

Note: The information has kindly been translated by volunteers- if you notice any typos or errors, please let Freya know at freya@gmequalstart.co.uk and we'll update it accordingly.

The translations say:

[Get help buying food and milk \(Healthy Start Scheme\)](#)

This is a national programme, run by the NHS.

What is Healthy Start?

If you are pregnant or have a child(ren) under the age of 4, you can get free vouchers or payments every four weeks to spend on:

- Cow's milk
- Frozen, fresh or canned fruits and vegetables
- Powdered Milk (Formula)
- Frozen, dried or canned vegetables

You may receive:

- £4.25 per week of pregnancy (from the tenth week)
- £8.50 per week, for newborns up to 1 year old
- £4.25 per week for children aged 1 to 4 years
- This benefit will stop when your child reaches age 4, or if you no longer qualify.

Where can you use the vouchers?

You can redeem the Healthy Start voucher at all stores and markets registered to participate in the scheme.

Many stores and markets accept Healthy Start vouchers and payments, including:

- Convenience stores
- Food cooperatives
- Green grocers
- Market stalls
- Milk floats or vans
- Pharmacies
- Supermarkets

Eligibility

You'll qualify for the Healthy Start scheme if you're at least 10 weeks pregnant or you have at least one child that's under 4.

In addition, you must be receiving any of the following:

- Child Tax Credit (only if your family's annual income is £16,190 or less)
- Income Support

- Income-based Jobseeker's Allowance
- Pension Credit (which includes the child addition)
- Universal Credit (only if your family's take-home pay is £408 or less per month from employment)

You will also be eligible for Healthy Start if:

- you're under 18 and pregnant, even if you are not claiming any benefits
- you claim income-related Employment and Support Allowance (ESA) and are over 10 weeks pregnant
- you, your partner or your carer get Working Tax Credit run-on only after you have reported you're working 16 hours or less per week
- To find out if your family earns £408 or less per month from employment whilst claiming Universal Credit, look at your 'take-home pay for this period' on your monthly Universal Credit award notice.

ترجمة قسم البداية الصحية

احصل على مساعدة لشراء الطعام والحليب (برنامج البداية الصحية). (Healthy Start

يعد هذا البرنامج برنامجاً وطنياً معداً من قبل NHS.

ما هو برنامج البداية الصحية؟ Healthy Start

إذا كنت حاملاً أو لديك أطفال تقل أعمارهم عن 4 أعوام، فيمكنك الحصول على قسم مجاني أو مدفوعات كل 4 أسابيع لإنفاقها على الآتي:

- حليب أبقار.
- الفواكه والخضروات الطازجة أو المجمدة أو المعلبة.
- حليب الأطفال.
- البقوليات الطازجة أو المعلبة أو المجمفة.

سوف تحصل على:

4.25 £ جنيه إسترليني لكل أسبوع من الحمل (بدءاً من الأسبوع العاشر من الحمل).
8.50 £ جنيه إسترليني كل أسبوع للأطفال من سن الولادة حتى سن عام واحد.
4.25 £ جنيه إسترليني كل أسبوع للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (1) و(4) سنوات.
سيتوقف الصرف عند بلوغ طفلك أربعة أعوام، أو إذا لم تعد تتلقى الإعانات.

أين يمكنني استخدام القسم؟
يمكنك استخدام قسم Healthy Start الخاص بك في أي متجر مسجل للمشاركة في البرنامج، تقبل الكثير من المتاجر مدفوعات وقسم Healthy Start، بما في ذلك:

- محلات الزاوية.
- التعاونيات الغذائية.
- البقالات.
- أكشاك السوق.
- عربات أو شاحنات توصيل الحليب الطازج.
- الصيدليات.
- محلات السوبر ماركت

الجارة والأهلية

ستكون مؤهلاً لبرنامج البدء الصحي Healthy Start إذا كنت حاملاً 10 أسابيع على الأقل أو كان لديك طفل واحد على الأقل بعمر لا يزيد عن أربعة أعوام.
بالإضافة إلى ذلك، يجب أن تكون متلقياً لأي مما يلي:

- انتظام ضريبي للأطفال (فقط إذا كان الدخل السنوي لأسرتك £16190 جنيه إسترلينيًّا أو أقل)
- دعم الدخل.
- دعم الباحث عن عمل على أساس الدخل.
- رصيد المعاش التقاعدي (الذى يشمل إضافة الطفل)
- الانتظام الشامل (فقط إذا كان الأجر الشهري من العمل الخاص بعائلتك £408 جنيه إسترلينيًّا أو أقل).

Arabic Healthy Start Vouchers Translation

Get help to buy food and milk (The Healthy Start scheme).

This is a national scheme ran by the NHS.

What is Healthy Start?

If you're pregnant or have children under the age of 4 you can get free vouchers or payments every 4 weeks to spend on:

- cow's milk
- fresh, frozen or tinned fruit and vegetables
- infant formula milk
- fresh, dried, and tinned pulses

You'll get:

- £4.25 each week of your pregnancy (from the 10th week of your pregnancy)
- £8.50 each week for children from birth to 1 year old
- £4.25 each week for children between 1 and 4 years old

Your money will stop after your child's 4th birthday, or if you no longer receive benefits.

Where can I use the vouchers?

You can use your Healthy Start vouchers in any shop that is registered to take part in the scheme. Lots of shops accept Healthy Start payments and vouchers, including:

- corner shops
- food co-ops
- greengrocers
- market stalls
- milk floats or vans
- pharmacies
- supermarkets

Eligibility

You'll qualify for the Healthy Start scheme if you're at least 10 weeks pregnant or you have at least one child that's under 4.

In addition, you must be receiving any of the following:

- Child Tax Credit (only if your family's annual income is £16,190 or less)
- Income Support
- Income-based Jobseeker's Allowance
- Pension Credit (which includes the child addition)

- Universal Credit (only if your family's take-home pay is £408 or less per month from employment)

You will also be eligible for Healthy Start if:

- you're under 18 and pregnant, even if you are not claiming any benefits
- you claim income-related Employment and Support Allowance (ESA) and are over 10 weeks pregnant
- you or your partner get Working Tax Credit run-on only. (Working Tax Credit run-on is the Working Tax Credit you receive in the 4 weeks immediately after you have stopped working for 16 hours or more per week)

To find out if your family earns £408 or less per month from employment whilst claiming Universal Credit, look at your 'take-home pay for this period' on your monthly Universal Credit award notice.

ستكون أيضًا مؤهلاً لبرنامج البداية الصحية Healthy Start في الحالات الآتية:

- إذا كان عمرك أقل من 18 عاماً وحامل، حتى إذا كنت لا تحصل على أي مزايا.
- إذا كنت تطالب بعلاوة العمل والدعم المتعلقة بالدخل (ESA) و كنت حاملاً بأكثر من 10 أسابيع.
- إذا كنت تحصل أنت أو شريكك على ائتمان ضريبي العامل الذي تحصل عليه في 4 أسابيع فور توقفك عن العمل لمدة 16 ساعة أو أكثر في الأسبوع.

