



خریداری با کارت eWIC



انکشاف آینده ای سالم



WICShopper
WIC shopping, simplified

- Scan Barcode
- Key Enter UPC
- My Benefits
- Using your Farm Direct Checks
- Yummy Recipes
- Food Hero
- WIC Allowable Foods
- Get Help!
- I couldn't buy this!
- Life Hacks!
- Map of stores and WIC offices
- Rate or give feedback

استفاده از اپلیکیشن WICSHOPPER



از اپلیکیشن WICShopper برای موارد ذیل استفاده کنید:

- باقیمانده امتیازات خود را چک کنید.
- قبل از ختم شدن تاریخ امتیازات خود، یادآوری دریافت کنید.
- بارکودها را برای پیدا کردن غذاهای WIC اسکن کنید.
- از لیست غذاها برای پیدا کردن برندها و مقدارهای مناسب کمک بگیرید.
- فروشگاههایی را پیدا کنید که WIC دارند.
- طریقه های دستور پختن را جستجو کنید.
- برای پیدا کردن درسهای تغذیه آنلاین به WICHealth.org دسترسی داشته باشید.

اپلیکیشن WICShopper
App را دانلود کنید و کارت
eWIC خود را امروز راجستر
کنید!

*برای آیفون و اندروید موجود میباشد.

چطور میتوانم امتیازات WIC دریافت کنم؟

- برای هر ماه که شما در پروگرام WIC هستید، WIC امتیازات غذای صحی را ارائه میکند.
- ممکن است در هر مرتبه برای شما الی 3 ماه امتیازات غذایی ارائه شود.
- امتیازات بعدی به شکل اتوماتیک اضافه نمیشود. برای دریافت امتیازات بیشتر مطابق به طرز العمل با دفتر WIC خود به تماس شوید.
- امتیازات غذایی WIC خود را از هر فروشگاه مواد غذایی مجاز WIC اورگان خرید کنید. برای دریافت لست فروشگاههای محلی از کلینیک WIC خود بخواهید. همچنین شما میتوانید از اپلیکیشن WICShopper App و وبسایت WIC اورگان برای پیدا کردن یک فروشگاه استفاده کنید.

مسئولیت های شما

- هیچ وقت غذاهای WIC، شیرخشک یا کارت eWIC خود را نفروشید، تبدیل نکنید یا به دیگران ندهید.
- غذاهای WIC یا شیرخشک را برای تبادله با پول نقد، خریدیت فروشگاه یا دیگر اجناس، پس ندهید.
- با WIC و کارمندان فروشگاه با احترام رویه کنید.



قبل از خریداری

• موجودی امتیازات غذایی خود را معلوم کنید:

• از اپلیکیشن WICShopper App استفاده کنید

• به باقیمانده موجودی چاپ شده در
آخرین رسید خریداری WIC خود
نگاه کنید

• تماس رایگان با خدمات مشتریان:

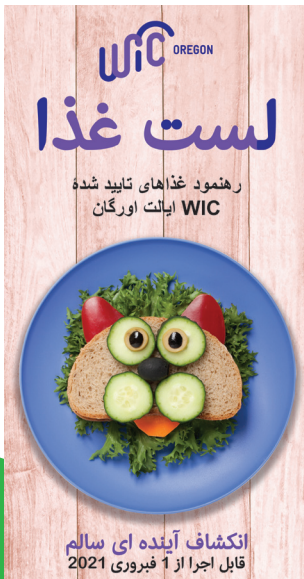
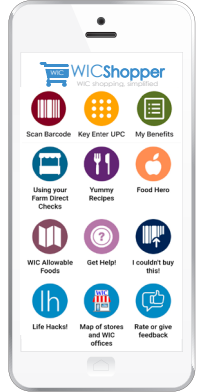
1-844-234-4946

• باقیمانده غذایی خود را در وبسایت

www.ebtedge.com چک کنید

• لست غذایی را نگاه کنید و پلان

بریزید که کدام غذاها را بخرید.



در زمان خریداری

• شما فقط میتوانید غذاهایی را خریداری کنید که توسط WIC تاییده شده اند و در امتیازات فعلی شما موجود میباشند.

• از لست غذا، اپلیکیشن WIC Shopper App و باقیمانده بیلانس امتیازات خود در حصة کمک به انتخاب برند، نوع و مقدار مناسب غذا استفاده کنید.

