

# Kupony "Healthy Start" (Zdrowy Start)

## Darmowe kupony na jedzenie

Healthy Start wyśle do ciebie co tydzień kupony na mleko, owoce, warzywa i mleko w proszku dla niemowląt.

Możesz także otrzymać bezpłatne witaminy.

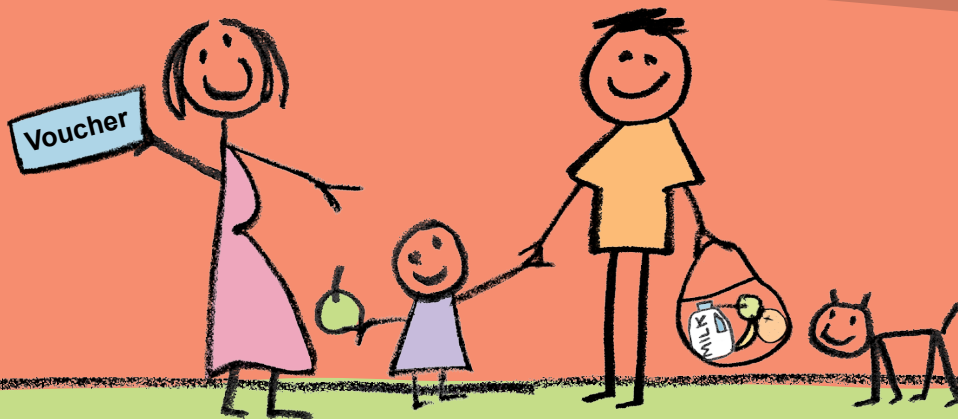
Aby dowiedzieć się więcej i aby złożyć wniosek, wejdź na stronę: [www.healthystart.nhs.uk](http://www.healthystart.nhs.uk) lub zapytaj położną, pielęgniarkę środowiskową lub ośrodek Family Hub.

Healthy Start można uzyskać, jeśli masz poniżej 18 lat i jesteś w ciąży

- kobiety w ciąży otrzymują kupon Healthy Start o wartości 3,10 funtów jeden raz w tygodniu
- niemowlęta w wieku poniżej jednego roku życia otrzymują dwa kupony tygodniowo o łącznej wartości 6,20 funtów
- dzieci w wieku powyżej 1 roku życia i poniżej 4 lat, otrzymują jeden kupon tygodniowo o wartości 3,10 funtów.

Healthy Start otrzymasz, jeśli jesteś w ciąży w co najmniej 10-ym tygodniu lub jeśli masz dziecko w wieku poniżej czterech lat i ty lub twoja rodzina otrzymujecie jedną lub więcej z następujących płatności:

- zasiłek Income Support
- zasiłek Jobseeker's Allowance w oparciu o dochody
- zasiłek Employment and Support Allowance w oparciu o dochody
- Child Tax Credit, gdzie dochód rodziny nie przekracza £16,190 w skali rocznej
- Pension Credit;
- Universal Credit bez żadnego dochodu z zarobków lub z całkowitym dochodem z zarobków nie przekraczającym dla całej rodziny £408 miesięcznie.



# HEALTHY START



Doncaster  
Council



**NHS**  
Doncaster and Bassetlaw  
Teaching Hospitals  
NHS Foundation Trust

**NHS**  
Rotherham Doncaster  
and South Humber  
NHS Foundation Trust