لمعرفة ما إذا كانت عائلتك تكسب شهرياً £408 جنيه استرلينيًا أو أقل من العمل أثناء المطالبة برصيد Universal انظر إلى "راتبك الذي تحصل عليه لهذه الفترة" في إشعار منح الائتمان الشامل الشهري.

Bengali (বাংলা)

স্বাস্থ্যকর স্টার্ট ভাউচার অনুবাদ

খাদ্য এবং দুধ কিনতে সহায়তা পান (স্বাস্থ্যকর শুরু প্রকল্প)।

এটি এনএইচএস (NHS) পরিচালিত একটি জাতীয় প্রকল্প।

স্বাস্থ্যকর শুরু কি?

আপনি যদি গর্ভবতী হন বা 4 বছরের কম বয়সের শিশু হন তবে প্রতি 4 সপ্তাহে ব্যয় করার জন্য আপনি বিনামূল্যে ভাউচার বা অর্থ প্রদান করতে পারেন:

- গরুর দুধ
- তাজা, হিমায়িত বা টিনযুক্ত ফল এবং শাকসবজী
- শিশু সূত্র দুধ
- তাজা, শুকলো এবং টিনযুক্ত ডাল

আপনি পাবেন:

- আপনার গর্ভাবস্থার প্রতি সপ্তাহে £4.25 (আপনার গর্ভাবস্থার দশম সপ্তাহ থেকে)
- জন্ম থেকে 1 বছর বয়সী শিশুদের জন্য প্রতি সপ্তাহে £8.50
- 1 থেকে 4 বছর বয়সের শিশুদের জন্য প্রতি সপ্তাহে £4.25

আপনার অর্থ আপনার সন্তানের চতুর্থ জন্মদিনের পরে বন্ধ হবে, বা যদি আপনি আর সুবিধা না পান।

আমি কোথায় ভাউচার ব্যবহার করতে পারি?

এই প্রকল্পে অংশ নিতে নিবন্ধিত যে কোনও দোকানে আপনি আপনার স্বাস্থ্যকর স্টার্ট ভাউচারগুলি ব্যবহার করতে পারেন। প্রচুর দোকান স্বাস্থ্যকর শুরু অর্থ প্রদান এবং ভাউচার গ্রহণ করে, সহ:

- কোণার দোকান (ছোট দোকান)
- খাদ্য কো-অপ্স
- গ্রিনগ্রোসারস
- বাজারের দোকান সমূহ
- দুধ ভাসমান বা ভ্যান
- ফার্মেসী
- সুপারমার্কেট

যোগ্যতা

আপনি যদি কমপক্ষে 10 সপ্তাহ গর্ভবতী হন বা আপনার কমপক্ষে একটি বাচ্চা 4 বছরের কম বয়সী হয় তবে আপনি স্বাস্থ্যকর শুরু করতে পারবেন।

তদতিরিক্ত, আপনাকে অবশ্যই নিম্নলিখিত যে কোনও একটি গ্রহণ করতে হবে:

- শিশু টাঙ্গ ক্রেডিট (শুধুমাত্র যদি আপনার পরিবারের বার্ষিক আয় £16,190 বা তার চেয়ে কম হয়)
- আয় সমর্থন
- আয়-ভিত্তিক জবসিকারের ভাতা
- পেনশন ক্রেডিট (এতে শিশু সংযোজন অন্তর্ভুক্ত)
- ইউনিভার্সাল ক্রেডিট (কেবলমাত্র যদি আপনার পরিবারের গ্রহস্থালীর মাসে বেতন £408 বা কম হয়)

আপনি স্বাস্থ্যকর শুরুর জন্যও যোগ্য হতে পারেন যদি:

- আপনি 18 বছরের কম বয়সী এবং গর্ভবতী, এমনকি যদি আপনি কোনও সুবিধা দাবি না করেন
- আপনি আয়-সম্পর্কিত কর্মসংস্থান এবং সহায়তা ভাতা (ইএসএ) দাবি করেন এবং 10 সপ্তাহের বেশি গর্ভবতী
- আপনি বা আপনার সঙ্গী কেবলমাত্র ওয়ার্কিং ট্যাক্স ক্রেডিট পান on (ওয়ার্কিং ট্যাক্স ক্রেডিট রান-অন হ'ল আপনি প্রতি সপ্তাহে 16 ঘন্টা বা তার বেশি কাজ বন্ধ করার পরে অবিলম্বে 4 সপ্তাহের মধ্যে প্রাপ্ত ওয়ার্কিং ট্যাক্স ক্রেডিট)

আপনার পরিবার যদি ইউনিভার্সাল ক্রেডিট দাবি করে কর্মসংস্থান থেকে প্রতি মাসে £408 বা তার চেয়ে কম রোজগার করে কিনা তা জানতে, আপনার মাসিক ইউনিভার্সাল ক্রেডিট অ্যাওয়ার্ড বিজ্ঞপ্তিতে আপনার 'এই সময়ের জন্য গৃহীত হোম পে' দেখুন।

Cantonese (表格上寫著)

Healthy Start Vouchers 翻譯

獲得購買食品和牛奶的幫助(The Healthy Start 計劃)。
這是由 NHS 運營的全國性計劃。

什麼是健康開始？

如果4歲以下的你懷孕或有孩子，你可以得到免費的優惠券或支付每4週就花：

- 牛奶
- 新鮮，冷凍或罐裝水果和蔬菜，
- 嬰幼兒配方奶粉
- 的新鮮，乾燥，罐裝脈衝

你會獲得：

- 您懷孕後每週 4.25 英鎊(從您懷孕的第 10 週起)
- 出生至 1 歲兒童每週 8.50
- 英鎊 1 至 4 歲兒童每週 4.25 英鎊4 歲

您的錢將在您孩子後停止支付生日，或者如果您不再領取福利。

我可以在哪裡使用代金券？

您可以在任何註冊參與該計劃的商店中使用您的 Healthy Start 代金券。許多商店接受 Healthy Start 付款和代金券，包括：

- 街角商店
- 食品合作社
- 蔬菜水果
- 市場攤位
- 牛奶車或貨車
- 藥房
- 超市

資格

如果您懷孕至少 10 週或懷孕至少一個 4 歲以下的孩子

。此外，您必須獲得以下任何一項：

- 兒童稅收抵免（僅當您的家庭年收入為 16,190 英鎊或以下時）
- 收入支持
- 基於收入的求職者津貼
- 養老金抵免(包括孩子的加成))
- Universal Credit(僅當您的家庭從工作中獲得的每月實得工資為 408 英鎊或更少時)

如果您符合以下條件，您也將有資格獲得健康開始：

- 您未滿 18 歲且懷孕，即使您沒有申請任何福利
- 您申請的與收入相關的就業和支持津貼 (ESA)，並且懷孕超過 10 週
- 您或您的伴侶只能獲得持續的工作稅收抵免。（連續工作稅收抵免是您在每週停止工作 16 小時或以上後的 4 週內立即獲得的工作稅收抵免）

了解您的家人在申請 Universal 的同時是否每月從工作中賺取 408 英鎊或更少信用，在您的每月通用信用獎勵通知中查看您的“此期間的實得工資”。

Filipino (Pilipino)

Humingi ng tulong upang bumili ng pagkain at gatas (The Healthy Start scheme). Ito ay isang pambansang pamamaraan na pinatakbo ng NHS.