در زمان بررسی

اگر کدام چیزی مطابق به پرداخت WIC انجام نشد، شما میتوانید از خزانه دار بخواهید تا آنرا حذف کند یا شما میتوانید پول آنرا به طریق دیگری پرداخت کنید.

اگر شما در WIC جدید هستید:

در لین پرداخت، غذاهای WIC خود را از دیگر مواد غذایی جدا کنید. بعد از آن ابتدا مبلغ غذاهای WIC خود را بپردازید. بعد از انجام پرداخت، زمانیکه از خرید WIC دلجمع شدید، شما میتوانید غذاهای WIC خود را با دیگر مواد غذایی خود یکجای کنید.

فاکتور رسید را پیش خود نگاه کنید تا بدانید دفعه بعد که برای WIC خریداری میکنید چه غذاهایی باقیمانده است، یا برای زمانیکه کدام مشکلی در اثنای خریداری شما بوجود بیاید.

نحوه خواندن فاکتور رسید

فاکتورهای رسید در هر فروشگاه اشکال مختلفی دارند. اکثر فاکتورهای رسید دارای این قسمت‌ها میباشند.

باقیمانده امتیاز اولیه WIC

بعد از اینکه کارت خود را کشیدید، اکثر فروشگاهها یک فاکتور رسید را چاپ میکنند که امتیازات موجودی قبلی را در شروع فاکتور خریداری شما نشان میدهد. اگر در مورد غذایی که قصد خرید آنرا دارید کدام مشکلی بوجود بیاید، از این بخش استفاده کنید تا مشاهده کنید که آیا شما آن امتیاز غذایی را در دسترس دارید یا نه.

بازخرید امتیاز WIC

غذاهای WIC موجود میباشد که قصد خریداری آنرا دارید. خزانه دار باید از شما بخواهد که این قسمت را قبل از تایید آن بررسی کنید. مطمئن شوید که تمام غذاهای WIC را که شما میخواهید بخرید، در لست ذکر شده است.

بیان ختم امتیاز WIC

باقیمانده بیان امتیاز eWIC بعد از خریداری.

تاریخ انقضاء امتیاز WIC

هر فاکتور رسید یک یادآور دارد که زمان انقضاء امتیازات ماه فعلی شما را نشان میدهد. هر ماه، غذاهای WIC خود را قبل از نیمه شب آخرین روز ماه خریداری کنید.

نحوه خواندن فاکتور رسید

WIC Benefit Balance Before Purchase

1.00	lb	Cheese
2.00	doz	Eggs - large
36.00	oz	Cereal - hot/cold
1.00	ctr	Peanut Butter/beans
32.00	oz	Whole grains
9.00	\$\$	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
2.00	ctr	64 oz bottle juice

WIC Items for Redemption

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

WIC Benefit Ending Balance

1.00	lb	Cheese
2.00	doz	Eggs - large
18.00	oz	Cereal - hot/cold
5.84	\$\$	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
2.00	ctr	64 oz bottle juice

WIC Benefits Expire on 9-30-2020

نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری میوه و سبزیجات



WIC به شما مقداری دالر میدهد تا میوه و سبزیجات تازه، یخزده یا کنسرو شده را بخرید.

زمانیکه میوه و سبزیجات بر اساس وزن خریداری میشوند، از اپلیکیشن WICShopper App یا ماشین حساب خود برای محاسبه خرید خود استفاده کنید.

مثلاً:

شما \$9.00 موجودی دارید. میخواهید که سیب بخرید. هر پاو سیب \$1.50 قیمت دارد.

WICShopper App

The screenshot shows the 'Add Item to Picker' screen in the WICShopper App. At the top, it says 'Apples'. Below that, there is a section for 'Weight of Items:' with a slider set to 2.5 lb. There are minus and plus buttons on either side of the slider. Below the weight section, there is a section for 'Price per pound:' with a slider set to \$1.5. There are minus and plus buttons on either side of the slider. At the bottom, it says 'Total: \$3.75'. There are two buttons at the very bottom: '+ ADD' and 'X CANCEL'.

با استفاده از ترازوی فروشگاه، شما میتوانید ببینید که خریطه سیب شما 2.5 پاو است.

با استفاده از اپلیکیشن WICShopper App یا ماشین حساب،

بنویسید که: $2.5 \times 1.5 =$ سیب شما \$3.75 دالر میشود.

نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری غلات سبوسدار

شما میتوانید از بین غلات سبوسدار ذیل انتخاب کنید:

- نان گندم 100% سبوسدار
- تورتیلای جواری نرم
- تورتیلای گندم سبوسدار
- مکرونی گندم سبوسدار
- جو پرکی
- برنج قهوه ای رنگ
- بلغور

بسته های 16 oz. یا 32 oz. را بخريد تا بيشترين امتياز از غلات سبوسدار را بدست آوريد.

اگر شما 16 oz. غلات سبوسدار داريد، نمیتوانيد بيشتر از 16 oz. خريد کنید.

اگر شما 32 oz. غلات سبوسدار داريد، ميتوانيد يك بسته 32 oz. را بخريد يا دو بسته غلات 16 oz. مختلف بخريد که مجموعاً 32 oz. ميشود.



16 oz.

و



16 oz.

نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری شیر و نوشیدنی سویا

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
.75	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

شیر بدون چربی یا 1% چرب gal 3.50
gal .75

نمونه ها:



گالون

GAL 1.00

عبارتست از



یک چارک



نصف-گالون

GAL 0.75

عبارتست از



نصف-گالون

GAL 0.50

عبارتست از



یک چارک

GAL 0.25

عبارتست از

نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری ماست



1 CTR عبارتست از 32 oz. (2 lb).

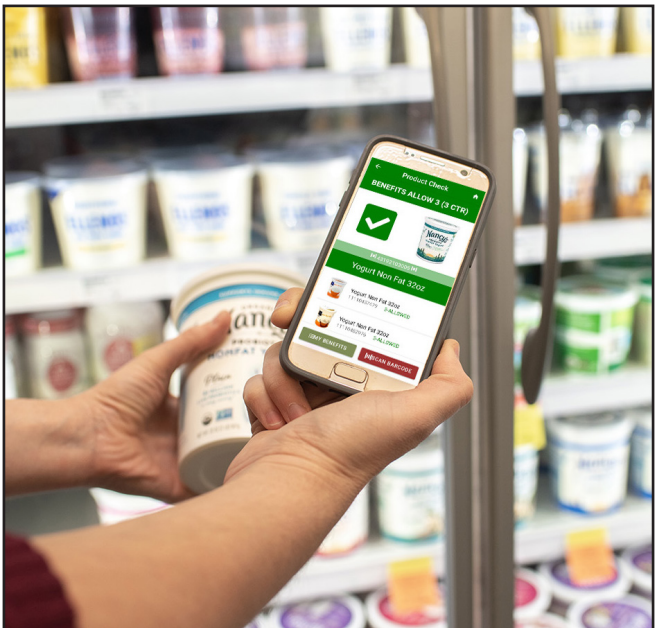
فقط قوطی های 32 oz.

(یا 2 lb) را بخرید

• کلانسالان و اطفال کلانتر از 2 ساله ماست کم چرب یا بدون چرب بگیرند.

• اطفال بین 1-2 سال سن ماست از شیر مکمل را دریافت کنند.

از لست غذا یا اپلیکیشن WICShopper برای انتخاب برند و طعم مناسب استفاده کنید. کدام نوع ماست در لست امتیاز شما میباشد؟



نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری مسکه ممپلی و لوبیا

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese

مسکه ممپلی/لوبیای خشک یا کنسرو شده ctr 2.00

شما میتوانید این قسم خرید کنید CTR با 1.00



16 oz.



16-18 oz.

نکته های خریداری

اگر شما 2 CTR از این مورد را دارید، میتوانید از آن برای خرید یک بسته 32 oz. لوبیای خشک یا نخود استفاده کنید.

1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/beans
2.00	ctr	Dry beans or peas
40.00	oz	Whole grains

ctr 2.00 مسکه ممپلی/لوبیا



1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/beans
2.00	ctr	Dry beans or peas
40.00	oz	Whole grains



32 oz.

ctr 2.00 لوبیا یا نخود خشک

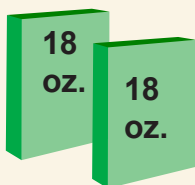
نکاتی برای خرید مواد غذایی

(Cereal) خریداری غلات

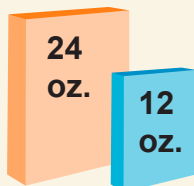
اکثر اشخاص عضو در هر ماه 36 oz. غلات دریافت میکنند.

