

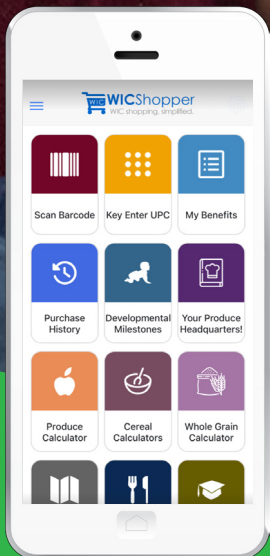
UNUNUZI UKITUMIA Kadi yako ya eWIC



KUKUZA MUSTAKABALI WENYE AFYA

www.healthoregon.org/wic





TUMIA PROGRAMU YA WICSHOPPER



TUMIA programu ya WICShopper:

- Kuangalia salio la mafao yako.
- Kupata vikumbusho kabla ya muda wa mafao yako kuisha.
- Kuchanganua misimbopau ili kupata vyakula vya WIC.
- Kutumia Orodha ya Chakula ili kusaidia kupata chapa na kiasi sahihi.
- Kupata maduka yanayotumia WIC.
- Kutafuta mawazo ya maagizo ya mapishi.
- Kufikia **WICHealth.org** ili kupata mafunzo ya lishe mtandaoni.

**Pakua Programu
ya WICShopper na
usajili kadi yako ya
eWIC leo!**

**inapatikana kwa ajili ya iPhone na
Android.*

Je, ninapataje mafao ya WIC?

- WIC hutoa mafao ya chakula cha afya kwa kila mwezi ambao uko kwenye Mpango wa WIC.
- Unaweza kupewa hadi miezi 3 ya mafao ya chakula kwa wakati mmoja.
- Mafao yanayofuata hayaongezwi kiotomatiki. Wasiliana na ofisi yako ya WIC jinsi ulivyoelekezwa ili kupokea mafao zaidi.
- Tumia mafao yako ya chakula cha WIC katika duka lolote la mboga lililoidhinishwa la Oregon WIC. Unaweza kutumia Programu ya WICShopper na tovuti ya Oregon WIC kupata duka.

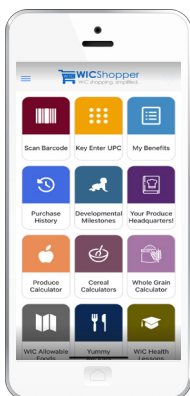
Majukumu yako

- Kamwe usiuze, kufanya biashara au kupeana vyakula vyako vya WIC, fomula au kadi ya eWIC.
- Usirudishe vyakula vya WIC au fomula ili kupewa pesa taslimu, Amana ya duka au bidhaa zingine.
- Tendea WIC na wafanyakazi wa duka kwa heshima.



Kabla ya kununua

- Pata salio lako la sasa la mafao ya chakula:



- Tumia programu ya WICShopper
 - Angalia salio lililosalia lililochapishwa kwenye risiti yako ya mwisho ya ununuzi ya WIC
 - Piga simu kwa huduma ya wateja bila malipo: **1-844-234-4946**
 - Angalia usawaziko wa chakula chako kwenye tovuti **www.ebtedge.com**
- Kagua Orodha ya Chakula na upange vyakula vya kununua.



Unapofanya ununuzi

- Unaweza tu kununua vyakula ambavyo vimeidhinishwa na WIC na katika mafao yako ya sasa.
- Tumia Programu ya WICShopper kuchanganua vyakula. Usichanganue bidhaa. Badala yake, leta mazao kwenye sajili na ujaribu kuyanunua.
- Tumia Orodha ya Chakula, Programu ya WICShopper na salio lako la manufaa ili kukusaidia kuchagua chapa, aina na kiasi sahihi cha vyakula.

Unapoenda kulipa

Ikiwa kitu hakitafanyika kulingana na ilivyolipiwa na WIC, unaweza kumwomba keshia kukiondoa au unaweza kulipia kwa njia tofauti.

IKIWA WEWE NI MGENI KWA WIC:

Katika njia ya kulipa, zingatia kutenganisha vyakula vyako vya WIC kutoka kwa mboga zako zingine. Kisha lipia vyakula vyako vya WIC kwanza. Mara tu unaporidhika na ununuzi wa WIC, basi unaweza kuchanganya vyakula vyako vya WIC na mboga zako nyingine unaponunua.

Hifadhi risiti yako ili ujue ni vyakula gani umebakisha utakaponunua tena kwa WIC, au iwapo kutakuwa na matatizo wakati wa safari yako ya ununuzi.

