WIC အကြောင်း အလုံးစုံ

North Carolina WIC သည် အမျိုးသမီးများ၊ မွေးကင်းစများနှင့် ကလေးများတို့အတွက် အထူးဖြည့်စွက်အဟာရ အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပြီး၊ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု စိုက်ပျိုးရေးဌာနမှ ရန်ပုံငွေထောက်ပံ့ပေးထားခြင်း ဖြစ်သည်။

WICမှ မည်သည်အား ထောက်ပံ့ပေးသနည်း။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးထောက်ပံ့မှု။

အဟာရဆိုင်ရာ ပညာပေး။

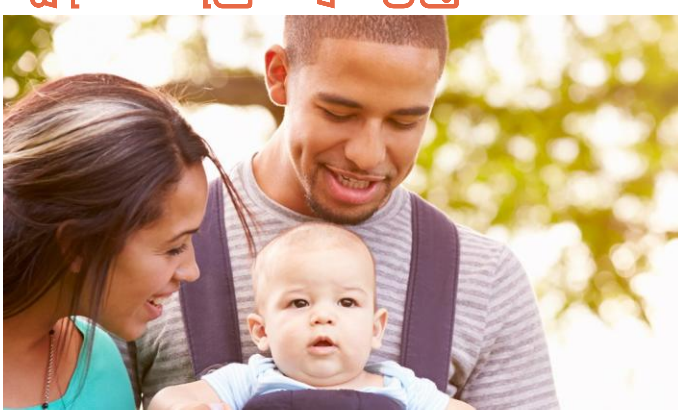
အဟာရဖြစ်စေသည့် အစားအသောက်များ။

ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်း အရင်းအမြစ်များထံသို့ ရည်ညွှန်းလွှဲပြောင်းမှု။

WICသည် မည်သူအတွက် ဖြစ်သနည်း။

- ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများ။
- လွန်ခဲ့သည့် 12 လအတွင်း ကလေးမီးဖွားခဲ့သည့် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးလျက်ရှိသူ အမျိုးသမီးများ။
- လွန်ခဲ့သည့် ၆လအတွင်း ကလေး မီးဖွားခဲ့သူ အမျိုးသမီးများ။
- မွေးကင်းစများ။
- အသက် 5 နှစ်ပြည့်သည့် အရွယ်အထိ ကလေးများ။

ကျွန်ုပ် အရည်အချင်းပြည့်မီပါသလား။



အရည်အချင်းပြည့်မီရန်ဂှာ သင် (သို့) သင့်ကလေးသည် –

- North Carolina တွင် နေထိုင်သူ ဖြစ်ရမည် ဖြစ်သည်။
- WIC ဝင်ငွေ လမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် ပြည့်မီကိုက်ညီရမည် ဖြစ်သည်။
- ကျန်းမာရေးနှင့် အဟာရဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်များနှင့်စပ်လျဉ်းပြီး WIC အဟာရဆိုင်ရာ ပညာရှင်တစ်ဦးဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးရမည် ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက် – Medicaid ၊ Work First (WF) ဟူ၍လည်း သိရှိထားကြသည့် ချို့တဲ့သူမိသားစုများ အတွက် ယာယီ ပံ့ပိုးထောက်ပံ့မှု (TANF) ၊ သို့မဟုတ် NC အစားအသောက်နှင့် အဟာရ ဝန်ဆောင်မှုများ (FNS/အစားအသောက် တံဆိပ်များ) လက်ခံရရှိထားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် WIC ဝင်ငွေလမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် အလိုအလျောက် ပြည့်မီကိုက်ညီမည် ဖြစ်သည်။

မည်သည့်နေရာ၌ ကျွန်ုပ် လျှောက်ထားရမည်နည်း။

သင်နှင့်အနီးစပ်ဆုံး WIC ရုံးခန်းအား ရှာဖွေရန် ဖော်ပြပါသို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ – www.ncdhhs.gov/ncwic/mywic

သို့မဟုတ် သင့်ဖုန်း ကင်မရာအား အသုံးပြု၍ ဤကုဒ်အား စကန်ဖတ်ပါ။

ကျွန်ုပ်၏ ပထမဆုံးရက်ချိန်းသို့ မည်သည်အား ကျွန်ုပ် ယူဆောင်လာဖို့ လိုအပ်သနည်း။

မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း သက်သေအထောက်အထား –
လျှောက်ထားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီအတွက် လက်ရှိ အထောက်အထား (ID) ဖောင်ပုံစံ အနည်းဆုံးတစ်ခုစီအား ယူဆောင်လာပေးပါ။ ဤတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည် –