Ano ang Healthy Start?

Kung ikaw ay buntis o may anak na wala pang 4 taong gulang maaaring kang makakuha ng libreng voucher o pagbabayad tuwing 4 na linggo upang gugulin:

- Gatas kalabaw
- sariwa, nagyeyelong o naka-lata na prutas at gulay
- gatas na formula ng sanggol
- sariwa, pinatuyong, at naka-lata na beans

You'll get:

- £ 4.25 bawat linggo ng iyong pagbubuntis (mula sa ika-10 linggo ng iyong pagbubuntis)
- £ 8.50 bawat linggo para sa mga bata mula sa pagsilang hanggang sa 1 taong gulang
- £ 4.25 bawat linggo para sa mga bata sa pagitan ng 1 at 4 na taong gulang

Ang iyong pera ay titigil pagkatapos ng ika-4 na kaarawan ng iyong anak, o kung hindi ka na nakakatanggap ng mga benepisy.

Saan ko magagamit ang mga voucher?

Maaari mong gamitin ang iyong mga Healthy Start voucher sa anumang shop na nakarehistro upang makilahok sa pamamaraan. Maraming mga tindahan ang tumatanggap ng mga pagbabayad at voucher na Healthy Start, kasama ang:

- tindahan ng kanto
- mga co-op ng pagkain
- mga greengrocer
- pwesto sa palengke
- milk floats o van
- mga botika
- supermarket

Pagiging karapat-dapat

Kwalipikado ka para sa Healthy Start scheme kung ikaw ay hindi bababa sa 10 linggo na buntis o mayroon kang hindi bababa sa isang anak na wala pang 4 na taon.

Bilang karagdagan, dapat kang makatanggap ng alinman sa mga sumusunod:

- Child Tax Credit (na may Kita ng pamilya na £ 16,190 o mas mababa bawat taon)
- Suporta sa Kita
- Allowance na batay sa Kita sa Jobseeker
- Pensyon Credit (na kasama ang pagdaragdag ng bata)
- Universal credit (kasama ang nakukuha na bayad sa bahay na £ 408 o mas mababa bawat buwan)

Magiging karapat-dapat ka rin para sa Healthy Start kung:

- Ikaw ay wala pang 18 taong gulang at buntis, kahit na hindi ka naghahabol ng anumang mga benepisyto
- inaangkin mo ang nauugnay sa kita na Pagtatrabajo at Support Allowance (ESA) at higit sa 10 linggo na buntis
- ikaw o ang iyong kasosyo ay nakakuha lamang ng Working Tax Credit na run-on lamang. (Ang Working Tax Credit run-on ay ang Working Tax Credit na natanggap mo sa loob ng 4 na linggo kaagad pagkatapos mong ihinto ang pagtatrabajo sa loob ng 16 na oras o higit pa bawat linggo)

Upang malaman kung kumita ang iyong pamilya ng £ 408 o mas mababa bawat buwan mula sa pagtatrabajo habang inaangkin ang Universal Credit, tingnan ang iyong ‘take-home pay para sa panahong ito’ sa iyong buwanang abiso sa Universal Credit award.

French (Francais)

Recevoir de l'aide pour acheter des provisions et du lait (The Healthy Start scheme)

Qu'est que le programme Healthy Start ?

C'est un projet national organisé par le NHS.

Si vous êtes enceinte ou si vous avez des enfants de moins de 4 ans vous pouvez recevoir des bons ou des paiements toutes les quatre semaines à dépenser sur :

- Du lait de vache
- Des fruits et des légumes frais, surgelés ou en boite
- Du lait en poudre pour les bébés
- Des légumes à gousse frais, secs et en boite

Vous recevrez :

- 4.25 £ chaque semaine de votre grossesse (dès la 10ème semaine de votre grossesse)
- 8.50 £ chaque semaine pour les enfants de la naissance jusqu'à l'âge d'1 an
- 4.25 £ chaque semaine pour les enfants entre l'âge d'1 an et 4 ans

L'argent que vous recevez cessera dès le 4ième anniversaire de votre enfant ou si vous ne recevez plus d'allocation.

Où est-ce que je peux utiliser les bons ?

Vous pouvez utiliser vos bons Healthy Start dans n'importe quel magasin qui est enregistré pour participer à ce projet.

Beaucoup de magasins acceptent des paiements et des bons de Healthy Start, y compris :

- Les petits magasins du coin
- Les sociétés coopératives alimentaires
- Les magasins de fruits et de légumes
- Les stands de marché
- Les voitures ou les camionnettes de lait
- Les pharmacies
- Les supermarchés

Admissibilité

Vous aurez les conditions requises pour participer au projet Healthy Start si vous êtes enceinte de dix semaines au moins ou si vous avez au moins un enfant sous l'âge de 4 ans. De plus, vous devez recevoir au moins une des allocations suivantes :

- Crédit d'impôt enfants (seulement si le revenu annuel de votre famille est de 16,190 £ ou moins)
- Income Support (aide type RSA)
- Allocation de demandeur d'emploi basée sur le Revenu
- Crédit de Pension (qui comprend le supplément pour les enfants)

- Crédit Universel (seulement si le revenu de votre famille est 408 £ ou moins par mois venant d'un emploi)

Vous serez également admissible pour Healthy Start si :

- Vous avez moins de 18 ans et êtes enceinte, même si vous ne touchez aucune allocation
- Vous touchez l'Allocation Emploi et Soutien basée sur le revenu et êtes enceinte de plus de 10 semaines
- Vous ou votre partenaire recevez le Crédit d'Impôt Travail "run-on" seulement. (le Crédit d'Impôt Travail "run-on" est le Crédit d'Impôt Travail que vous recevez pendant les quatre semaines immédiatement après avoir cessé de travailler 16 heures ou plus par semaine)

Pour trouver si votre famille gagne 408 £ ou moins par mois grâce à un emploi en même temps qu'en touchant le Crédit Universel, regardez votre salaire net pendant cette période indiquée sur votre notification mensuelle de Crédit Universel accordé.