- کمترین مقدار غلات را که شما میتوانید بخرید 11.8 oz. (از غلات گرم) یا 12 oz. (از غلات سرد) است. اگر برای شما کمتر از 11.8 oz. امتیاز غلات باقیمانده است، قادر نخواهید بود تا آنرا خریداری کنید.
- بهترین راه برای حصول اطمینان از بدست آوردن تمام غلات خود اینست که بسته های سایز 12 oz.، 24 oz.، 18 oz. یا 36 oz. را خریداری کنید.

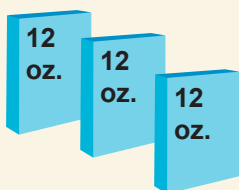
مثالهایی از راههایی که میتوانید سایزهای بسته غلات را یکجای خرید کنید



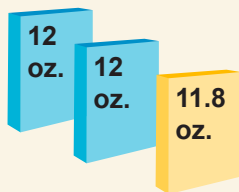
36 مجموع oz.



36 مجموع oz.



35.8 مجموع oz.



36 مجموع oz.

نکاتی برای خرید مواد غذایی

خریداری جوس

- موجودی خود را بررسی کنید و ببینید که:
- آیا شما میتوانید جوس یخزده بخردید یا جوس بوتلی
- به کدام اندازه جوس خریداری میتوانید

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese



CTR 1.00

عبارتست از:

یخزده 11.5 - 12 oz.

Remaining Balance (exp date 9-30-2020)

3.50	gal	Fat free or 1% milk
1.00	gal	Whole milk
2.00	ctr	Peanut butter/ dry or canned beans
40.00	oz	Whole grains
16.00	\$\$	Fruit and vegetables
3.00	ctr	Frozen juice 11.5 - 12 oz
1.00	ctr	Bottle Juice 64 oz
1.00	lb	Cheese



CTR 1.00

عبارتست از:

بوتل پلاستیکی 64 oz

PIN نکاتی در مورد

قبل از رفتن به خرید، PIN خود را تنظیم کنید. با نمبر تلفونی که پشت کارت هست به تماس شوید، بعد از آن دستورات را تعقیب کنید تا PIN را تنظیم کنید.

- عین همان تاریخ تولد و آدرسی را که در کلینیک WIC ارائه کرده بودید برای کارت خود استفاده کنید (نوت: منظور تاریخ تولد طفل شما نیست)

- اگر شما یک دارنده کارت دیگر هم دارید، در زمان PIN دادن برای کارت خود از تاریخ تولد و آدرس خودش استفاده کند.

اگر شما چهار مرتبه PIN خود را اشتباه وارد کنید، کارت شما قفل میشود. بعد از 2 یا 3 مرتبه تلاش، PIN خود را مجدداً تنظیم کنید.

برای تنظیم مجدد PIN خود، با نمبر پشت کارت به تماس شوید یا به ویبسایت مراجعه کنید. برای بازکردن PIN خود، با نمبر پشت کارت به تماس شوید.



سوالات رایج پرسیده شده

چرا نمیتوانم این جنس را بخرم؟

اگر یک جنس به حیث غذای WIC زنگ نخورد (پذیرفته نشود):

- ممکن است شما برای آن غذا امتیازات کافی نداشته باشید.

- ممکن است این، یک جنس مورد تایید در لست غذایی WIC نباشد.

- در صورت امکان، ممکن است ضرور باشد که به سیستم WIC اضافه شود. اگر ضرورت به این کار باشد، خزانه دار نمیتواند آنرا تغییر بدهد یا به شما اجازه بدهد که آن غذا را با کارت WIC خود خریداری کنید.

آیا من میتوانم امتیازات خود را برای ماههای آینده ذخیره کنم؟

نخیر، امتیازات WIC باید الی ختم همان ماه استفاده شود. اگر از آنها استفاده نکنید، آنها را از دست خواهید داد.

از کجا میتوانم خرید کنم؟

شما میتوانید از هر خوراکه فروشی در اورگان که WIC را میپذیرد، خرید کنید. نقشه خوراکه فروشی ها را میتوانید در ویبسایت WIC یا در اپلیکیشن WICShopper App پیدا کنید.