JINSI YA KUSOMA RISITI YAKO

Risiti zinaweza kuonekana tofauti katika kila duka. Risiti nyingi zina sehemu hizi.

Salio la kuanza la mafao ya WIC

Baada ya kupitisha kadi yako, maduka mengi huchapisha risiti inayoonyesha mafao ambayo yalipatikana mwanzoni mwa safari yako ya ununuzi. Ikiwa kuna tatizo kuhusu chakula unachojaribu kununua, tumia sehemu hii ili kuona kama una mafao hayo ya chakula.

Kukomboa mafao ya WIC

Hivi ndivyo vyakula vya WIC ambavyo unapanga kununua. Keshia anapaswa kukuuliza kuhakiki sehemu hii kabla ya kuidhinisha. Hakikisha vyakula vyote vya WIC unavyojaribu kununua vimeorodheshwa.

Salio la kumalizia manufaa la WIC

Salio la faida la eWIC linalosalia baada ya ununuzi.

Tarehe ya mwisho ya matumizi ya mafao ya WIC

Kila risiti ina kikumbusho cha wakati ambao mwezi wako wa sasa wa mafao utakwisha muda. Kila mwezi, nunua vyakula vyako vya WIC kufikia usiku wa manane wa siku ya mwisho ya mwezi.

JINSI YA KUSOMA RISITI YAKO

WIC Beginning Balance

1.00	lb	Cheese
2.00	doz	Eggs
36.00	oz	Cereal - hot/cold
1.00	ctr	Nut, seed butter/ beans
48.00	oz	Whole grains
29.00	\$\$\$	Fruit and vegetables
1.00	can	Sim Adv PWD 12.4 oz
1.00	ctr	Low or nonfat yogurt
3.00	gal	Fat free or 1% milk
12.00	oz	Fish - can or pouch

WIC Benefits Used

18.00	oz	G/MILLS CEREAL
16.00	oz	JIF PEANUT BUTTER
48.00	oz	MAHATMA RICE
1.18	\$\$\$	ORANGES, NAVEL
1.98	\$\$\$	SPRING MIX

WIC Ending Balance

1.00	lb	Cheese
2.00	doz	Eggs
18.00	oz	Cereal - hot/cold
25.84	\$\$\$	Fruit and vegetables
1.00	can	Sim Adv PWD 12.4 oz
1.00	ctr	Low or nonfat yogurt
3.00	gal	Fat free or 1% milk
12.00	oz	Fish - can or pouch

WIC Benefits Expire on 7-31-2025

Kununua matunda na mboga

WIC inakupa kiasi cha dola kununua matunda na mboga mbichi, zilizowekwa barafu au za mkebe.

Unaweza kutumia Kikokotoo cha Mazao kilicho ndani ya Programu ya WICShopper kufuatilia ununuzi kwa kuongeza uzito au kuhesabu.

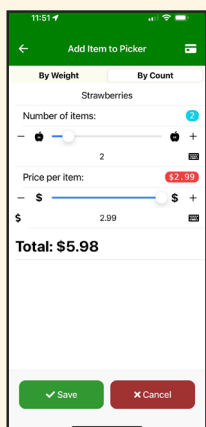
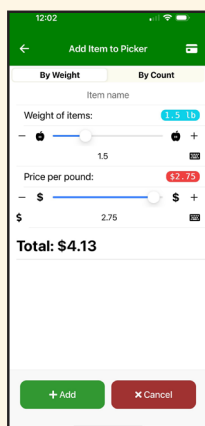
Kwa uzito

Ungependa kununua matufaa. Matufaha yanagharimu \$2.75/lb.

Kwa kutumia kipimo kwenye duka, unaweza kuona kwamba mfuko wako wa matufaa ni lb 1.5.

Kwa kutumia WICShopper App weka uzani wa chini wa 1.5 na bei ya chini ya 2.75 =

Matufaa yako yatakuwa \$4.13



Kwa Hesabu

Ungependa kununua makopo mawili ya stroberi.

Gharama ya stroberi ni \$2.99 kwa kila kopo.