German (Deutsch)

Healthy Start Vouchers

Erhalten Sie Hilfe beim Kauf von Lebensmitteln und Milch (The Healthy Start scheme).

Dies ist ein nationales Programm, das vom NHS betrieben wird.

Was ist Healthy Start?

Wenn Sie schwanger sind oder Kinder unter 4 Jahren haben, können Sie alle 4 Wochen kostenlose Gutscheine oder Zahlungen erhalten, die Sie ausgeben können für:

- Kuhmilch
- Frisches, gefrorenes oder konserviertes Obst und Gemüse
- Säuglingsmilch
- Frische, getrocknete, und konservierte Hülsenfrüchte

Sie erhalten:

- £ 4,25 jede Woche Ihrer Schwangerschaft (ab der 10. Woche Ihrer Schwangerschaft)
- £ 8,50 pro Woche für Kinder von der Geburt bis zum 1. Lebensjahr
- £ 4,25 pro Woche für Kinder zwischen 1 und 4 Jahren

Ihr Geld endet nach dem 4. Geburtstag Ihres Kindes, oder wenn Sie keine Leistungen mehr erhalten.

Wo kann ich die Gutscheine einlösen?

Sie können Ihre „Healthy Start“-Gutscheine in jedem Geschäft einlösen, das für die Teilnahme an dem Programm registriert ist. Viele Geschäfte akzeptieren „Healthy Start“-Zahlungen und -Gutscheine, darunter:

- Kleine Eckläden
- Lebensmittelgenossenschaft (Co-op)
- Gemüsehändler
- Marktstände
- Milchwagen
- Apotheken
- Supermärkte

Voraussetzungen

Sie qualifizieren sich für das „Healthy Start“ - Programm, wenn Sie mindestens 10 Wochen schwanger sind oder mindestens ein Kind unter 4 Jahren haben.

Darüber hinaus müssen sie eine der folgenden Leistungen erhalten:

- Kinderfreibetrag (nur wenn das Jahreseinkommen Ihrer Familie £16.190 oder weniger beträgt)
- Sozialhilfe
- Einkommensabhängige Arbeitslosenunterstützung (Jobseeker's Allowance)
- Rentenkredit (der den Kinderzusatz enthält)
- Universalkredit (nur wenn das Nettoeinkommen Ihrer Familie aus einer Beschäftigung £408 oder weniger pro Monat beträgt)

Sie haben auch Anspruch auf „Healthy Start“, wenn:

- Sie sind unter 18 und schwanger, auch wenn sie keine Leistungen in Anspruch nehmen
- Sie haben Anspruch auf einkommensabhängige Beschäftigungs- und Unterstützungsbeihilfe (ESA) und sind über 10 Wochen schwanger
- Sie oder Ihr Partner erhalten den weiterlaufenden Erwerbstätigengenfreibetrag. (Weiterlaufender Erwerbstätigengenfreibetrag ist der Erwerbstätigengenfreibetrag, den sie in den 4 Wochen unmittelbar nach Beendigung einer Arbeitszeit von 16 Stunden oder mehr pro Woche erhalten)

Um herauszufinden, ob Ihre Familie 408 £ oder weniger pro Monat aus einer Beschäftigung verdient, während sie Universalkredit beantragen, sehen sie sich Ihr "Nettoeinkommen für diesen Zeitraum" auf Ihrem monatlichen Universalkredit-Bescheid an.

Gujarati (ગુજરાતી) હેલ્દી સ્ટાર્ટ વાઉચર્સ અનુવાદ

ઓરાક અને દૂધ ખરીદવા માટે મદદ મેળવો (પ હેલ્દી સ્ટાર્ટ સ્કીમ).
આ એક રાષ્ટ્રીય યોજના છે જે NHS દ્વારા ચલાવવામાં આવે છે.

સ્વસ્થ શરૂઆત શું છે?
જો તમે ગર્ભવતી હો અથવા 4 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો હોય તો તમે દર 4 અઠવાડિયે મફત
વાઉચર અથવા ચૂકવણી મેળવી શકો છો:

ગાયનું દૂધ
તાજા, સ્થેર અથવા ડબ્બાવાળા ફળ અને શાકભાજ
શિશુ સૂત દૂધ
તાજા, સૂકા અને ટીનવાળા કઠોળ

તમને મળશે. મેળવો:

તમારી ગર્ભાવસ્થાના દર અઠવાડિયે 25 4.25 (તમારી ગર્ભાવસ્થાના 10 મા સપ્તાહથી)
birth 8.50 જન્મથી 1 વર્ષ સુધીના બાળકો માટે
દર અઠવાડિયે and 4.25 દર અઠવાડિયે 1 થી 4 વર્ષના બાળકો માટે
તમારા પૈસા તમારા બાળકના ચોથા પછી બંધ થઈ જશે. જન્મદિવસ, અથવા જો તમે હવે લાભો
પ્રાપ્ત કરશો નહીં.

હું વાઉચર ક્યાં વાપરી શકું?
તમે યોજનામાં ભાગ લેવા માટે નોંધાયેલ કોઈપણ દુકાનમાં તમારા હેલ્દી સ્ટાર્ટ વાઉચર્સનો
ઉપયોગ કરી શકો છો. ઘણી દુકાનો હેલ્દી સ્ટાર્ટ પેમેન્ટ અને વાઉચર સ્વીકારે છે, જેમાં નીચેનાનો
સમાવેશ થાય છે:

કોર્નર શોપ્સ
કૂડ કો-ઓપ્સ
ગ્રીનગ્રોસર્સ
માર્કેટ સ્ટોલ્સ
દૂધ ફ્લોટ્સ અથવા વાન
ફાર્મસી
સુપરમાર્કેટ્સ

પાત્રતાઈરશો
જો તમે ઓછામાં ઓછા 10 અઠવાડિયાના ગર્ભવતી હોવ અથવા તમારી પાસે હોય તો તમે હેલ્દી
સ્ટાર્ટ સ્કીમ માટે લાયક ઓછામાં ઓછું એક બાળક જેની ઉંમર 4 વર્ષથી ઓછી છે.
વધુમાં, તમારે નીચેનામાંથી કોઈ પણ મેળવવું આવશ્યક છે:

બાળ કર કેડિટ (જો તમારા પરિવારની વાંચિક આવક, 16,190 અથવા ઓછી હોય તો જ)
આવક આધાર
આવક આધારિત જોબસીકર્સ ભથ્થું
પેન્શન કેડિટ (જેમાં બાળકનો સમાવેશ થાય છે.)
યુનિવર્સિલ કેડિટ (તો જ તમારા પરિવારની પગાર લો ધર ₹ 408 અથવા દર ઓછા રોજગાર થી
મહિનો)હશે:

તમે પણ સ્વસ્થ પ્રારંભ માટે લાયક જો

જો તમે 18 અને ગર્ભવતી હેઠળ છો, તો તમે કોઈપણ લાભોદાવો નથી પણ જો
તમે દાવોઆવક સંબંધિત રોજગાર અને સહાય ભથ્થું (ESA) અને 10 અઠવાડિયાથી વધુ ગર્ભવતી
હોય તો

તમે અથવા તમારા સાથીને માત્ર વર્કિંગ ટેક્સ કેડિટ રન-ઓન મળે છે. (વર્કિંગ ટેક્સ કેડિટ રન-ઓન
એ વર્કિંગ ટેક્સ કેડિટ છે જે તમે અઠવાડિયામાં 16 કલાક કે તેથી વધુ કામ કરવાનું બંધ કર્યો પછી
તરત જ 4 અઠવાડિયામાં મેળવો છો.)

