



ከመደብር ጎን የሚገኙ ካርድ አንባቢዎችን በተመለከተ ጠቃሚ ምክሮች



አነስተኛ መደብሮች ከጎን የቆሙ ካርድ አንባቢዎች ሊኖሯቸው ይችላል። እነዚህ በተወሰነ ደረጃ የተለየ አሰራር አላቸው። እነዚህን ጠቃሚ ምክሮች ይከተሉ፡-

- የእርስዎን WIC ካርድ ለካሸር ይስጡ። ካሸሩ ካርዱን በአንባቢው ውስጥ በማሳለፍ እንዲነበብ ያደርጋሉ።
- የWIC ምግቦችን ከሌሎች ግርሰሪዎች ይለዩ።
- የWIC ምግቦችን (ለምሳሌ ጥራጥሬ፣ ወተት፣ ወዘተ) ከማናቸውም ፍራፍሬዎች እና አትክልቶች በፊት ያስቀምጡ። ካሸሩ/ሯ ፍራፍሬዎችን እና አትክልቶችን በመጨረሻ መፈተሽ አለበት/ባት።
- ካሸሩ/ሯ እያንዳንዱን ነገር ይቃኛል/ትቃኛላች ከዚያም ዋጋ በእጅ ያስገባል/ታስገባላች። ያልተፈቀደ ምግብ ከተካተተ ካሸሩ/ሯ ያሳውቁዎታል። በግዢው ውስጥ መካተት የሚችለው የተፈቀደ ነገር ብቻ ነው።
- መካተት የሌለበት ነገር ካለ ግዢው ከመጠናቀቁ በፊት ካሸሩ/ሯ ያሳውቁዎታል። ለምሳሌ፣ የእርስዎ ፍራፍሬዎች እና አትክልቶች WIC ከሚከፍልልዎት በላይ የሚያስከፍሉ ከሆነ እና በሌላ መንገድ የማይከፍሉ ከሆነ፣ (ለምሳሌ ካሽ ወይም የ Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, ተጨማሪ የስነ ምግብ ድጋፍ ፕሮግራም) ጥቅማ ጥቅሞች)።
- የእራስዎን ፒን ኮድ ሲጠየቁ ያስገቡ። ለካሸር የእራስን ፒን አይንገሩ ወይም እነርሱ እንዲያስገቡ አይፈቀዱ።



ይህ ድርጅት ለሁሉም እኩል ዕድል የሚሰጥ ድርጅት ነው።
 Washington State Women, Infants and Children Nutrition Program (WIC, የሴቶች፣ የሕጻናት እና የልጆች የስነ ምግብ ፕሮግራም) ምንም ዓይነት አድሎ አይፈጽምም።
 የአካል ጉዳት ላለባቸው ሰዎች፣ ይህ ስነድ በሌላ ቅርጽ በመጠየቅ ማግኘት ይቻላል። ጥያቄ ለመላክ፣ እባክዎ በስልክ ቁጥር 1-800-841-1410 (TDD/TTY 711) ላይ ይደውሉ።