

# កម្មវិធីលើកទឹកចិត្តថែទាំសុខភាព (HIP)



## សំណួរសួរញឹកញាប់ (FAQ)៖

### អតិថិជន SNAP

#### សំណួរ៖ តើ HIP ជាអ្វី?

**ចម្លើយ៖** HIP ជួយលោកអ្នកក្នុងការទិញផ្លែឈើ និងបន្លែឱ្យបានច្រើនពីកសិករតាមរយៈអត្ថប្រយោជន៍ SNAP របស់លោកអ្នក (ត្រូវបានគេហៅផងដែរថា ប័ណ្ណអាហារ)។ HIP ជាកម្មវិធីលើកទឹកចិត្តដែលមាននៅតែក្នុងរដ្ឋម៉ាសាឈូសេត ដែលជួយលោកអ្នកឱ្យទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ SNAP កាន់តែច្រើន។

#### សំណួរ៖ តើ HIP ដំណើរការយ៉ាងដូចម្តេច?

**ចម្លើយ៖** ត្បាញត្បាញតាមន័យ SNAP របស់គោកអនកជ្ជាយអនកលកាយ HIP មាន កំបស់តម្រូវឱ្យទិញផលិតផល រដ្ឋប័ណ្ណ។ លោកអ្នកនឹងទទួលបានលុយ SNAP ដែលលោកអ្នកចំណាយទៅលើផ្លែឈើ និងបន្លែដែលមានសិទ្ធិទទួលបានដោយលុយនោះបញ្ចូលទៅក្នុងប័ណ្ណ EBT វិញភ្លាមៗរហូតដល់ចំនួនកំណត់ប្រចាំខែ។

សំខាន់៖ លោកអ្នកត្រូវចំណាយអត្ថប្រយោជន៍ SNAP/ប័ណ្ណអាហារ ទៅលើផ្លែឈើ និងបន្លែដើម្បីទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍លើកទឹកចិត្ត HIP។

ងាយរូបកនុងការទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍លើកទឹកចិត្ត HIP។ លុយតម្រូវ រករកតាមរយៈភាគ EBT របស់គោកអនកគ្នា ៗគ្នាយកពលករក្នុងការទិញផលិតផលសម្រាប់ទទួលបាន។ លោកអ្នកនឹងមើលឃើញលុយនោះបានបន្ថែមចូលទៅក្នុងសមតុល្យ SNAP របស់លោកអ្នក។ ជានិច្ចកាល លោកអ្នកអាចចំណាយសមតុល្យនោះទៅលើអាហារ SNAP នៅតាមទីតាំងដែលទទួលបាន SNAP។

#### សំណួរ៖ តើខ្ញុំអាចទទួលបាន HIP ចំនួនប៉ុន្មានក្នុងមួយខែ?

**ចម្លើយ៖** លោកអ្នកអាចទទួលបាន៖

- រហូតដល់ \$40 ក្នុងមួយខែ ប្រសិនបើគ្រួសារ SNAP របស់លោកអ្នកមានគ្នា 1 នាក់ ឬ 2 នាក់
- រហូតដល់ \$60 ក្នុងមួយខែ ប្រសិនបើគ្រួសារ SNAP របស់លោកអ្នកមានគ្នា 3 នាក់ ទៅ 5 នាក់
- រហូតដល់ \$80 ក្នុងមួយខែ ប្រសិនបើគ្រួសារ SNAP របស់លោកអ្នកមានគ្នាចាប់ពី 6 នាក់ឡើងទៅ

ចំណាំ៖ នេះជាលុយបន្ថែមដែលលោកអ្នកអាចទទួលបានមកវិញនៅក្នុងប័ណ្ណ EBT របស់លោកអ្នកជាមួយលុយបន្ថែមពីលើអត្ថប្រយោជន៍ SNAP ប្រចាំខែធម្មតារបស់លោកអ្នក។

#### សំណួរ៖ តើត្រូវចំណាយ HIP តើកម្មវិធីណា?

**ចម្លើយ៖** លោកអ្នកអាចទិញផ្លែឈើ និងបន្លែដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP នៅតាមកន្លែងដែលចូលរួមនៅទូទាំងរដ្ឋ។ កន្លែងដែលចូលរួមមានដូចជា៖

- ផ្សារកសិករ
- ផ្សារកសិករចល័ត
- ស្ថាប័នកសិករ
- កម្មវិធីចែករំលែកកសិដ្ឋាននៃកសិកម្មទ្រទ្រង់សហគមន៍ (CSA)

