شرایط و مقررات کار یا فعالیت: آنچه باید بدانید اگر ازهردو برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان (OHP) کمک دریافت می‌کنید

اگر از هر دو برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان (OHP) کمک دریافت می‌کنید، ممکن است برای ادامهٔ دریافت کمک‌های خود لازم باشد شرایط جداگانهٔ کار یا فعالیت هر برنامه را پوره کنید. مقررات کار یا فعالیت برنامهٔ صحی اورگان (OHP) در ماه جنوری 2027 آغاز می‌شود.

دو مجموعه مقررات

هردو برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان (OHP) مقررات و شرایط کار یا فعالیت دارند. شرایط و مقررات این دو برنامه یکسان نیست.
هر برنامه شرایط و مقررات خاص خود را دارد:



شرایط کار یا فعالیت



معافیت‌ها



زمان‌بندی تمدید

چگونه بدانم کدام شرایط و مقررات شامل حال من می‌شود؟



هنگام تمدید، از برنامهٔ صحی اورگان (OHP) و برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) نامه‌های جداگانه دریافت خواهید کرد. نامه‌های شما به شما خواهد گفت که:

- آیا باید شرایط کار یا فعالیت را پوره میکنید.
- در مرحلهٔ بعد چه کاری باید انجام دهید.

آیا شما ملزم هستید شرایط کار یا فعالیت برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) را پوره کنید؟

بلی

شما **لازم نیست** شرایط کار یا فعالیت برنامهٔ صحی اورگان (OHP) را پوره کنید. رعایت شرایط برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) برای هر دو برنامه محسوب می‌شود.

نخیر

ممکن است لازم باشد شرایط کار یا فعالیت برنامهٔ صحی اورگان (OHP) را پوره کنید. نامهٔ شما از برنامهٔ صحی اورگان مشخص خواهد کرد که آیا لازم است آن شرایط را پوره کنید یا خیر.

معافیت‌ها

ممکن است لازم نباشد شرایط کار یا فعالیت را پوره کنید.

برخی افراد لازم نیست شرایط کار یا فعالیت را پوره کنند.
به این حالت معافیت گفته می‌شود. هردو برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان (OHP) داری معافیت‌ها می باشد.
در زیر چند نمونه از معافیت‌هایی آمده اند که در هر دو برنامه شامل می‌شوند:



- شما از یک طفل یا شخصی که معلول هست مراقبت می‌کنید.
- شما شرایط صحی خاص دارید.
- برای مصرف الکول یا مواد مخدر تحت تداوی هستید.
- حامله هستید.
- معافیت‌های بیشتر را می‌توانید آنلاین پیدا کنید.

برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان (OHP) معافیت‌های متفاوت دارند.
ممکن است در یک برنامه واجد شرایط معافیت باشید، اما در برنامهٔ دیگر نباشید.

برای دیدن فهرست کامل معافیت‌ها، به ویب سایت https://OHP.Oregon.gov/HR1 مراجعه کنید.

اگر معاف نیستید



هر دو برنامه حداقل میزان از کار یا فعالیت‌های واجد شرایط را لازم می‌دانند که می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- کار با معاش
- کار داوطلبانه
- مراقبت از دیگران یا سایرکارهای بدون معاش
- کار در بدل مسکن یا سایر نیازها
- ثبت‌نام در مکتب یا یک برنامهٔ آموزشی
- شاگردان و محصلان ممکن است از مقررات کار برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) معاف باشند.
  برای برنامهٔ صحی اورگان، ثبت‌نام در مکتب یا یک برنامهٔ آموزشی می‌تواند شرایط فعالیت را برآورده سازد.
- هر ترکیبی از این فعالیت‌ها.

ما می‌توانیم به شما کمک کنیم تا مشخص کنید که آیا شما این شرایط را پوره می‌کنید و چه مدارکی را باید ارائه کنید، مانند تعداد ساعات، تاریخ‌ها و فورم‌های امضاشده.

اکنون چه باید کرد

- ✓ معلومات تماس خود را جدید نگهدارید
  - اگر آدرس، ایمیل یا شمارهٔ تیلفون شما تغییر کند، به ما اطلاع دهید تا معلومات مهم را از دست ندهید.
- ✓ معافیت‌ها، کار یا فعالیت‌های واجد شرایط، یا تغییرات را به هر دو برنامه گزارش دهید: از حساب آنلاین ون (ONE) یا اپلیکیشن موبایل Oregon ONE در https://benefits.oregon.gov استفاده کنید، با خدمات مشتریان ون (ONE) به شمارهٔ 800-699-9075 تماس بگیرید، یا به یک دفتر محلی در https://ODHSoffices.oregon.gov مراجعه کنید.



- ✓ تمام نامه‌های برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان را بخوانید
- ✓ تمام مهلت‌ها را رعایت کنید
- ✓ تغییراتی را که ممکن است بر معافیت‌های شما تأثیر بگذارد گزارش دهید
- ✓ هر زمان سوالی داشتید، بپرسید

با ما تماس بگیرید

برای موارد زیر می‌توانید با ما تماس بگیرید:

- شرایط کار یا فعالیت برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی (SNAP) و برنامهٔ صحی اورگان را بدانید
- کار یا فعالیت‌های خود را گزارش دهید
- معافیت‌ها را گزارش دهید
- برای پوره کردن شرایط و مقررات، کمک دریافت کنید.

به ویب سایت https://benefits.oregon.gov مراجعه کنید

با شمارهٔ 800-699-9075 تماس بگیرید (تماس‌های خدمات واسطهٔ مخابراتی پذیرفته می‌شوند)

یک کمک کننده برنامهٔ صحی اورگان را که می‌تواند به شما کمک کند، در https://oregonhealthcare.gov/gethelp پیدا کنید

به یکی از دفاتر اداره خدمات بشری اورگان (ODHS) مراجعه کنید. یک دفتر محلی را در آدرس ذیل پیدا کنید

https://ODHSoffices.oregon.gov

برای معلومات بیشتر درمورد شرایط کار برنامهٔ کمک تغذیهٔ تکمیلی کود QR را اسکن کنید.

https://Oregon.gov/snapworkrules

برای معلومات بیشتر دربارهٔ تغییرات فدرال، کود QR را اسکن کنید.

https://OHP.Oregon.gov/HR1

می‌توانید این سند را به‌صورت رایگان به زبان‌های دیگر، با چاپ درشت، خط بریل یا در قالب مورد نیاز خود دریافت کنید.
به آدرس one.communications@odhsoha.oregon.gov ایمیل بفرستید یا با شمارهٔ 800-699-9075 تماس بگیرید ما تمام تماس‌های خدمات ویژه مخابراتی را می‌پذیریم.

SNAP USDA Supplemental Nutrition Assistance Program
Putting Healthy Food Within Reach

Oregon HEALTH PLAN