Kwa kutumia WICShopper App weka bidhaa za chini za 2 na bei ya chini ya 2.99 =

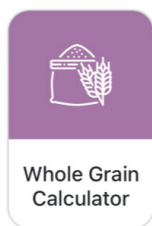
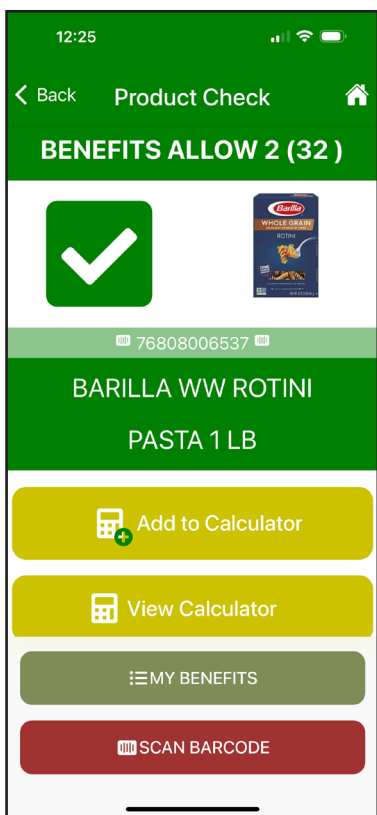
stroberi zako zitakuwa \$5.98.

Kununua Nafaka Nzima

Ofa za WIC:

- Bidhaa za mkate wa ngano 100%
- Bidhaa za mkate wa nafaka zisizo na gluteni
- Vipuli vya mahindi laini
- Chapati za unga wa ngano
- Unga wa mahindi na unga wa masa
- Oti
- Pasta ya ngano 100%
- Gunia la nafaka nzima

Angalia Orodha ya Chakula kwa taarifa zaidi.



Tumia
Kikokotoo cha
Nafaka Nzima
kilicho katika
Programu ya
WICShopper
dukani ili
kufuatilia
mafao yako!

Kununua Maziwa au Soya na Vinywaji vya mimea

Remaining Balance (exp date 7-31-2025)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
.75	gal	Whole milk
2.00	ctr	Nut, seed butter/beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	###	Fruit and vegetables
1.00	lb	Cheese

Mifano:

GAL 1.00 ni



galoni

GAL 0.75 ni



nusu galoni



robo

GAL 0.50 ni



nusu galoni

GAL 0.25 ni



robo

Kununua Maziwa ya Mtindi

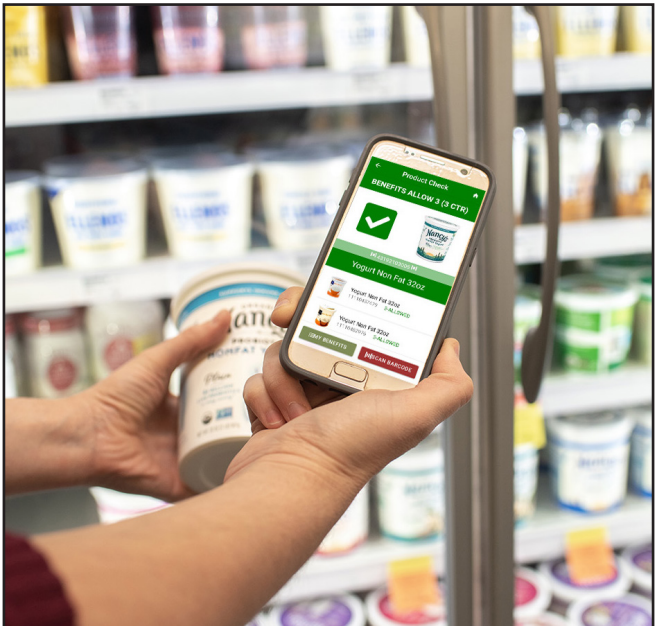
CTR 1 ya Maziwa ya mtindi ni oz 32. (lb 2.).

Nunua oz 32. (au lb 2.) Makopo pekee.



- Watu wazima na watoto zaidi ya miaka 2 hupata mtindi ulio na **MAFUTA KIDOGO** au **USIO** na mafuta.
- Watoto kati ya miaka 1-2 hupata **MTINDI WA MAZIWA** yote, au unaweza kuomba wabadilishane na mtindi usio na mafuta kidogo au usio na mafuta katika miadi yako ijayo.

Tumia Orodha ya Chakula au programu ya WICShopper ili kuchagua chapa na ladha sahihi. Je, ni aina gani ya mtindi iliyo kwenye orodha yako ya mafao?



VIDOKEZO VYA UNUNUZI WA CHAKULA

Kununua Njugu karanga, Njugu na Siagi za Mbegu na Maharagwe

Remaining Balance (exp date 7-31-2025)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Nut, seed butter/beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	###	Fruit and vegetables
1.00	lb	Cheese

Kwa CTR 1.00 unaweza kununua



oz 16-18.

AU



oz 16.