એ જાણવા માટે કે તમારું કુદુંબ રોજગારમાંથી 8 408 અથવા તેનાથી ઓછું કમાય છે જ્યારે
યુનિવર્સિલનો દાવો કરે છે. કેડિટ, તમારી માસિક સાર્વત્રિક કેડિટ પુરસ્કાર નોટિસ પર 'આ
સમયગાળા માટે તમારા ઘરે લઈ જાઓ' જુઓ.

Polish (Polskie)

Pomoc przy zakupach żywności i mleka (program Healthy Start).

Program ogólnokrajowy organizowany przez NHS.

Czym jest Healthy Start?

Jeżeli są Państwo w ciąży lub mają dzieci 4 roku życia, mogą Państwo otrzymać vouchers or oraz płatności bezpośrednie co 4 tygodnie, do wydania na:

- mleko krowie
- świeże, mrożone i konserwowane owoce i warzywa
- substytut mleka dla niemowląt
- świeże, suszone i konserwowane warzywa strączkowe

Otrzymają Państwo:

- £4.25 każdego tygodnia ciąży (poczynając od 10. tygodnia ciąży)
- £8.50 tygodniowo na dziecko od momentu urodzenia do ukończenia 1 roku życia
- £4.25 tygodniowo na dziecko w wieku od 1 do 4 roku życia

Płatności zostaną wstrzymane w momencie osiągnięcia przez dziecko 4 roku życia, lub w momencie ustania uprawnienia do świadczeń publicznych (benefits).

Gdzie mogę wykorzystać vouchersy?

Vouchersy Healthy Start można wykorzystać w każdym sklepie, który zarejestrował chęć uczestnictwa w programie. Wiele sklepów przyjmuje płatności i vouchersy Healthy Start, w tym:

- sklepy osiedlowe
- kooperatywy spożywcze
- sklepy warzywne
- sprzedawcy na targowiskach
- mleczarze
- apteki
- supermarkety

Kryteria

Mogą się Państwo zakwalifikować do programu Healthy Start, jeżeli są Państwo przynajmniej w 10. tygodniu ciąży lub mają Państwo przynajmniej jedno dziecko poniżej 4 roku życia.

Dodatkowo, muszą Państwo otrzymywać przynajmniej jedno z poniższych świadczeń:

- Child Tax Credit (wyłącznie przy rocznym dochodzie w rodzinie w wysokości £16,190 bądź niższym)
- Income Support
- Income-based Jobseeker's Allowance
- Pension Credit (w tym dodatek na dziecko, tzw. child addition)
- Universal Credit (wyłącznie przy dochodzie z pracy netto w rodzinie w wysokości £408 bądź niższym)

Mogą Państwo również spełnić kryteria otrzymania wsparcia w ramach programu Healthy Start, jeżeli:

- są osobą 18 i będącą w ciąży, również gdy nie otrzymują Państwo świadczeń publicznych (benefits)
- otrzymują Państwo świadczenie publiczne (benefit) income-related Employment and Support Allowance (ESA) i są w ciąży powyżej 10. tygodnia

- Państwo lub Państwa partner(ka) otrzymują wyłącznie tzw. run-on Working Tax Credit. (tzn. Working Tax Credit otrzymywany przez 4 tygodnie bezpośrednio po zaprzestaniu pracy przez 16 bądź więcej godzin tygodniowo)

Aby upewnić się, że Państwa rodzina posiada dochód netto z pracy w wysokości £408 miesięcznie lub niższy, przy jednoczesnym otrzymywaniu świadczenia Universal Credit, proszę sprawdzić pozycję 'take-home pay for this period' (dochód netto za dany okres) w comiesięcznej decyzji dotyczącej wysokości świadczenia Universal Credit..

Punjabi (ਪੰਜਾਬੀ)

ਹੈਲਥੀ ਸਟਾਰਟ ਵਾਊਚਰ

ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਮਦਦ (ਹੈਲਥੀ ਸਟਾਰਟ ਸਕੀਮ).
ਇਹ ਸਕੀਮ ਨ.ਹ.ਸ. ਵਲੋਂ ਚਲਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ

ਹੈਲਥੀ ਸਟਾਰਟ ਕੀ ਹੈ?
ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਚੇ 4 ਸਾਲ ਤੋਂ ਬਲੇ ਹਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫਤ ਵਾਊਚਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਮੈਂਟ ਹਰ 4 ਹਫ਼ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇੱਥੇ ਲਈ:

- ਗਾਂਦਾ ਦੁਧ
- ਤਾਜਾ, ਹਮੇ (ਫੇਜ਼ਨ), ਜਾਂ ਡਬੀ ਵਾਲੇ ਫਲ ਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ
- ਬਚੇਆਂ ਦਾ ਦੁਧ
- ਤਾਜਾ, ਸੋਕਾ ਜਾਂ ਡਬੀ ਵਾਲੇ ਦਾਲ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੇਗਾ:

- £4.25 (£4.25) ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ ਹੋਣਦੇ (ਦਸਵੇਂ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ)
- £8.50 (£8.50) ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 1 ਸਾਲ ਤੋਂ ਛੇਠੇ ਬਚੇਆਂ ਲਈ
- £4.25 (£4.25) ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 1 ਸਾਲ ਤੋਂ 4 ਸਾਲ ਦੇ ਬਚੇਆਂ ਲਈ

ਤੁਹਾਡੇ ਬਚੇ ਦੇ 4 ਵੱਡੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੋਂ ਬਾਬਾਂਦ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੈਨਿਫਿਟ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਬਾਂਦ ਇਹ ਬੈਨਿਫਿਟ ਬੰਦ ਹੋਣਗੇ।

ਇਹ ਵਾਊਚਰ ਕਿਥੇ ਇਸਤਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਕੋਈ ਵੀ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚ ਜੋ ਇਸ ਸਕੀਮ ਵਿਚ ਹਿਸਾ ਲੈ ਰਹੀ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਦੁਕਾਨਾਂ ਹੈਲਥੀ ਸਟਾਰਟ ਵਾਊਚਰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਣ ਲਈ:

