



စမတ် SNAP- ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ရွေးချယ်မှုများ၊ ပုံမှန်မာ သော Indiana ဒေသခံများ

Supplemental Nutrition Assistance (ဖြည့်စွက်အာဟာရအကူအညီ) ပရိုဂရမ်သည် ဝင်ငွေနှည်းပါးပြီး ဝင်ငွေမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ နှင့် မိသားစုများအား အစားအစာအကူအညီ ပံ့ပိုးပေးသည်။ USDA သည် ဆိုဒါနှင့် သကြားလုံး ကဲ့သို့ အာဟာရမရှိသောအရာများ ဝယ်ယူခြင်းကို ကန့်သတ်သည့် သက်ညှာခွင့်များဖြင့် ပြည်နယ်များကို ပံ့ပိုးကူညီသည်။ ဤသက်ညှာခွင့်များသည် အခွန်ထမ်းဒေါ်လာများက SNAP အတွင်း ကျန်းမာရေးရလဒ်များကို မြှင့်တင်ပေးသည့် အာဟာရရှိသော ရွေးချယ်စရာများကို ပံ့ပိုးကြောင်း သေချာအောင်လုပ်ရာတွင် အဓိကကျသောအဆင့်ဖြစ်သည်။



အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်- သကြားလုံး

ချောကလက်၊ သစ်သီးအမျိုးမျိုး၊ အခွံမာသီးအမျိုးမျိုး သို့မဟုတ် အခြားပါဝင်ပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် အနံ့အရသာများနှင့် ပေါင်းစပ်၍ သကြား၊ ပျားရည် သို့မဟုတ် အခြားသဘာဝအချိုဓာတ် သို့မဟုတ် ဖန်တီးထားသောအချိုဓာတ်ကို အတောင့်များ၊ အလုံးများ သို့မဟုတ် အခဲများပုံစံဖြင့် ပြင်ဆင်မှု။ ဤအသုံးအနှုန်းတွင် ရေခဲရိုက်ရန် လိုအပ်သည့် ပြင်ဆင်မှုတစ်ခုမျှ မပါဝင်ပါ။

SNAP အကျိုးခံစားခွင့်များဖြင့် ဤအရာများကို ဝယ်ယူနိုင်ပါသလား။*

သည့်	မရပါ	ပစ္စည်း
ရ		အလူးကြော်များ
ရ		ရေခဲမုန့်
ရ		သစ်သီး
	မရ	အသီးလိပ်များ
	မရ	မီးသင်းသကြား ပြောင်းဖူးပေါက်ပေါက်
	မရ	ပီကေ
	မရ	ပူရိန်း
	မရ	သကြားလုံး အတောင့် သို့မဟုတ် အခဲများ
	မရ	ချောကလက်ပြားများ
	မရ	မာရှ်မယ်လိုများ