AU



KIDOKEZO CHA UNUNUZI

Ikiwa una CTR 2 ya mojawapo ya hizi, unaweza kuitumia kununua oz 32. za gunia la maharagwe makavu au mbaazi.

1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Nut, seed butter/beans
2.00	ctr	Beans, dry or canned
40.00	oz	Whole grains



oz 32.

AU

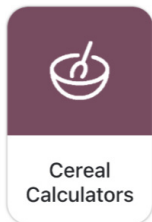
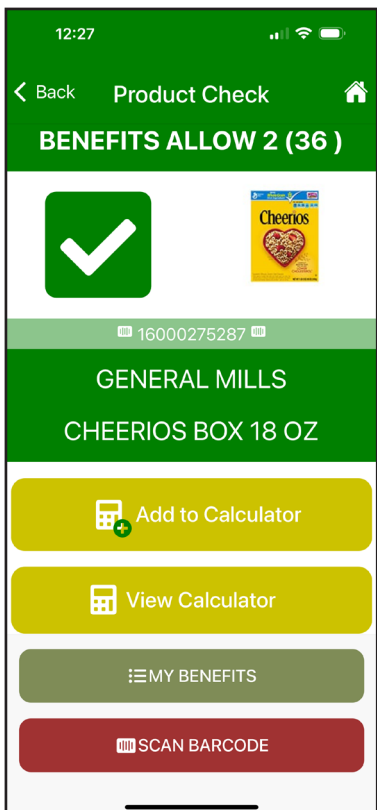
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Nut, seed butter/beans
2.00	ctr	Beans, dry or canned
40.00	oz	Whole grains

Kununua Nafaka

WIC inatoa nafaka moto na baridi.

Kifurushi kidogo zaidi unaweza kununua ni oz 12 za nafaka baridi au oz 9.8 za nafaka moto. Unahitaji angalau oz 9.8 katika mafao yako ya nafaka kuyatumia.

Angalia Orodha ya Chakula kwa taarifa zaidi.



Tumia Kikokotoo cha Nafaka kilicho katika Programu ya WICShopper dukani ili kufuatilia mafao yako!

Kununua sharubati



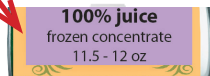
Unaweza kuchagua kubadilisha \$3 ya Mafao yako ya Matunda na Mboga hadi kopo moja la juisi. Ikiwa ungependa juisi, zungumza na ofisi ya WIC katika miadi yako ijayo.

Angalia salio lako ili kuona:

- Ikiwa unaweza kupata juisi iliyowekwa kwa barafu au ya chupa
- Juisi ya ukubwa gani unaweza kununua

1.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

CTR 1.00 ni:



oz 11.5 - 12 iliyotiwa kwenye barafu

1.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

CTR 1.00 ni:



oz 64 za chupa ya plastiki

VIDOKEZO VYA PIN

Weka PIN yako kabla ya kuanza ununuzi. Piga nambari ya simu iliyo nyuma ya kadi, kisha ufuata vidokezo ili kuweka PIN.

- Tumia tarehe sawa ya kuzaliwa na anwani uliyotoa kliniki ya WIC kwa kadi yako (KUMBUKA: hii si tarehe ya kuzaliwa ya mtoto wako).
- Ikiwa una mwenye kadi ya pili, anapoweka PIN kadi yake, atatumia tarehe yake ya kuzaliwa na anwani.

Ukiweka PIN yako kimakosa mara nne, kadi yako itafungwa. Fikiria kufanya PIN yako upya baada ya kujaribu mara 2 au 3.

Ili kutengeneza PIN yako upya, piga nambari iliyo nyuma ya kadi au nenda kwenye tovuti.

Ili kufungua PIN yako, piga simu kwa nambari iliyo nyuma ya kadi.



Kwa nini siwezi kununua hii?

Ikiwa bidhaa haitoi mlio kama chakula cha WIC:

- Huenda usiwe na mafao ya kutosha kwa chakula hicho.
- Huenda lisiwe bidhaa iliyoidhinishwa kwenye Orodha ya Chakula ya WIC.
- Ikiwa unafikiri inastahiki, tumia kipengele cha "Sikuweza kununua" cha Programu ya WICShopper ili kuripoti. Wafanyakazi wa WIC watakagua na kuongeza bidhaa zinazostahiki kwenye Orodha ya Bidhaa Zilizoidhinishwa.

Je, ninaweza kuhifadhi mafao yangu kwa ajili ya miezi ijayo?

Hapana, mafao ya WIC lazima yatumike kufikia mwisho wa mwezi. Ikiwa hutumii, unayapoteza.