- ਕੋਨੇ ਦੀ ਦੁਕਾਨ
- ਭੋਜਨ ਸੱਹਿ
- ਹਰਾ ਕਰਿਆਨੇ
- ਮਾਰਕੀਟ ਸਟਾਲ
- ਦੁਧ ਡਿਲਿਵਰੀ ਵਾਲੇ
- ਫਾਰਮੇਸੀ
- ਸੂਪਰ ਮਾਰਕੀਟ

ਯੋਗਤਾ

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਕੀਮ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ 10 ਹਫ਼ਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਕ ਬਚਾ 4 ਸਾਲ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਇਕ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ:

- ਚਾਈਲਡ ਟੈਕਸ ਕੈਂਡਿਟ (ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਇਨਕਮ £16,150 (£16,190) ਤੋਂ ਕੱਟ)
- ਇਨਕਮ ਸਪੇਰਟ
- ਇਨਕਮ ਜੱਬੇਸੀਕਰ ਅਲੋਵੰਸ
- ਪੈਨਸ਼ਨ ਕੈਂਡਿਟ
- ਯੂਨਿਵਰਸਲ ਕੈਂਡਿਟ (ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਇਨਕਮ £408 (£408) ਤੋਂ ਕੱਟ)

ਇਸਦੇ ਇਲਾਵਾ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਕੀਮ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਹੈ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਭਲੇ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਬੈਨਿਫਿਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ ਹਨ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਕਮ ਸਬੰਧਤ ਐਪਲ੍ਯਾਮੰਟ ਤੇ ਸਪੇਰਟ ਅਲੋਵੰਸ (ESA) ਅਤੇ 10 ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ
- ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਰਨ-ਐਨ ਵਰਕਿੰਗ ਟੈਕਸ ਕੈਂਡਿਟ ਮਿਲਦਾ ਹੈ (ਰਨ-ਐਨ ਵਰਕਿੰਗ ਟੈਕਸ ਕੈਂਡਿਟ ਉਹ ਟੈਕਸ ਕੈਂਡਿਟ ਹੈ ਜੋ 16 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਮ ਫਡਣ ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ)

ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਜੇ £408 ਤੋਂ ਘੱਟ ਇਨਕਮ ਕਮਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਅਪਣੇ ਮਹੀਨੇਵਾਰੀ ਯੂਨਿਵਰਸਲ ਕੈਂਡਿਟ ਤੋਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖੋ 'take-home pay for this period'.

Pashto (پښتو)

سلام بیل واوچر ژباره

(د خوارو او شیدو پېرود لپاره مرسته ترلاسه کړي (د صحي پیل سکيم لخوا پرمخ ورل کېري NHS دا یو ملي سکيم دی چې د

سلام بیل څه شی دی؟

که لاندي د 4 کلنۍ تاسو حامله لري او یا ماشومان چې تاسو کولای شي په وریا کوپونونه او یا د پیسو هر 4 اوونيو ترلاسه پر ولګوي

- د غوا د شیدو د
- د سبو او میوو tinned نازه، کنګل يا
- د ماشومانو د پودري شیدو څخه
- دال tinned نازه، وچ، او

تاسو به ترلاسه کړي:

- (ستاسو د امیندواری هره اوئي 4.25 25 (ستاسو د امیندواری 10 مه اوئي څخه هره اوئي د زېرون څخه تر یو کال پوري ماشومانو لپاره 8.50 پونډه هره اوئي د 1 څخه
- تر 4 کالو ماشومانو لپاره 25 4.25

ستاسو پیسې به ستاسو د ماشوم څلورم وروسته ودرېږي. د زېرون ورڅ ، یا که تاسو نور ګټه نه ترلاسه کوي

زه چېرته تنکري کارولي شم؟

تاسو کولی شي په هر پلورنځي کي چې د سکيم کي برخه اخیستو لپاره راجستر شوي وي د خپل سالم بیل واوچر وکاروی. دېږي پلورنځي د صحي پیل تادیات او واوچر مني ، پېشمول دې: د

- کونچ پلورنځيو
- خوارو همکاري د ګرین
- ګروس
- مارکېټ سټالونه د
- شیدو فلوټس یا د وان
- درملتون
- سوپر مارکېټونه

ورتیا

تاسو به د صحي پیل سکيم لپاره ورتیا ولري که تاسو لږتیلړه 10 اوئي امیندواره یاست یا تاسو په کي یاست. لږتیلړه یو ماشوم چې له 4 څخه کم وي.

سرېږره پردي ، تاسو باید لاندي کوم یو ترلاسه کړي: د

- ماشوم مالي کريبيت (بوازې هغه وخت چې ستاسو د کورني کلنۍ عايد، 16 یا لېږ وي) دمونډونکي
- عايد ملاتر
- عايد پراساس د کارتخصيص
- (تقاعد کريبيت (چې پکي د ماشوم اضافه شامل دي
- بد تولیز پور (که تاسو د کورني ګټه پورته کړي، د کور د معاشونو £ 408 او یا په هر څخه د کار میاشت لې) ده

تاسو به هم د رو غتیا د پیل مستحق وي که

- تاسو د 18 او حامله کوو، آن که تاسو نه هر ډول ګتابدعا او د 10 اوونيو څخه دېر امیندواره (ESA) تاسو ادعا عايد پوري اړوند د کارموندنی او ملاتر تخصيص
- پاست تاسو یا ستاسو ملګري بوازې د کاري مالي کريبيت پرمخ وری. (د کاري ټیک کريبيت چلول د کاري ټیک کريبيت دی
- چې تاسو په 4 اوونيو کي ترلاسه کوئ سډلاسه وروسته له هغې چې تاسو په اوئي کي 16 ساعته یا دېږ کار بند) د کړي ویدي مونډلو لپاره چې ایا ستاسو کورني د دندې څخه هره میاشت 408 یورو یا لېږ عايد ترلاسه کوئ پداسي حال کي چې یونیورسل ادعا کوي. کريبيت ، ستاسو د میاشتني یونیورسل کريبيت جائزی خبرتیا کي 'د دی مودي لپاره کور ته تګ' وګوري

Urdu (اردو)

صحت مند آغاز و اؤچر ز ترجمہ

کھانے اور دودھ خریدنے میں مدد حاصل کریں (صحت مند آغاز اسکیم)۔
نے چلایا ہے۔ NHS یہ ایک قومی اسکیم ہے جسے

صحت مند آغاز کیا ہے؟

سال سے کم عمر آپ ربے بین، حاملہ بین یا بچے سمیت آپ پر خرچ کرنا بر 4 بفتوں مفت و اؤچر یا ادائیگی حاصل کر سکتے ہیں 4

