ናይ ድኳን ጋንታኹም ንናይ Virginia ናይ SNAP መስተ ምሕዳስ ኣዳልዉ

ድኳናት ኣብ ግዜ ክፍሊት ነቶም መምርሒታት ናይ ምስዓብ ሓላፍነት ኣለወን

ካብ **ሕዳር 1፣ 2026** ጀሚሩ፣ ጋዝ ዘለዎም ጥዑማት መስተታት —
ሶዳ፣ ዳይት ሶዳ፣ "ዜሮ" ሶዳን ጋዝ ዘለዎም ናይ ሓይሊ መስተታትን ሓዊሱ —
ደጊም ብጥቕማጥቕሚ SNAP ክዕደጉ ኣይኽእሉን እዮም።

ካልኦት ናይ መግቢ ዓውድታት በዚ ምሕዳስ እዚ ኣይጽለዉን እዮም።

ብSNAP-ብቕዕ ኣይኰነን



ሶዳ (ሰሩዕ)



ዳይት ሶዳ



"ዜሮ" ሶዳ



ጋዝ ዘለዎም ናይ ሓይሊ መስተታት

ካብ ሕዳር 1 ጀሚሩ፣ እዞም መስተታት እዚኦም ብጥቕማጥቕሚ SNAP ክዕደጉ ኣይኽእሉን **እዮም**።

ሕጂ እውን ብSNAP-ብቕዓት

- ጋዝ ዘይብሎም ናይ ሓይሊ መስተታት
- ሽኮር ዘይተወሰኾም ናይ ሴልትዘር መስተታት
- ሌምኔድ
- ጁማቕ
- በረድ ዘለዎ ሻሂ
- በረድ ዘለዎ ቡን
- ጸባን ናይ ጸባ መተካእታታትን
- ናይ ሩጉኦ መስተታትን
- ናይ ሕጻናት ፎርሙላ ጸባ
- ከም ናይ መግቢ መተካእታ ሼክስ ወይ መስተታት ዝኣመሰሉ ናይ መግቢ ፍርያት

ሓደ ዓሚል ብዛዕባ እዞም ለውጥታት እንተደኣ ተሻቒሉ እንታይ ክበሃል ከም ዝግባእ
"እዚ ኩለን ድኳናት ክስዕባኦም ዝግደዳ ናይ መላእ ክፍለ-ሃገር መምርሒ እዩ። እዞም መስተታት እዚኦም ሕጂ እውን ብኻልእ ናይ ክፍሊት መንገዲ ክትዕድግዎም ትኽእሉ ኢኹም።"

ዝያዳ ፍለጡ፦
dss.virginia.gov/SNAPHealthy

VIRGINIA DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES

እዚ ፕሮጀክት እዚ እንተወሓደ ብኽፋል ካብ U.S. Department of Agriculture (U.S. ክፍሊ ሕርሻ) ብዝተረኽበ ፈደራላዊ እቶት ዝተደገፈ እዩ። ትሕዝቶ ናይዚ ሕታም እዚ ናይ U.S. Department of Agriculture (U.S. ክፍሊ ሕርሻ) ርእይቶ ወይ ፖሊሲታት ክንጸባርቁ ግድን ኣይኮነን፣ ከምኡውን ናይ ንግዲ ስማት፣ ናይ ንግዲ ፍርያት ወይ ውድባት ምጥቃስ ብ U.S. Government (U.S. መንግስቲ) ተቐባልነት ከምዝረኽቡ ዘመልክት ኣይኮነን። USDA ማዕረ ዕድል ዝህብ ኣቓራቢ፣ ኣስራሒ፣ ከምኡውን ኣለቃሒ እዩ።