Je, ninaweza kununua wapi?

Unaweza kununua katika duka lolote la mboga huko Oregon ambalo linachukua WIC. Ramani ya maduka ya mboga inaweza kupatikana kwenye tovuti ya WIC au kwenye Programu ya WICShopper.

Je, ninaweza kutumia kadi ya uaminifu ya duka?

Ndio, unaruhusiwa kutumia kadi za uaminifu katika duka, kuponi, kununua/kupata ofa moja na bidhaa nyingine maalum unaponunua ukitumia WIC.

Je, ninaweza kufanya nini ikiwa duka halina bidhaa?

Uliza msimamizi wa duka ikiwa ana zaidi dukani au wakati zitakapopatikana kununua.

Je, ninaweza kurejesha chakula nilichonunua kwa kadi ya eWIC?

Hapana, vyakula vilivyonunuliwa kwa kadi ya eWIC haviwezi kurejeshwa kwa pesa taslimu, kadi ya zawadi ya dukani au vitu. Vyakula vya WIC vinaweza kubadilishwa kwa chakula kingine kilichoidhinishwa na WIC ikiwa vitakumbushwa, au kama viliharibika au kuisha muda wa matumizi ulipovinunua.

Nililipia chakula changu cha WIC kwa bahati mbaya kwa kutumia pesa zangu mwenyewe au kadi yangu ya Oregon Trail. Je, ninaweza kurudisha chakula?

Ndio. Iwapo hukulipa kwa kadi yako ya eWIC, maduka mengi yanaruhusu marejesho ukiwa na risiti.



JE, MASWALI?

Wakati wa kupiga simu kwa kliniki yako ya WIC

- Una maswali kuhusu mafao yako ya WIC.
- Unahitaji kupanga miadi ili kupewa mafao mapya.
- Hukuweza kununua chakula cha WIC.

Wakati wa kupiga simu kwa Huduma ya Wateja ya eWIC

- Kadi yako imepotea, kuibiwa au kuharibika.
- Unahitaji kufanya upya au kufungua PIN yako.
- Ikiwa unafikiri kuwa risiti yako hailingani na ulichonunua.



Taasisi hii ni inatoa fursa sawa. Kwa mujibu wa sheria ya serikali kuu ya haki za kiraia na kanuni na sera za haki za kiraia za Idara ya Kilimo ya Marekani (USDA), taasisi hii hairuhusiwi kubagua kwa misingi ya tabaka la ngozi, rangi, asili ya kitaifa, jinsia (ikiwemo utambulisho wa kijinsia na mwegemeo wa kijinsia), ulemavu, umri, au kukabili, au kulipiza kisasi kwa shughuli za awali za haki za kiraia. Taarifa ya mpango huu inaweza kutolewa katika lugha nyingine kando na Kiingereza. Watu walio na ulemavu wanaohitaji njia mbadala za mawasiliano ili kupata taarifa ya programu (k.m., Braille, chapa kubwa, kanda ya sauti, Lugha ya Ishara ya Marekani), wanapaswa kuwasiliana na serikali inayowajibika au wakala wa eneo ambao wanasimamia mpango au Kituo cha WALENGWA wa USDA kwa (202) 720-2600 (sauti na TTY) au wawasiliane na USDA kupitia Huduma ya Muunganisho wa Mawasiliano ya Serikali kuu (800) 877-8339. Kuwasilisha malalamiko ya ubaguzi, Mlalamishi anapaswa kujaza Fomu ya AD-3027, Fomu ya Malalamiko ya Ubaguzi wa Mpango wa USDA ambayo inaweza kupatikana mtandaoni kwa: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, kutoka ofisi yoyote ya USDA, kwa kupiga simu (866) 632-9992 kwa barua ya USDA, au kuandika barua kwa USDA. Barua lazima iwe na jina la mlalamishi, anwani, nambari ya simu, na maelezo ya maandishi ya madai ya kitendo cha ubaguzi kwa undani ya kutosha ili kumfahamisha Katibu Msaidizi wa Haki za Kiraia (ASCR) kuhusu asili na tarehe ya madai ya ukiukaji wa haki za kiraia. Fomu au barua iliyojazwa ya AD-3027 lazima iwasilishwe kwa USDA kwa: (1) Barua: Idara ya Kilimo ya Marekani, Ofisi ya Katibu Msaidizi wa Haki za Kiraia, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) faksi: (833) 256-1665 au (202) 690-7442; au; au (3) baruapepe: program.intake@usda.gov

