដឹងពីចំនួនកំណត់ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នក ផ្អែកតាមទំហំគ្រួសារ៖
  $40 (1-2 នាក់) $60 (3-5 នាក់) $80 (6+ នាក់)

- រកមើលនិមិត្តសញ្ញា HIP និងហាង! លោកអ្នកអាចទិញបន្លែ និងផ្លែឈើស្រស់ ច្រកកំប៉ុង សម្ងួត និងបង្កក។ ពួកវាមិនត្រូវបានបន្ថែមស្ករ អំបិល ខ្លាញ់ ឬប្រេងឡើយ។

- ទូទាត់ការទិញរបស់លោកអ្នកតាមរយៈកាត EBT របស់លោកអ្នក។ លោកអ្នកនឹងទទួលបាន $1 សម្រាប់ការចំណាយរាល់ដុល្លារទៅលើផ្លែឈើ និងបន្លែដែលមានសិទ្ធិទទួល រហូតដល់ចំនួនកំណត់ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នក។ ចំនួនកំណត់ HIP របស់លោកអ្នកចាប់ផ្ដើមពីថ្ងៃទីមួយនៃខែនីមួយៗ។

- ពិនិត្យមើលបង្កាន់ដៃទទួលប្រាក់របស់លោកអ្នក។ លោកអ្នកអាចមើលឃើញចំនួន SNAP ជាដុល្លាដែលលោកអ្នកទទួលបាននៅលើបង្កាន់ដៃទទួលប្រាក់របស់លោកអ្នកក្រោយពេលលក់ HIPម្ដងៗ។ លោកអ្នកអាចចំណាយបែបនេះនៅកន្លែងដដែល ឬនៅអ្នកលក់រាយផ្សេងទៀតដែលទទួល SNAP។

- ពេលណាលោកអ្នកដល់ចំនួនកំណត់ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នក នោះលុយ HIP នឹងមិនត្រូវបានបន្ថែមក្នុងកាតរបស់លោកអ្នកទៀតទេ។ បើលោកអ្នកចង់បាន លោកអ្នកអាចបន្តចំណាយ SNAP ដើម្បីទិញអាហារបន្ថែម។

ដូចម្តេចដែលហៅថាផ្សារកសិករ?

ផ្សារកសិករគឺជាផ្សារមួយដែលលោកអ្នកអាចទិញផលដំណាំនៃរដូវម៉ាស្សាឈូសេត និងអាហារផ្សេងៗទៀតពីក្រុមកសិករ។

សូមចំណាយពេលដើរពេញផ្សារ និងមើលអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងមុនពេលលោកអ្នកសម្រេចចិត្តទិញអ្វីមួយ។ ប្រៀបធៀបតម្លៃ ប្រភេទ និងគុណភាព។

បើលោកអ្នកឃើញបន្លែ ឬផ្លែឈើមិនធ្លាប់ស្គាល់ ចូរកុំខ្មាសអៀន! កសិករចូលចិត្តនិយាយពីផលដំណាំរបស់ពួកគេ ដូច្នេះចូរសួរនាំទៅ។ ពួកគេអាចនឹងឲ្យយោបល់អំពីមុខម្ហូបថ្មី។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖

1-800-645-8333

លេខទូរសព្ទបន្ទាន់អំពីប្រភពអាហាររបស់ Project Bread
(មាន 160 ភាសា)

1-800-997-2555

ពិនិត្យមើលសមតុល្យ SNAP របស់លោកអ្នក និងពិនិត្យមើលចំនួ
ជិតដល់ចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នក។

លើបណ្តាញ៖www.mass.gov/HIP
អ៊ីមែល៖ dta.hip@state.ma.us