**សំណួរ៖ តើខ្ញុំអាចរកឃើញអ្នកលក់រាយរបស់ HIP នៅកន្លែងណា?**

**ចម្លើយ៖** តាមមធ្យោបាយច្រើន!

ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ <https://massnrc.org/farmlocator/map.aspx> (ជ្រើសរើស HIP នៅក្រោមកម្មវិធីអាហារូបត្ថម្ភ)

- ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [mass.gov/HIP](https://mass.gov/HIP)
- ទូរសព្ទទៅលេខទូរសព្ទសព្ទបន្ទាន់អំពីប្រភពអាហាររបស់ Project Bread តាមរយៈលេខ 1-800-645-8333

គន្លឹះ៖ រកមើលនិមិត្តសញ្ញា HIP នៅពេលលោកអ្នកទិញទំនិញ បសុភស្ថិតិជាតិពិតគេបានចល័តនៅក្នុង HIP ដែរឬអត់។

លោកអ្នកមិនអាចទទួលបាន HIP នៅឯហាងអាហារដូចជាផ្សារទំនើបនោះទេ។

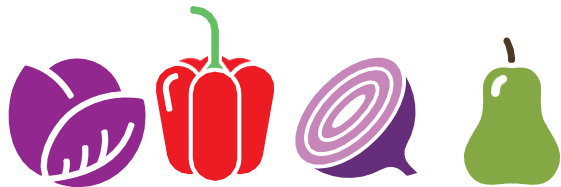
តែទោះយ៉ាងណានៅតាមផ្សារទំនើប ឬកន្លែងណាក៏ដោយដែលទទួលយក SNAP លោកអ្នកអាចចំណាយលុយដែលលោកអ្នកទទួលបានមកវិញនៅក្នុងប័ណ្ណ EBT របស់អ្នកតាមរយៈ HIP។

**សំណួរ៖ តើផ្លែឈើ និងបន្លែបន្លែខ្លះៗពីកសិដ្ឋាន HIP ដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP?**

**ចម្លើយ៖** ផ្លែឈើ និងបន្លែបន្លែ សម្លក់ ច្រកកំប៉ុង និងស្រស់ៗ។ ពួកវាមិនត្រូវបានបន្ថែមស្ករ អំបិល ខ្លាញ់ ឬប្រេងឡើយ។

ឧទាហរណ៍ដូចជា៖

- ខ្នឹមបារាំង
- ផ្លែសារី
- ផ្កាខាត់ណាខៀវ
- ប៉េងប៉េងច្រកកំប៉ុង
- ទឹកជ្រលក់ផ្លែប៉ោម
- ផ្លែឈើបង្កក
- ផ្សិតសម្លក់ (ក្រៀម)
- ជីស្រស់ៗ
- គ្រាប់ពូជបន្លែ
- រុក្ខជាតិហូបលេងសម្រាប់ស្លនិយមរបស់អ្នក (ដូចជាគ្រាប់ប៉េងប៉េង ឬដើមប៉េងប៉េង)



ឧទាហរណ៍អំពីអាហារដែលមិនគ្រប់លក្ខណៈរួមមាន៖

- ទឹកផ្លែឈើ និងទឹកបន្លែ (ដូចជាភេសជ្ជៈដែលធ្វើពីទឹកផ្លែប៉ោម)
- បន្លែ និងផ្លែឈើសម្រាប់លម្អ និងតុបតែង
- ជី និងគ្រឿងទេសសម្លក់ (ក្រៀម)

**សំណួរ៖ ខ្ញុំមាន \$0 នៅសល់ក្នុងកាត EBT របស់ខ្ញុំ។ តើខ្ញុំនៅតែអាចទទួលបាន HIP របស់ខ្ញុំសម្រាប់ខែនោះទេ?**

**ចម្លើយ៖** ទេ។

លោកអ្នកត្រូវតែមាន SNAP ដែលអាចប្រើការបាននៅក្នុងប័ណ្ណ EBT របស់លោកអ្នកសម្រាប់ចំណាយលើបន្លែ និងផ្លែឈើ

មុនពេលលុយត្រូវបានបញ្ជូលទៅក្នុងប័ណ្ណរបស់លោកអ្នកវិញតាមរយៈ HIP។

លោកអ្នកមានចំណាយអត្ថប្រយោជន៍ SNAP របស់លោកអ្នកអស់ហើយ រឿ លោកអ្នកក៏ត្រូវរង់ចាំរហូតដល់ពេលគេចេញ SNAP ឬ ប៉ុណ្ណោះលោកអ្នកក៏ទទួលបាន HIP។