- گائے کے دودھ
- پہل اور سبزیاں Tinned تازہ، منجمد یا
- بچے فارمولہ دودھ
- تازہ، خشک، اور ٹن دالیں

آپ: حاصل کریں

- (آپ کے حمل کے بر بفتے 25 4.25 آپ کے حمل کے 10 ویں بفتے سے
- بر بفتے پیدائش سے لے کر 1 سال birth 8.50 week 4.25 تک کے بچوں کے لیے
- آپ کے پیسے آپ کے بچے کے چوتھے کے بعد رک جائیں گے۔ سالگرہ، یا اگر آپ کو مزید فوائد نہیں ملتے ہیں۔

میں واؤچر کہاں استعمال کر سکتا ہوں؟

آپ اسکیم میں حصہ لینے کے لیے رجسٹرڈ کسی بھی دکان میں اپنے صحت مند اسٹارٹ واؤچر استعمال کر سکتے ہیں۔ بہت سی دکانیں صحت مدنامہ ادائیگیوں اور واؤچر کو قبول کرتی ہیں، بشمول

- کونسے کی دکانوں کے
- فوڈ
- کواپس گرین گروسرز
- مارکیٹ کے اسٹالز
- دودھ کے فلوشیں یا وین
- فارمیسی
- سپر مارکیٹوں کی

ابلیت

اگر آپ کم از کم 10 بفتوں کی حاملہ بین یا آپ کو کم از کم ایک بچے 4 کے تحت کہ اس کے علاوہ کی، آپ درج ذیل میں سے کسی وصول کیا جانا چاہیے

- (چائلڈ ٹیکس کریڈٹ آپ کے خاندان کی سالانہ آمدنی £ 16.190 یا اس سے کم بے صرف اس صورت میں انکم سپورٹ
- آمدنی کی بنیاد پر جاب سیکرر الائنس
- (پنشن کریڈٹ (بچے کے علاوہ بھی شامل ہے جس
- یا روزگار سے کم 408 یونیورسل کریڈٹ (صرف اس صورت میں جب آپ کے خاندان کی گھر واپسی

بے آپ صحت مند آغاز کے ابل بھی ہوں گے اگر

- آپ کی عمر 18 سال سے کم ہو اور حاملہ ہو، یہاں تک کہ اگر آپ کسی بھی فوائد کا دعویٰ نہیں اور 10 بفتوں سے زیادہ حاملہ ہیں (ESA) کر ربے بین آمدنی سے متعلق روزگار اور امدادی الائنس
- آپ کو یا آپ کے ساتھی کو صرف ورکنگ ٹیکس کریڈٹ ملتا ہے۔ (ورکنگ ٹیکس کریڈٹ رن ان ورکنگ ٹیکس کریڈٹ بے جو آپ کو 4 بفتوں میں وصول ہوتا ہے جب آپ نے فی بفتہ 16 گھنٹے یا اس سے زیادہ کام کرنا چھوڑ دیا ہے یہ جانتے کے لیے کہ آیا آپ کا خاندان روزگار سے 408 ڈالر یا اس سے کم کمائتا ہے جبکہ یونیورسل کا دعویٰ کرتا ہے۔ کریڈٹ، اپنے ماہانہ یونیورسل کریڈٹ ایوارڈ نوٹس پر اپنی 'گھر لے جانے کی ادائیگی' دیکھیں۔

Turkish (Türkçe)

Sağlıklı başlangıç kuponları çeviri

Gıda ve süt için yardım al (Sağlıklı başlangıç programı).
Bu program, NHS tarafından yürütülen ulusal bir programdır.

Sağlıklı başlangıç nedir?

Eğer hamileyseñiz ya da 4 yaşından küçük çocuğunuz varsa, aşağıda yer alan ürünlerde harcamak üzere her 4 haftada bir ücretsiz kupon ya da ödeme alabilirsiniz.

- İnek sütü
- Taze, dondurulmuş ya da konserve meyve ve sebzeler
- Yeni doğan sütü
- Taze, kurutulmuş ya da konserve baklagiller

Alacağınız kuponlar:

- Hamilelik boyunca her hafta £4.25 (hamileliğin 10.haftasından itibaren)
- Çocukların doğumundan 1 yaşına kadar her hafta £8.50
- 1-4 yaş arası çocuklar için her hafta £4.25

Para yardımı, çocuğun 4 yaşına girdiği tarihte duracak ve bu tarihten itibaren yardım alamayacaksınız.

Kuponları nerede kullanabilirim?

Sağlıklı başlangıç kuponlarını, bu programda yer almak için kayıt olan herhangi bir dükkannda kullanabilirsiniz,

Aşağıdaki kategorilerde yer alan bir çok dükkan Sağlıklı başlangıç kupon ve ödemelerini kabul etmektedir:

- Köşebaşı dükkanlar
- Gıda kooperatifleri
- Manavlar
- Pazar standları
- Sütçü arabaları ve kamyonetleri
- Eczaneler
- Süper marketler

Koşullar

Sağlıklı başlangıç programından, en az 10 haftalık hamile ya da 4 yaşından küçük en az bir çocuğunuz varsa faydalanabilirsiniz.

Ayrıca, aşağıda belirtilen yardımılardan her hangi birini almanız gerekmektedir:

- Çocuk vergi kredisi (yıllık geliri £16,190 ya da daha az olan aileler)
- Gelir desteği
- Gelire bağlı iş arayan ödeneği
- Emeklilik kredisi (çocuk paylarını da içeren)
- Genel kredi (aylık geliri £408 ya da daha az olan aileler)

Ayrıca, aşağıda yer alan şartları sağlamanız durumunda da Sağlıklı başlangıç programından faydalanabilirsiniz:

- 18 yaşından küçük ve hamile olmak, herhangi bir yardım almıyorsanız dahi,
- Gelirle alakalı iş bulma ve destek ödeneği talep etmiş ve 10 haftadan uzun süre hamileyseniz,
- Siz ya da partneriniz Çalışma Vergi kredisi (sadece “Sürekli”) alıyorsanız (Sürekli Çalışma Vergi kredisi, haftada 16 saat ya da daha fazla çalışmayı durdurduktan sonra 4 hafta içinde direkt olarak aldığınız bir Çalışma Vergi kredisidir.)

Genel kredi talep ederken, ailenizin aylık £408 ya da daha az kazandığını tespit etmek için, aylık Genel kredi karar bildiriminin “o döneme ait net gelir”ine bakınız.

Romanian (Română)

Healthy Start Vouchers translation

Get help to buy food and milk (The Healthy Start scheme).

Primește ajutor pentru a cumpăra mâncare și lapte. (Programul Început Sănătos)

This is a national scheme ran by the NHS.