- ဓာတ်ပုံ ID ၊ DMV ။
- အလုပ် သို့မဟုတ် စစ်မှုထမ်း ID ။
- ကာကွယ်ဆေး မှတ်တမ်း (မွေးကင်းစများ/ကလေးများအတွက်သာလျှင်)။
- NC မဲပေးသူ မှတ်ပုံတင်ကတ်။
- လူမှုဖူလုံရေးကတ်။
- အာမခံကတ်။
- မွေးစာရင်း။
- ဆေးရုံ ID ကတ် သို့မဟုတ် လက်ပတ်။

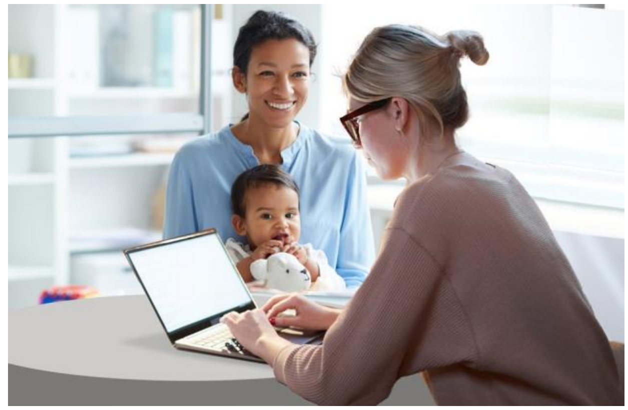
နေရပ်လိပ်စာ သက်သေအထောက်အထား (သင် နေထိုင်ရာနေရာ) –
လျှောက်ထားသူ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် လက်ရှိ နေထိုင်ရာ လိပ်စာအား ပြသသည့် နေရပ်လိပ်စာ အထောက်အထား အနည်းဆုံး တစ်ခုစီအား ယူဆောင်လာပေးပါ။ P.O. သေတ္တာပုံး လိပ်စာအား နေရပ်လိပ်စာ အထောက်အထားအဖြစ် အသုံးမပြုနိုင်ပေ။ အထောက်အထားအဖြစ် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည် –

- ဓာတ်ပုံ ID ၊ DMV ။
- လတ်တလော ရေ၊လျှပ်စစ်၊ဓာတ်ငွေ့ အထွေထွေအသုံးပြုမှု ငွေတောင်းခံလွှာ။
- ဘဏ်ငွေစာရင်းရှင်းတမ်း။
- အာမခံကတ်။
- အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ကြောင်း အသိပေးစာ သို့မဟုတ် အကြောင်းကြားချက်။
- အစားအသောက်နှင့်အဟာရ ဝန်ဆောင်မှုများထံမှ အသိအမှတ်ပြုစာ (FNS/အစားအသောက် တံဆိပ်တုံးများ)။
- လက်ရှိ အပေါင်စာချုပ် သို့မဟုတ် အိမ်ငှား သဘောတူညီချက်။
- NC မဲပေးသူ မှတ်ပုံတင်ကတ်။

ဝင်ငွေ သက်သေအထောက်အထား –
သင်သည် Medicaid ၊ WF/TANF (သို့) FNS/အစားအသောက် တံဆိပ်တုံးများအား လက်ခံရရှိလျှင် ဝင်ငွေလမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် အလိုအလျောက် ပြည့်မီကိုက်ညီမည် ဖြစ်ပြီး၊ ထပ်ဆောင်း အထောက်အထားများအား ယူဆောင်လာဖို့ မလိုအပ်ပေ။ သို့မဟုတ်ပါကမူ သင့်အိမ်ထောင်စု မိသားစုဝင်များ အားလုံးအတွက် အခွန်မတိုင်မီ ဝင်ငွေအား ပြသပေးရမည် ဖြစ်ပြီး၊ အောက်ဖော်ပြပါ အနည်းဆုံးတစ်ခုအား ယူဆောင်လာပေးရမည် ဖြစ်သည် –

- မကြာသေးမီ နောက်ဆုံး လုပ်ခဖြတ်ပိုင်းများ။
- စစ်မှုထမ်းဆိုင်ရာ ခွင့်ရက်နှင့် ဝင်ငွေရရှိမှု ထွက်ဆိုချက် (LES) ။
- စုစုပေါင်း ဝင်ငွေနှင့် လုပ်ခရရှိမှု ကြိမ်ရည်အား ဖော်ပြထားသည့် အလုပ်ရှင်ထံမှ စာ။
- လတ်တလော အခွန်ပြေစာ (အကယ်၍ ကိုယ်ပိုင်အလုပ်ဖြစ်လျှင်)။

WIC လျှောက်လွှာ ရက်ချိန်းတစ်ခုတွင် မည်သည်တို့အား ကြုံတွေ့ရမည်နည်း။



- သင်၏ မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း၊ မည်သည့်နေရာတွင် နေထိုင်ကြောင်း နှင့် အိမ်ထောင်စု ဝင်ငွေ မည်မျှဖြစ်ကြောင်း သက်သေအထောက်အထားများအား ကြည့်ရှုစစ်ဆေး၍ အရည်အချင်းပြည့်မီမှုအား သုံးသပ်မည် ဖြစ်သည်။
- သင်သည် အခြားသော ဆေးခန်း သို့မဟုတ် ဆရာဝန်ရုံးခန်းမှ ဤအချက်အလက်များအား ယူဆောင်လာပေးသော အခြေအနေမှလွဲ၍ အရပ်အမြင့်၊ ကိုယ်အလေးချိန်နှင့် သံဓာတ်ပမာဏ သွေးစစ်ေ◌ဆးမှုတစ်ခုအား ဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်သည်။
- သင့် ကျန်းမာရေး အခြေအနေနှင့် သင်၏ စားသောက်ပုံ အလေ့အကျင့်များ အကြောင်း သင့်ထံ မေးခွန်းများ မေးမြန်းမည် ဖြစ်သည်။
- သင့်တွင်ရှိသည့် အဟာရဆိုင်ရာ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများ မှန်သမျှအား ဆွေးနွေးပေးမည် ဖြစ်သည်။
- သင်သည် WIC အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီခြင်း ရှိမရှိ သိရှိနိုင်ရန်ဗှာ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦးသည် သင်၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များအား ကြည့်ရှုသုံးသပ်ပေးမည် ဖြစ်သည်။
- WIC-ထောက်ခံခွင့်ပြုထားသော အစားအသောက်များအား ဝယ်ယူရန် စတိုးဆိုင်တွင် အသုံးပြုနိုင်မည့် eWIC (ဒက်ဘစ်) ကတ် တစ်ကတ်အား သင် ရရှိမည် ဖြစ်သည်။
- WIC ဝန်ထမ်းတစ်ဦးသည် သင် ရရှိမည့် အစားအသောက်များ အားလုံးနှင့် WIC ထောက်ခံခွင့်ပြုထားသည့် အစားအသောက်များအား သင် မည်သို့ ဝယ်ယူရမည်ဖြစ်ကြောင်း ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပေးမည် ဖြစ်သည်။

WIC အစားအသောက် အကျိုးခံစားခွင့်များဖြင့် မည်သည့် အစားအသောက်များအား ဝယ်ယူနိုင်မည်နည်း။

- ☐ **အသီးအနှံနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ – လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်၊ အေးခဲ၊ စည်သွပ်။**
- ☐ **100% အသီးအနှံ သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက် ဖျော်ရည်။**
- ☐ **မြေပဲထောပတ်၊ ပဲသီးများ နှင့် ဥများ။**
- ☐ **နို့၊ ဒိန်ခဲ၊ ဒိန်ချဉ်၊ တိုဖူးပဲပြား နှင့် ပဲနို့ ဖျော်ရည်များ။**
- ☐ **ကောက်နှံပြည့် ပေါင်မုန့်၊ စီရီရယ်များ၊ တော်တီလာများ၊ ဆန် နှင့် ပါစတာ။**
- ☐ **သင့်ကလေးငယ်အတွက် အစားအသောက်များ။**

ဤအစားအသောက်များအား အော်ဂဲနစ်များ အပါအဝင် ဘရန်းတံဆိပ်၊ အရွယ်အစားနှင့် အမျိုးအစား အမျိုးမျိုးတို့ ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

North Carolina ကျန်းမာရေးနှင့် လူသားဝန်ဆောင်မှုများဌာန • ကလေးနှင့်မိသားစု ကျန်းမာဖူလုံရေး ဌာနခွဲ၊ ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်း အဟာရဝန်ဆောင်မှုများ အပိုင်း • www.ncdhhs.gov/nc-wic-cacfp • ဤအဖွဲ့အစည်းသည် တန်းတူညီမျှသော အခွင့်အလမ်း ထောက်ပံ့သူ ဖြစ်သည်။ 09/2023 #0066-D

WIC NORTH CAROLINA