**សំណួរ៖ តើចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែរបស់ខ្ញុំចាប់ផ្តើមនៅពេលណា?**

**ចម្លើយ៖** ចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នកចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃទីមួយនៃខែនីមួយៗ។ វាមិនចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃដូចគ្នានឹងថ្ងៃដែលលោកអ្នកទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ SNAP របស់លោកអ្នកនោះទេ។

ឧទាហរណ៍៖ Sally Smith គឺជាគ្រួសារ SNAP មួយដែលមានគ្នាតែ 1 នាក់។ ចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែរបស់នាងគឺ \$40។ នាងទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ SNAP របស់នាងនៅថ្ងៃទី 13 រាល់ខែ។ នៅថ្ងៃទី 1 ខែមិថុនា Sally បានធ្វើការទិញអស់ \$20 លើមុខអាហារដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP។ Sally នៅសល់ \$20 ទៀតដែលអាចទទួលបានក្នុងខែមិថុនានេះ។ Sally អាចទទួលបាន \$40 ដុល្លារទៀតចាប់ពីថ្ងៃទី 1 ខែកក្កដា។

**សំណួរ៖ តើខ្ញុំអាចទទួលបានចំនួនកំណត់ HIP ទាំងអស់របស់ខ្ញុំដោយរបៀបណា?**

**ចម្លើយ៖** ទិញបន្លែ និងផ្លែឈើ HIP សិនមុនពេលចំណាយអត្ថប្រយោជន៍ SNAP របស់លោកអ្នកទៅលើមុខអាហារផ្សេងៗ។

ឧទាហរណ៍៖ Jon Snow ទទួលបាន \$300 ពីអត្ថប្រយោជន៍ SNAP។ Jon ទៅផ្សារកសិករនៅមូលដ្ឋានរបស់គាត់ក្រោយពេលទទួលបានការផ្តល់ SNAP ប្រចាំខែរបស់គាត់ ហើយគាត់ទិញបន្លែ និងផ្លែឈើទាំងអស់។ Jon អាចទទួលបានចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែ \$60 ទាំងអស់របស់គាត់។ បន្ទាប់មកទើបគាត់ប្រើ SNAP ដែលនៅសល់របស់គាត់ទៅលើមុខអាហារផ្សេងទៀត។

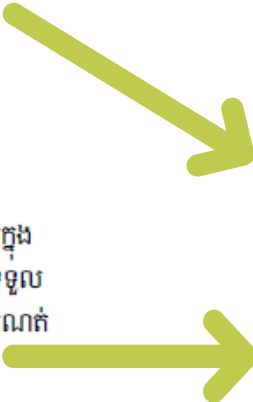
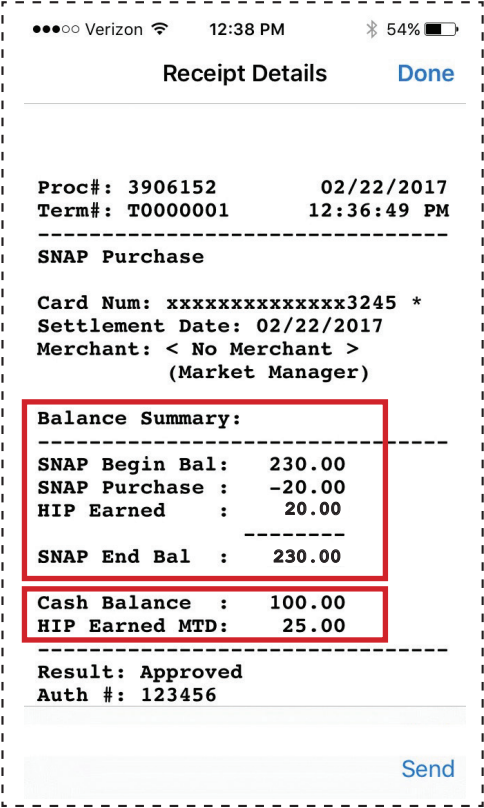
**សំណួរ៖ តើខ្ញុំអាចដឹងពីចំនួនអត្ថប្រយោជន៍លើកទឹកចិត្ត HIP ដែលខ្ញុំបានទទួលក្នុងខែនេះដោយរបៀបណា?**