Este un program național condus de NHS (National Health System - Sistemul de sănătate național).

What is Healthy Start?

Ce este Healthy Start?

If you're pregnant or have children under the age of 4 you can get free vouchers or payments every 4 weeks to spend on:

Dacă ești însărcinată sau ai copii sub 4 ani poți primi vouchere gratis sau plăti o dată la 4 săptămâni pentru a cumpăra:

- cow's milk
 - Lapte de vacă
- fresh, frozen or tinned fruit and vegetables
 - Fructe și legume proaspete, congelate sau conservate
- infant formula milk
 - Lapte praf pentru bebeluși
- fresh, dried, and tinned pulses
 - Leguminoase proaspete, uscate și conservate

You'll get:

Vei primi:

- £4.25 each week of your pregnancy (from the 10th week of your pregnancy)
 - £4.25 în fiecare săptămână a sarcinii (de la a 10-a săptămână a sarcinii)
- £8.50 each week for children from birth to 1 year old
 - £8.50 în fiecare săptămână pentru copii de la naștere la un an
- £4.25 each week for children between 1 and 4 years old
 - £4.25 în fiecare săptămână pentru copii între un an și 4 ani

Your money will stop after your child's 4th birthday, or if you no longer receive benefits.

Banii se vor opri după a patra zi de naștere a copilului, sau dacă nu mai primiți beneficii.

Where can I use the vouchers?

Unde pot folosi voucherele?

You can use your Healthy Start vouchers in any shop that is registered to take part in the scheme.

Lots of shops accept Healthy Start payments and vouchers, including:

Poți folosi vouchere Healthy Start în orice magazin care este înregistrat în program. Foarte multe magazine acceptă plăți Healthy Start și vouchere, incluzând:

- corner shops
 - Magazine de colț
- food co-ops
 - Co-operative de mâncare
- greengrocers
- market stalls
 - Tarabe de piață
- milk floats or vans
 - Mașini de lapte
- Pharmacies
 - Farmacii
- Supermarkets
 - Supermarketuri

Eligibility

Eligibilitate

You'll qualify for the Healthy Start scheme if you're at least 10 weeks pregnant or you have at least one child that's under 4.

Vă încadrați în programul Healthy Start dacă sunteți însărcinată cel puțin în săptămâna a 10-a sau aveți cel puțin un copil de sub 4 ani.

In addition, you must be receiving any of the following:

In plus, trebuie sa primiți unul din următoarele:

- Child Tax Credit (only if your family's annual income is £16,190 or less)
 - Alocătie pentru copil - pentru familii cu venit de pana la £16,190 pe an
- Income Support
 - Alocătie pentru venit
- Income-based Jobseeker's Allowance
 - Alocătie pentru persoane aflate în căutarea unui loc de munca
- Pension Credit (which includes the child addition)
 - Alocătie pentru pensie (care include copilul)
- Universal Credit (only if your family's take-home pay is £408 or less per month from employment)
 - Alocătie universală - pentru familii cu venit de pana la £408 pe luna

You will also be eligible for Healthy Start if:

De asemenea, sunteți eligibil dacă:

- you're under 18 and pregnant, even if you are not claiming any benefits
 - Aveți sub 18 ani și sunteți însărcinată, chiar dacă nu aveți beneficii
- you claim income-related Employment and Support Allowance (ESA) and are over 10 weeks pregnant
 - Primiți alocătie legată de venit și sunteți însărcinată în peste 10 săptămâni
- you or your partner get Working Tax Credit run-on only. (Working Tax Credit run-on is the Working Tax Credit you receive in the 4 weeks immediately after you have stopped working for 16 hours or more per week)
 - Dvs. sau partenerul dvs. primiți doar run-on Working Tax Credit. (run-on Working Tax Credit este alocatia pe care o primiți în cele 4 săptămâni de după ce nu mai lucrați cel puțin 16 ore pe săptămână)

To find out if your family earns £408 or less per month from employment whilst claiming Universal Credit, look at your 'take-home pay for this period' on your monthly Universal Credit award notice.

Pentru a afla dacă familia Dvs. castiga cel mult £408 pe luna ca venit în timp ce primește alocătie universală (Universal Credit), uitați-vă la 'take-home pay for this period' (banii luați acasă pentru aceasta perioada) pe analiza lunară de la Universal Credit.

Spanish (Español)

Traducción de cupones de Healthy Start

Obtenga ayuda para comprar alimentos y leche (programa Healthy Start).
Este es un esquema nacional dirigido por el NHS.

Que es Healthy Start?

Si está embarazada o tiene hijos menores de 4 años, puede obtener cupones o pagos gratuitos cada 4 semanas para gastar en:

- leche de vaca
- frutas y verduras frescas, congeladas o en conserva
- leche de fórmula infantil
- legumbres frescas, secas y enlatadas

Usted Obtendrá:

- £ 4.25 cada semana de su embarazo (desde la décima semana de su embarazo)
- £ 8.50 cada semana para niños desde el nacimiento hasta 1 año
- £ 4.25 cada semana para niños entre 1 y 4 años

Su dinero se detendrá después de que su hijo cumpla 4 años o si ya no recibe beneficios.

¿Dónde puedo utilizar los cupones?

Puede utilizar sus cupones Healthy Start en cualquier tienda que esté registrada para participar en el programa. Muchas tiendas aceptan pagos y cupones de Healthy Start, que incluyen:

- Las tiendas de la esquina
- cooperativas de alimentos
- fruterías
- puestos de mercado
- flotadores de leche o camionetas
- farmacias
- supermercados

Elegibilidad

Calificará para el programa Healthy Start si tiene al menos 10 semanas de embarazo o si tiene al menos un hijo menor de 4 años.

Además, debe recibir cualquiera de los siguientes:

- Crédito tributario por hijos (solo si el ingreso anual de su familia es de £ 16,190 o menos)
- Apoyo a los ingresos
- Asignación por búsqueda de empleo basada en los ingresos
- Crédito de pensión (que incluye la adición del niño)
- Crédito universal (solo si el salario neto de su familia es de £ 408 o menos por mes del empleo)

También será elegible para Healthy Start si:

- es menor de 18 años y está embarazada, incluso si no reclama ningún beneficio
- Reclama un subsidio de empleo y manutención relacionado con los ingresos (ESA) y tiene más de 10 semanas de embarazo.
- usted o su pareja obtienen crédito fiscal para trabajar solamente. (El crédito tributario por trabajo acumulado es el crédito tributario por trabajo que recibe en las 4 semanas inmediatamente posteriores a haber dejado de trabajar 16 horas o más por semana)

Para saber si su familia gana £ 408 o menos por mes por el empleo mientras reclama el Crédito Universal, consulte su "pago neto para este período" en su aviso mensual de concesión de Crédito Universal.

Arabic (عربي)