آیا میتوانیم از کارت وفاداری (loyalty card) فروشگاه استفاده کنیم؟

بله، شما میتوانید از کارتهای وفاداری، کوپن، پیشنهادات یکی بخر/دوتا ببر فروشگاه و دیگر موارد خاص در زمان خریداری با WIC، استفاده کنید.

سوالات رایج پرسیده شده

اگر فروشگاه یک جنس را نداشته باشد چکار میتوانم انجام دهم؟

آن جنس را از یک فروشگاه دیگر WIC خریداری کنید. چک های IOUs، Rain checks، و تبدیلات مجاز نیست.

آیا میتوانم غذای خریداری شده با کارت eWIC را پس بدهم؟

نخیر، غذاهای خریداری شده با کارت eWIC قابل پس گرفتن نیست یا با پول نقد، کارت هدیه فروشگاه یا اجناس، تبادل نمیشود. غذاهای WIC در صورتیکه مجدداً پس خواسته شوند، یا در صورت تخریب یا انقضاء تاریخ در زمان خریداری آنها، قابل پس دادن هستند.

من پول غذای WIC خود را اشتباهاً با استفاده از پول شخصی یا کارت Oregon Trail card خود پرداخت کردم. آیا میتوانم این غذا را پس بدهم؟

بلی. اگر شما با کارت eWIC خود پرداخت نکرده اید، اکثر فروشگاهها اجازه پس گرفتن به همراه فاکتور رسید را میدهند.



سوالات؟

چه زمانی با کلینیک WIC خود به تماس شوید

- درباره امتیازات WIC خود سوالاتی دارید.
- برای دریافت امتیازات جدید توزیع شده باید یک قرار ملاقات تعیین کنید.
- شما نتوانستید یک جنس غذایی WIC را بخرید.

چه زمانی با خدمات مشتریان eWIC به تماس شوید

- کارت شما گم شده، سرقت شده یا صدمه دیده است.
- ضرورت به تنظیم مجدد یا باز کردن PIN خود دارید.
- اگر فکر میکنید فاکتور رسید با جنسی که خریده اید، مطابقت ندارد.



این انستیتوت، ارائه کننده فرصتهای برابر است. در مطابقت با حقوق مدنی قوانین فدرال و مقررہ ها و پالیسی های حقوق مدنی وزارت زراعت ایالات متحده (USDA)، آژانس ها، ادارات و کارمندان USDA و موسسات اشتراک کننده یا تطبیق کننده پروگرام های USDA از هر نوع تبعیض بر اساس نژاد، رنگ، منشاء ملیت، جنس، معلولیت، سن، یا اجبار یا انتقام جویی در حصه فعالیت های حقوق مدنی ذکر شده در هر پروگرام یا فعالیتی که توسط USDA تطبیق یا تمویل میشود، منع شده اند. اشخاص معلولی که برای معلومات پروگرام، ضرورت به وسایل بدیل ارتباطی (مانند خط بریل، چاپ کلان، نوار صوتی، زبان اشاره امریکایی و غیره) دارند، باید با این آژانس (ایالتی یا محلی) در هرجایی که آنها برای این امتیازات درخواست کرده اند، به تماس شوند. اشخاصیکه ناشنوا هستند، شنوایی ضعیف دارند یا ناتوانی در گفتار دارند میتوانند از طریق خدمات رله فدرال ذریعه نمبر (800) 877-8339 با USDA به تماس شوند. علاوه براین، ممکن است معلومات پروگرام به لسان هایی بغیر از انگلیسی قابل دسترس باشد. برای ثبت شکایت تبعیض در یک پروگرام، فورمه شکایت تبعیض پروگرام USDA را تکمیل کنید، (AD-3027) که به قسم آنلاین در این آدرس: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html، و در هر اداره USDA موجود است، یا اینکه یک نامه به آدرس USDA بنویسید و در این نامه، معلومات درخواستی در این فورمه را بنویسید. برای درخواست یک کاپی از فورمه شکایت، با نمبر (866) 632-9992 به تماس شوید. فورمه یا نامه تکمیل شده خود را به طریقه های ذیل به USDA ارسال کنید: (1) پست: وزارت زراعت ایالات متحده، شعبه معاون سکرتریت در مورد حقوق مدنی، 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410؛ (2) فکس کنید: 690-7442 (202)؛ یا (3) ایمیل کنید به: program.intake@usda.gov



Oregon Health

www.healthoregon.org/wic