**ចម្លើយ៖** មានវិធីពីរយ៉ាងដើម្បីពិនិត្យមើល។

1. ពេលលោកអ្នកទិញបន្លែ និងផ្លែឈើដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP ចូរមើលក្នុងបង្កាន់ដៃទទួលបានប្រាក់របស់លោកអ្នក។ បង្កាន់ដៃទទួលបានប្រាក់របស់លោកអ្នកនឹងបង្ហាញ៖
  - សមតុល្យគណនី SNAP/EBT របស់លោកអ្នក
  - ចំនួនលើកទឹកចិត្ត HIP ដែលលោកអ្នកទទួលបានពីការទិញនេះ
  - ចំនួនលើកទឹកចិត្ត HIP ដែលលោកអ្នកទទួលបានក្នុងខែនេះ។
2. ទូរសព្ទទៅលេខដែលមាននៅខាងខ្នងនៃកាត EBT របស់លោកអ្នក (1-800-997-2555)។ គេនឹងប្រាប់លោកអ្នកអំពី៖
  - សមតុល្យគណនី SNAP/EBT របស់លោកអ្នក ចំនួនដែលលោកអ្នកទទួលបានមកវិញពីកាតរបស់លោកអ្នកតាមរយៈ HIP សម្រាប់ខែនេះ។



នេះបង្ហាញពីសមតុល្យ SNAP ចាប់ផ្តើមរបស់លោកអ្នក។ "SNAP Purchase" គឺជាចំនួនដែលលោកអ្នកបានចំណាយដោយប្រើកាត EBT របស់លោកអ្នក។ "HIP Earned" គឺជាចំនួនទិញដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP។ "SNAP Purchase" នឹងត្រូវបានសងវិញដោយ "HIP Earned" នេះហើយជាមូលហេតុដែលគ្មានការគិតលុយពីសមតុល្យ SNAP របស់លោកអ្នក។



"HIP Earned MTD" គឺជាចំនួន HIP ដែលលោកអ្នកបានទទួលក្នុងខែនេះ។ លោកអ្នកអាចដឹងពីចំនួន HIP ដែលលោកអ្នកនៅអាចទទួលបានក្នុងខែនេះបានដោយការដក "HIP Earned MTD" ពីចំនួនកំណត់ HIP ប្រចាំខែរបស់លោកអ្នក (\$40, \$60, \$80)

**សំណួរ: បើខ្ញុំមិនទទួលបានចំនួន HIP ប្រចាំខែទាំងអស់របស់ខ្ញុំ តើខ្ញុំអាចទទួលបាន HIP បន្ថែមនៅខែបន្ទាប់បានឬទេ?**

**ចម្លើយ:** ទេ។ ចំនួនកំណត់ប្រចាំខែនៃ HIP របស់លោកអ្នកគឺដូចគ្នាលំដាប់ខែ។

**សំណួរ: បើខ្ញុំមានចម្ងល់អំពី HIP តើត្រូវធ្វើដូចម្តេច?**

**ចម្លើយ:** មានវិធីពីរយ៉ាង!

- ទូរសព្ទទៅលេខទូរសព្ទបន្ទាន់អំពីប្រភពអាហាររបស់ Project Bread តាមរយៈលេខ 1-800-645-8333
- ចូលមើលគេហទំព័រ [www.mass.gov/hip](http://www.mass.gov/hip)

**សំណួរ: តើអាហារដែលមានសិទ្ធិទទួលបាន HIP ជួយខ្ញុំ និងគ្រួសារខ្ញុំយ៉ាងដូចម្តេច?**

**ចម្លើយ:** ការបរិភោគបន្លែ និងផ្លែឈើច្រើនរាល់ថ្ងៃ ជួយថែរក្សាលោកអ្នកឲ្យមានសុខភាពល្អ។ របបអាហារដែលផ្តល់សុខភាពល្អ ជួយការពារជំងឺបេះដូង ទឹកនោមផ្អែម លើសខ្លាញ់ និងជំងឺមហារីក។ វាក៏ជួយលោកអ្នករក្សាទម្ងន់ឲ្យមានសុខភាពល្អផងដែរ។ គ្រួសារទាំងឡាយមានសុខភាពល្អស្ទើរតែនៅពេលពួកគេបរិភោគបន្លែ និងផ្លែឈើកាន់តែច្រើន!

សូមចូលមើលគេហទំព័រ [www.mahealthyfoodinasnap.org](http://www.mahealthyfoodinasnap.org) ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែម។