அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026

Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 பற்றி

1. Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 எதைப் பற்றியது?

உணவு, பானங்கள், இனிப்புகள் அல்லது மளிகைப் பொருட்களை வாங்கும் போது ஆரோக்கியமான தேர்வுகளை மேற்கொள்ள தனிநபர்களை ஊக்குவிக்க, Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 ("சவால்") சுகாதார மேம்பாட்டு வாரியத்தால் (HPB) ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு தகுதி பெறும் பொருளை வாங்குவதன் மூலமும், மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளைப் பெற முடியும், அதன்பிறகு வெகுமதிகளாக அவற்றை மீட்டெடுக்கலாம்.

2. Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 காலம் எப்போது?

Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 ஜனவரி 1, 2026 இல் தொடங்கி 31 டிசம்பர் 2026 அன்று முடிவடைகிறது.

சவாலில் சேர்தல்

3. Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026இல் சேர்வதற்கான தகுதி அளவுகோல்கள் என்ன?

பங்கேற்பாளர்கள் செல்லுபடியாகும் Healthy 365 கணக்கை வைத்திருக்க வேண்டும் மற்றும் காலண்டர் ஆண்டின் அடிப்படையில் சவாலில் சேர தகுதிபெற குறைந்தபட்சம் 17 வயது பூர்த்தியாகி இருக்க வேண்டும்.

பரிசுத் தகுதிக்கான கட்டுப்பாடுகள் பின்வரும் பங்கேற்பாளர்களின் குழுவிற்குப் பொருந்தும்:

- HPB இன் ஊழியர்கள் மற்றும்/அல்லது உடனடி குடும்ப உறுப்பினர்கள் (கணவன்/மனைவி, குழந்தைகள், பெற்றோர்கள் மற்றும்/அல்லது உடன்பிறந்தவர்களைக் குறிப்பிடுவது);
- நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ சவாலில் ஈடுபட்டுள்ள HPB நியமன விற்பனையாளரின் அனைத்து ஊழியர்களும் ("HPB விற்பனையாளர்கள்");
- நேரடியாக சவாலில் ஈடுபட்டுள்ள HPB விற்பனையாளர்களின் துணை ஒப்பந்ததாரர்களின் ஊழியர்கள் மற்றும்/அல்லது
- சவாலுக்கு HPB இன் ஆதரவு நிறுவனங்களின் அனைத்து ஊழியர்களும்.

மேலும் தகவலுக்கு, EatDrinkShopHealthy.gov.sg இல் பட்டியலிடப்பட்டுள்ள விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகளைப் பார்க்கவும்.

4. நான் Eat, Drink, Shop Healthy சவாலில் சேர விரும்பவில்லை, அதிலிருந்து நான் எப்படி விலகுவது?

சவாலில் இருந்து விலக, எங்கள் சுகாதார மேம்பாட்டு வாரிய உதவி எண்ணை 1800 223 1313 என்ற எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளலாம் அல்லது உதவிக்கு hpb_mailbox@hpb.gov.sg க்கு மின்னஞ்சல் அனுப்பலாம். 1800 சேவைகளுக்கான கைபேசி அழைப்புகளுக்கு ஒலிநேரக் கட்டணங்கள் பொருந்தும்.

ஆதரவு வழங்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்களில் மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளைப் பெறுதல்

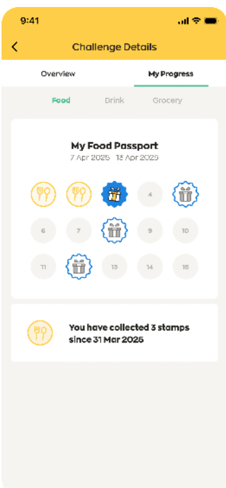
5. Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 க்கான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளை ஆதரவு வழங்கும் விற்பனை நிலையங்களில் வாங்குவது எப்படி?

Heathy 365 செயலியில் Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026இல் இணைந்த பிறகு, தகுதியான உணவு, பானம், இனிப்பு அல்லது மளிகைப் பொருட்களை வாங்க, நீங்கள் ஆதரவு வழங்கும் எந்த விற்பனை நிலையத்துக்கும் செல்லலாம்.

ஆதரவளிக்கும் விற்பனை நிலையத்திலிருந்து வாங்கப்படும் ஒவ்வொரு தகுதி பெறும் பொருளுக்கும், QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட் வழங்கப்படும். உங்களின் மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints களைப் பெற உங்கள் Healthy 365 செயலி மூலம் QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்து உங்களின் eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 பாஸ்போர்ட் வாங்கவும்.

பங்கேற்கும் உணவங்காடி நிலையங்களில் இருந்து வாங்கப்படும் தகுதி பெறும் பொருட்களுக்கு, Eat, Drink, Shop Healthy நிகழ்வுச் சாவடியில் உங்கள் கூப்பனுடன் உங்கள் QR டிக்கெட்டை மீட்டெடுக்கலாம். உணவங்காடி நிலையங்களில் இருந்து தகுதி பெறும் கொள்முதல் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, கேள்வி 33 மற்றும் 34 ஐப் பார்க்கவும்.

உணவு, பானங்கள் மற்றும் மளிகைப் பொருட்களுக்கான உங்கள் வாராந்திர முத்திரை முன்னேற்றம், சவாலின் மூலம் நீங்கள் முன்னேறும்போது, உங்களின் eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 பாஸ்போர்ட்டில் பதிவு செய்யப்படும்.



6. **QR ரசீதுக்கும் QR டிக்கெட்டுக்கும் என்ன வித்தியாசம்?**

வாங்கப்பட்ட ஒவ்வொரு தகுதியான பொருளுக்கும், நீங்கள் QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டைப் பெறுவீர்கள். QR ரசீது மற்றும் QR டிக்கெட் இரண்டும் ஸ்கேன் செய்யும் போது உங்கள் கணக்கில் தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளை வரவு வைப்பதற்கான ஒரே நோக்கத்திற்காக சேவை செய்கின்றன.

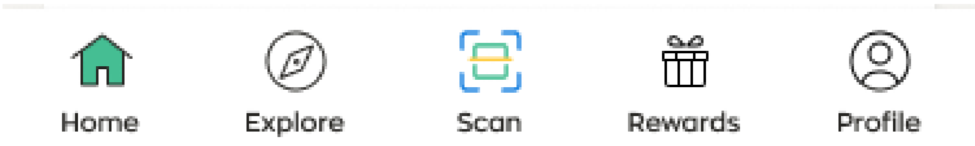
மேலும் விவரங்களுக்கு அட்டவணையைப் பார்க்கவும்:

	QR ரசீது	**QR டிக்கெட்**
படம் மாதிரி		
அது எவ்வாறு வழங்கப்படுகிறது?	QR குறியீடு நேரடியாக ரசீதில் அச்சிடப்பட்டுள்ளது. QR ரசீதில் உள்ள ஒற்றை QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யும் போது நீங்கள் வாங்கியதில் உள்ள தகுதிவாய்ந்த பொருட்களின் மொத்தத்துடன் தொடர்புடைய அனைத்து healthpointsகளையும் கொண்டிருக்கும். பங்கேற்பாளர் ஓர் ஆதரவளிக்கும் விற்பனை நிலையத்தில்	உங்கள் ரசீதுகளைப் பூர்த்தி செய்யும் QR குறியீட்டைக் கொண்ட ஒரு தனி டிக்கெட் சீட்டு. ஒவ்வொரு QR டிக்கெட்டும் வாங்கிய ஒரு தகுதி வாய்ந்த பொருளுக்கான healthpointsகளைக் கொண்டுள்ளது. நீங்கள் 2 பொருட்களை வாங்கியிருந்தால், நீங்கள் 2 QR டிக்கெட்டுகளைப் பெற வேண்டும். பங்கேற்பாளர் ஓர் ஆதரவளிக்கும் விற்பனை நிலையத்தில்

	தகுதிபெறும் பொருளை வாங்கும் போது காசாளரிடம் QR குறியீடு கொண்ட டிக்கெட் சீட்டைக் கோர வேண்டும்.	தகுதிபெறும் பொருளை வாங்கும் போது காசாளரிடம் QR குறியீடு கொண்ட டிக்கெட் சீட்டைக் கோர வேண்டும்.

7. QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்ய Healthy 365 செயலியில் ஸ்கேனரை நான் எங்கே கண்டுபிடிப்பது?

உங்கள் Healthy 365 செயலியில் உள்நுழைந்த பிறகு, ஸ்கேனரை திரையின் அடிப்பகுதியில் காணலாம். தொடர "Scan" ஐகானைக் கிளிக் செய்யவும்.



8. QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்வதற்கு மாற்று முறை உள்ளதா?

உங்கள் QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டின் படம் அல்லது திரையின் படத்தை நீங்கள் எடுத்து, அதைச் செயலாக்க உங்கள் Healthy 365 செயலியில் பதிவேற்றலாம்.

இதைச் செய்ய, Healthy 365 செயலியில் உங்கள் ஸ்கேனரைத் துவக்கி, மேல் வலது மூலையில் உள்ள "image" ஐகானைத் தட்டவும். தேர்வு செய்ய அதன் பிறகு உங்கள் கைபேசியின் பட நூலகத்திற்கு நீங்கள் அனுப்பப்படுவீர்கள்.

9. QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டின் செல்லுபடியாகும் காலம் என்ன?

அனைத்து QR ரசீதுகளையும் QR டிக்கெட்டுகளையும் வாங்கியவுடன் உடனடியாக ஸ்கேன் செய்யுமாறு நாங்கள் மிகவும் ஊக்குவிக்கிறோம்.

QR ரசீதுகள் மற்றும் QR டிக்கெட்டுகள் வாங்கிய தேதியிலிருந்து அடுத்த காலண்டர் நாளின் முடிவில் காலாவதியாகும். (எ.கா. 1 ஜனவரி 2026 அன்று பொருள் வாங்கப்பட்டிருந்தால், QR குறியீடு 2 ஜனவரி 2026, 2359 மணிநேரத்திற்குள் காலாவதியாகும்).

ஒருமுறை காலாவதியானால், QR ரசீதுகள் மற்றும் QR டிக்கெட்டுகள் செல்லாது மற்றும் திருப்பிச் செலுத்துவதற்கு தகுதி பெறாது.

10. ஒவ்வொரு QR ரசீதையும் அல்லது QR டிக்கெட்டையும் எத்தனை முறை ஸ்கேன் செய்யலாம்?

ஸ்கேனிங் முடிவைப் பொருட்படுத்தாமல், ஒவ்வொரு QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டையும் ஒருமுறை மட்டுமே ஸ்கேன் செய்ய முடியும்; மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints வெற்றிகரமாக வரவு வைக்கப்பட்டிருந்தால் அல்லது மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints வாராந்திர வரம்பை மீறிவிடுதல் அல்லது பிற தொழில்நுட்ப சிக்கல்கள் போன்ற காரணங்களால் வரவு வைக்கப்படவில்லை என்றால்.

வாராந்திர வரம்பிற்குப் பிறகு நீங்கள் QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்திருந்தால், அது மீட்டெடுக்கப்பட்டதாகக் கருதப்படும் மற்றும் இனி செல்லாது. எனவே, QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட் திருப்பிச் செலுத்துவதற்கு அல்லது மற்றொரு பங்கேற்பாளருக்கு மாற்றுவதற்கு தகுதியற்றது.

தொழில்நுட்பச் சிக்கல்களால் வெளியிடப்படாத மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளுக்கு, கூடுதல் உதவிக்கு, எங்கள் வாடிக்கையாளர் சேவைக் குழுவை hpb_mailbox@hpb.gov.sg அல்லது 1800 223 1313 என்ற எண்ணில் வாங்கிய நாளிலிருந்து 7 காலண்டர் நாட்களுக்குள் தொடர்புகொள்ளலாம். 1800 சேவைகளுக்கான கைபேசி அழைப்புகளுக்கு ஒலிநேரக் கட்டணங்கள் பொருந்தும்.

11. சுய விற்பனை மையங்கள், சுய விற்பனை ஆர்டர் செய்யும் முகவைகள் அல்லது வெளிப்புற உணவு விநியோக பங்காளர்கள் மூலம் ஒரு விற்பனை மையத்திலிருந்து நான் வாங்கினால், நான் QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டைப் பெறுவேனா?

பின்வரும் பரிவர்த்தனைகளைத் தவிர்த்து, QR ரசீதுகள் காசாளர் மையங்கள் மற்றும் கடைகளில் சுய விற்பனை மையங்களில் வழங்கப்படும்:

- உங்கள் Healthy 365 செயலி உங்கள் FairPrice குழு செயலியுடன் இணைக்கப்பட்டிருந்தால் FairPrice, Unity மற்றும் Kopitiam FairPrice பரிவர்த்தனைகள் குழு செயலி மூலம் காசாளர் மையங்கள், சுய விற்பனை மையங்கள் அல்லது Scan & Go மூலம் செலுத்தப்படும். பரிவர்த்தனைகள் இணைக்கப்பட்ட செயலிகளுக்கு தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints உங்கள் Healthy 365 கணக்கில் நேரடியாக எவ்வாறு வரவு வைக்கப்படும் என்பது குறித்து அறிந்து கொள்ள கேள்வி 20ஐப் பார்க்கவும்.

- நீங்கள் ரசீது மற்றும் HPB QR குறியீட்டை அச்சிடுவதற்குத் தேவையில்லை என்று தேர்வு செய்த சுய விற்பனை இயந்திரங்களில் செய்யப்படும் பரிவர்த்தனைகள்.
- சுய விற்பனை ஆர்டர் செய்யும் முகவை களிலிருந்து செய்யப்படும் ஆர்டர்கள், Scan & Go (உங்கள் Healthy 365 செயலி FairPrice குழு செயலியுடன் இணைக்கப்படவில்லை) மற்றும் விற்பனை மையத்தின் விருப்பத்திற்கு உட்பட்டு சுய சேகரிப்பு ஆர்டர்கள் உட்பட மூன்றாம் தரப்பு விநியோக சேவைகள்.

QR டிக்கெட்டுகளை வழங்கும் விற்பனை மையங்களில், QR டிக்கெட்டுகள் காசாளர் மையங்களில் இருந்து வாங்கும் பொருட்களுக்கு மட்டுமே வழங்கப்படும் மற்றும் இணையவழி இணையத்தளங்கள், கைபேசி செயலிகள் மற்றும்/அல்லது மூன்றாம் தரப்பு விநியோக தளங்கள் (சுய சேகரிப்பு ஆர்டர்கள் உட்பட) மூலம் செய்யப்படும் ஆர்டர்களுக்குப் பொருந்தாது. விற்பனை மையத்தின் விருப்பத்திற்கு உட்பட்டது.

ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களிடமிருந்து மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் HEALTHPOINTSகளைப் பெறுதல்

12. ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரின் இணையத்தளம் அல்லது கைபேசி செயலிகள் மூலம் வாங்கும் பொருட்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளை நான் எப்படிப் பெறுவது?

Healthy 365 செயலியில் Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026ல் சேர்ந்த பிறகு, உங்கள் Healthy 365 செயலியை ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரின் கணக்குடன் இணைக்க வேண்டும்.

Healthpoints மற்றும் மின்னிலக்க முத்திரைகள், பொருட்கள் விநியோகம் செய்யப்பட்டவுடன், இணையவழி கூட்டாளரால் பரிவர்த்தனை செயல்படுத்தப்பட்ட பிறகு, இணைக்கப்பட்ட Healthy 365 கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

13. எனது Healthy 365 செயலியை ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரின் செயலியுடன் நான் எவ்வாறு இணைப்பது?

உங்கள் Healthy 365 செயலியை ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரின் செயலியுடன் இணைக்க:

- உங்கள் Healthy 365 செயலியில் உள்நுழைக
- "Explore" தாவலில் தட்டவும், “Partners” என்பதைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்
- நீங்கள் இணைக்க விரும்பும் கூட்டாளர் செயலியைத் தேர்வுசெய்யவும்
- விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகளைப் படித்து ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
- உங்கள் ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர் செயலியில் உள்நுழைக.

உங்கள் உள்நுழைவு விவரங்கள் சரிபார்க்கப்பட்டதும், உங்கள் Healthy 365 செயலியுடன் ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளியின் கணக்கு

இணைக்கப்பட்டுள்ளது என்று உங்களுக்குத் தெரிவிக்கும் “Success” என்ற செய்தி உங்களுக்குத் தெரிவிக்கப்படும்.

மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints மற்றும்/அல்லது தகுதிபெறும் பொருட்களுக்கான வெகுமதிகளை சரிபார்ப்பதற்கும், வரவு வைப்பதற்கும் வசதியாக, கூட்டாளரின் செயலி மற்றும்/அல்லது இணையவழி இணையத்தளத்தில் நீங்கள் வாங்குவது தொடர்பான அனைத்துத் தரவும் HPB உடன் பகிரப்படும் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

14. எனது Healthy 365 செயலியுடன் நான் இணைத்துள்ள அனைத்து ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களையும் எப்படிப் பார்ப்பது?

உங்கள் Healthy 365 செயலியுடன் இணைத்துள்ள இணையவழி கூட்டாளர்களின் பட்டியலைப் பார்க்க, Healthy 365 செயலியின் கீழ் உள்ள “Profile” தாவலுக்குச் சென்று, மேல் வலது மூலையில் உள்ள settings ஐகானைத் தட்டி, “Partner Accounts” என்பதைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். உங்கள் Healthy 365 செயலியுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களின் செயலிகளின் முழுப் பட்டியலையும் உங்களால் பார்க்க முடியும்.

மாற்றாக, இணைக்கப்பட்ட இணையவழி கூட்டாளர்களின் செயலிகளின் பட்டியலைக் காண, “Explore” தாவலில் இருந்து “Partners” பக்கத்தில் கிளிக் செய்யலாம். இணைக்கப்பட்ட கூட்டாளர் செயலிகள் பச்சை நிற “Linked” குறிச்சொல்லைக் கொண்டுள்ளன.

15. ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரிடமிருந்து எனது Healthy 365 செயலி இணைப்பை நீக்கிவிட்டால், மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints களைப் பெற முடியுமா?

இல்லை, உங்கள் Healthy 365 செயலியுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களிடமிருந்து உங்கள் இணையவழி கொள்முதல்களுக்கு மட்டுமே மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints வரவு வைக்கப்படும். ஒருமுறை இணைப்பு துண்டிக்கப்பட்டால், அதற்குப் பிறகு வாங்கப்பட்ட தகுதிபெறும் பொருட்களுக்கான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளைப் பெறமாட்டீர்கள்.

16. எனது Healthy 365 கணக்கில் எத்தனை ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர் செயலிகளை இணைக்க முடியும்?

உங்கள் Healthy 365 கணக்குடன் இணைக்கக்கூடிய ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களின் செயலியை எண்ணிக்கைக்கு வரம்பு இல்லை. இருப்பினும், ஒவ்வொரு இணையவழி கூட்டாளர் செயலியையும் ஒரு Healthy 365 கணக்குடன் மட்டுமே இணைக்க முடியும்.

17. எனது இணையவழி பரிவர்த்தனைகளுக்கான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints எனது Healthy 365 கணக்கில் எப்போது பிரதிபலிக்கும்

மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints, தகுதி பெறும் பொருட்கள் விநியோகம் செய்யப்பட்டவுடன் ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளரால் பரிவர்த்தனை செயல்படுத்தப்பட்ட பிறகு உங்கள் Healthy 365 கணக்கில் தானாகவே வரவு வைக்கப்படும்.

உங்கள் Healthy 365 செயலிக்கு தானியக்க அறிவிப்புகளை இயக்கியிருந்தால், மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints வரவு வைக்கப்படும் போது தானியக்க அறிவிப்பைப் பெறுவீர்கள். மேலும் Healthpoints புதுப்பிப்புகளுக்கான உங்கள் பரிவர்த்தனை வரலாற்றைப் பார்க்கலாம்.

18. எனது Healthy 365 செயலியுடன் நான் இணைக்கக்கூடிய ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்கள் யார்?

உங்கள் Healthy 365 செயலியுடன் இணைக்கக்கூடிய ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களைப் பார்க்க, Healthy 365 செயலியில் உள்ள “Explore” தாவலின் கீழ் உள்ள “Partners” என்பதைத் தட்டவும்.

மாற்றாக, ஆதரிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களின் முழுப் பட்டியலுக்கு EatDrinkShopHealthy.gov.sg இல் "Places To Win" என்பதற்குச் செல்லலாம்.

19. எனது Healthy 365 செயலியை FairPrice குழு செயலியுடன் இணைத்துள்ளேன், அனைத்து நேரடி FairPrice, Unity மற்றும் Kopitiam பரிவர்த்தனைகளுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் healthpointsகளைப் நான் பெற முடியுமா ?

உங்கள் Healthy 365 செயலியை உங்கள் Fairprice குழு செயலியுடன் இணைப்பதன் மூலம், Fairprice குழு செயலி மூலம் மட்டுமே பணம் செலுத்திய Fairprice, Unity மற்றும் Kopitiam நேரடி பரிவர்த்தனைகளுக்கு தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints Healthy 365 செயலியில் நேரடியாக வரவு வைக்கப்படும்.

Scan and Go பரிவர்த்தனைகளைத் தவிர்த்து, பிற கட்டண வகைகளில் செய்யப்படும் பரிவர்த்தனைகளுக்கு QR ரசீதுகள் உருவாக்கப்படும், Scan and Go பரிவர்த்தனைகளுக்கு QR ரசீதுகள் உருவாக்கப்படாது.

20. எனது Healthy 365 செயலியை FairPrice குழு செயலியுடன் இணைத்த பிறகு, எனது FairPrice இணையவழி ஆணைகளுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகளையும் Healthpointsகளையும் சம்பாதிக்க முடியுமா?

ஆம், உங்கள் Healthy 365 செயலியை உங்கள் Fairprice குழு செயலியுடன் இணைப்பதன் மூலம், Fairprice இணையவழி மூலம் வாங்கப்பட்ட தகுதி பெறும் பொருட்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints நேரடியாக உங்கள் Healthy 365 கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints, பொருட்கள் விநியோகிக்கப்பட்ட பின்பு , இணையவழி கூட்டாளரால் பரிவர்த்தனை செயலாக்கப்பட்ட பிறகு, இணைக்கப்பட்ட Healthy 365 கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

Healthy 365 செயலிக்கான தானியக்க அறிவிப்புகளை நீங்கள் இயக்கியிருந்தால், மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்பட்டவுடன் தானியக்க அறிவிப்புகள் மூலம் உங்களுக்குத் தெரிவிக்கப்படும், மேலும் உங்கள் பரிவர்த்தனை வரலாறு மூலம் அதைச் சரிபார்க்கலாம்.

உங்கள் Healthy 365 செயலியை FairPrice குழு செயலியுடன் இணைக்கவில்லை எனில், உங்கள் இணையவழி கொள்முதல்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints வரவு வைக்கப்படாது.

மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் HEALTHPOINTS - கணக்கீடு மற்றும் வாராந்திர வரம்புகள்

21. எனது கொள்முதல்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints எவ்வாறு வழங்கப்படுகின்றன, மேலும் ஒவ்வொரு கணக்கிற்கும் வரம்பு உள்ளதா?

நேரடி விற்பனை நிலையத்திலிருந்தோ அல்லது இணையவழி கூட்டாளரிடமிருந்தோ வாங்கப்பட்ட ஒவ்வொரு தகுதிவாய்ந்த ஆரோக்கியமான தேர்வுப் பொருளும், அந்தந்த பாஸ்போர்ட்டில் 1 முத்திரையை உங்களுக்கு வழங்கும் (1 உணவுப் பொருள் வாங்கினால் உங்கள் கணக்கிற்கு 1 உணவு முத்திரை வழங்கப்படும்)

ஒவ்வொரு முத்திரையும் உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும் அதனுடன் தொடர்புடைய அடிப்படை Healthpointsகளுடன் வருகிறது.

விவரங்களுக்கு கீழே உள்ள அட்டவணையைப் பார்க்கவும்:

வகை	**வாங்கப்படும் ஒவ்வொரு தகுதிப் பொருளுக்கும் மின்னிலக்க முத்திரை கொடுக்கப்பட்டுள்ளது**	**வகை அடிப்படையில் ஒவ்வொரு முத்திரைக்கும் அடிப்படை Healthpoints வழங்கப்பட்டுள்ளன**	**ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளரும் ஒரு வாரத்தில் சேகரிக்கக்கூடிய மின்னிலக்க முத்திரைகளின் அதிகபட்ச எண்ணிக்கை***
தகுதிபெறும் உணவு	1	10	15
தகுதி பெறும் பானம்	1	5	15

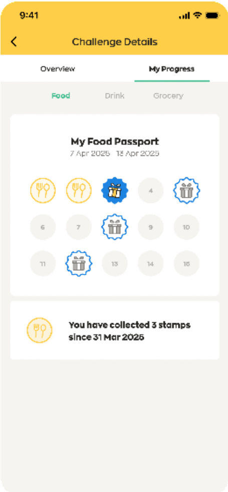
தகுதி பெறும் மளிகை	1	5	20

*ஒரு வாரம் என்பது திங்கள் முதல் ஞாயிறு வரையிலான சுழற்சியால் வரையறுக்கப்படுகிறது.

22. கடந்த வாரம் நான் சம்பாதித்த முத்திரைகள் ஏன் எனது பாஸ்போர்ட்டில் பிரதிபலிக்கவில்லை?

உணவு, பானம் மற்றும் மளிகை பாஸ்போர்ட் ஒவ்வொரு திங்கட்கிழமையும், 00:00 மணிநேரம் புதுப்பிக்கப்படும். பாஸ்போர்ட் வாரந்தோறும் புதுப்பிக்கப்படும்போதும், உங்களின் கடந்தகால மின்னிலக்க முத்திரைகள் உங்கள் முன்னேற்றத்தின் ஒரு பகுதியாகப் பதிவுசெய்யப்படுகின்றன.

முத்திரை நிலைகளில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள எண்களை பார்ப்பதன் மூலம் உங்கள் தற்போதைய முத்திரை எண்ணிக்கையைச் சரிபார்க்கலாம். இது இன்றுவரை சேகரிக்கப்பட்ட மின்னிலக்க முத்திரைகளின் எண்ணிக்கையுடன் ஒத்துப்போகும்.



வெற்றி நாட்கள் விற்பனை ஊக்குவிப்பு மற்றும் கூடுதல் போனஸ்

23. 'வெற்றி நாட்கள்' என்றால் என்ன?

"வெற்றி நாட்கள்" என்பது சவாலின் போது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நாட்களில் பங்கேற்கும் விற்பனை நிலையங்களிலிருந்தோ ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களிடமிருந்தோ பொருட்கள் வாங்கும்போது பன்மடங்கு Healthpoints வெற்றிகரமாக சம்பாதித்த ஒவ்வொரு முத்திரைக்கும் வழங்கப்படும்.

வெற்றி நாட்கள் பெருக்கி ஒவ்வொரு வகைக்கும் அடிப்படை புள்ளிகளுக்கு மட்டுமே பொருந்தும். மேலும் நீங்கள் பெற்ற கூடுதல் போனஸ் வெகுமதி Healthpointகளுக்கு இது பொருந்தாது.

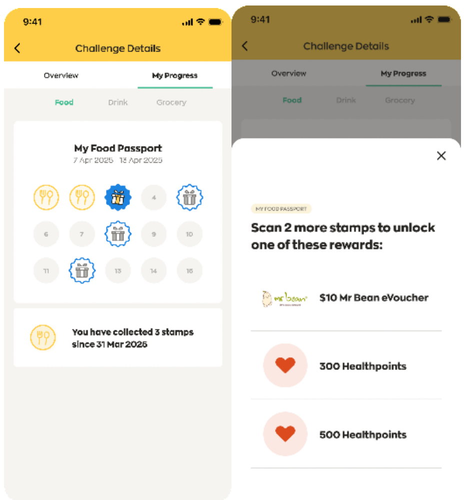
சமீபத்திய வெற்றி நாட்களைப் பார்க்க, EatDrinkShopHealthy.gov.sg இணையத்தளத்தை நாடவும்.

24. எனது பாஸ்போர்ட்டில் Reward ஐகானிற்கு நான் வரும்போது நான் எதை வெல்ல முடியும்?

நீங்கள் சவாலின் மூலம் முன்னேறி, Eat, Drink, Shop Healthy சவால் பாஸ்போர்ட்டில் உங்கள் முன்னேற்றத்தைக் கண்காணிக்கும் போது, பாஸ்போர்ட்டில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட நிலைகள் உள்ளன, அவை ஒவ்வொரு முத்திரைக்கும் அடிப்படையான Healthpointsகளின் மேல் கூடுதல் வெகுமதிகளை வழங்கக்கூடும்.

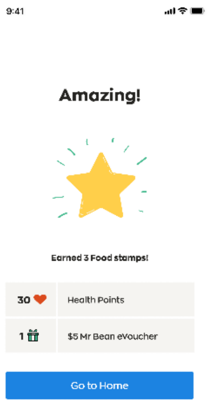
இந்த முத்திரை நிலைகள் பாஸ்போர்ட்டில் Reward ஐகானுடன் குறிக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும் நீங்கள் வெல்லக்கூடிய வெகுமதிகளில் பரிசுகள், மின் பற்றுசீட்டுகள், போனஸ் Healthpoints அல்லது ஆரோக்கிய உதவிக்குறிப்புக்கள் ஆகியவை அடங்கும். வெவ்வேறு முத்திரை நிலைகளில் வெகுமதிகள் மாறுபடும்.

நீங்கள் வெல்லக்கூடிய வெகுமதிகளை அடையாளம் காண, reward ஐகானுடன் digital stampsகளைத் தட்டி பட்டியலைப் பார்க்கவும். ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட வெகுமதிகள் பட்டியலிடப்பட்டிருந்தால், வரையறுக்கப்படாத முறை அடிப்படையில் வெகுமதிகளில் ஒன்றை வெல்வீர்கள்.

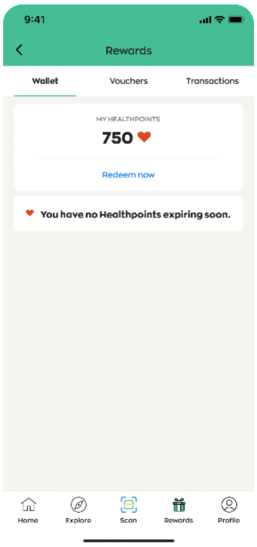


25. நான் வாங்கியதற்கான reward ஐகானிற்கு வந்துள்ளேன். நான் வென்ற கூடுதல் வெகுமதிகளை எங்கே பார்க்கலாம்?

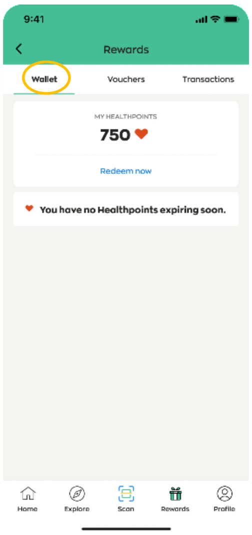
நேரடியாக வாங்கியவற்றுக்கு, QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்யும் போது, ஸ்கேன் மூலம் நீங்கள் பெற்ற வெகுமதிகளின் சுருக்கம் செயலி திரையில் பிரதிபலிக்கும்.



உங்கள் மின் பற்றுசீட்டுகளைப் பார்க்க, "Rewards " தாவலின் கீழ் "Vouchers" என்பதைத் தட்டவும்.



உங்கள் Healthpointsகளைப் பார்க்க, "Rewards " என்பதன் கீழ் "Wallet" என்பதைத் தட்டவும்.



ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்கள், இணையவழி கூட்டாளர்கள் மற்றும் தகுதிபெறும் பொருட்களைக் கண்டறிதல்

26. மின்னிலக்க முத்திரைகளையும் Healthpointsகளையும் சம்பாதிக்க என்னை அனுமதிக்கும் ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்கள் மற்றும் இணையவழி கூட்டாளர்களை நான் எப்படி அடையாளம் காண்பது?

The Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026, பங்கேற்பாளர்கள் ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்கள் மற்றும் இணையவழி கூட்டாளர்கள் ஆகிய இருவரிடமிருந்தும் வாங்கும் தகுதி பெறும் பொருட்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளை பெற அனுமதிக்கிறது.

ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்கள் மற்றும் இணையவழி கூட்டாளர்களின் முழு பட்டியலையும் EatDrinkShopHealthy.gov.sg இல் பார்க்கலாம்.

இந்த ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை நிலையங்கள் மற்றும் இணையவழி கூட்டாளர்களிடமிருந்து வாங்கும் பொருட்கள் மட்டுமே மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளுக்குத் தகுதி பெறும்.

27. தகுதியான உணவு, பானம் / இனிப்பு மற்றும் மளிகைப் பொருட்களை நான் எவ்வாறு அடையாளம் காண்பது?

நேரடி விற்பனை நிலையங்கள் மற்றும் ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களிடமிருந்து வாங்கப்பட்ட தகுதியான பொருட்களுக்கு மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpointsகளைப் பெறலாம்.

தகுதியான உணவு, பானம், இனிப்பு மற்றும் மளிகை பொருட்கள் பின்வருமாறு கோடிட்டுக் காட்டப்பட்டுள்ளன:

(i) தகுதிவாய்ந்த உணவு என்பது உணவகங்கள், காப்பி கடைகள், உணவுக்கடைகள் , உணவங்காடி நிலையங்கள் , கஃபேக்கள், உணவு முகவை கள் மற்றும் விரைவு சேவை உணவகங்கள் அல்லது ஆதரவளிக்கும் இணையவழி கூட்டாளர்களின் இணையத்தளங்கள் அல்லது கைபேசி செயலிகள் ஆகியவற்றில் விற்கப்படும் மேலும் ஆரோக்கியமான உணவுத் திட்ட (HDP) காட்சி ஒட்டுவில்லை அடையாளங்காட்டிகள் கொண்ட உணவுப் பொருட்களைக் குறிக்கிறது. கீழே காட்டப்பட்டுள்ள எடுத்துக்காட்டுகளைப் பார்க்கவும். தகுதிவாய்ந்த உணவு ஒவ்வொரு விற்பனை நிலையத்திலும் மாறுபடலாம் அல்லது வேறுபடலாம்.

(ii) தகுதிபெறும் பானம் என்பது கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள விற்கப்படும் பானங்களைக் குறிக்கிறது, அவை ஆதரவளிக்கும் உணவகங்கள், காப்பி கடைகள், உணவுக்கடைகள் , உணவங்காடி நிலையங்கள் , கஃபேக்கள், உணவு முகவைகள் மற்றும் விரைவு சேவை உணவகங்கள் அல்லது இணையவழி ஆதரவளிக்கும் கூட்டாளர்களின் இணையத்தளங்கள் அல்லது கை பேசி செயலிகளில் விற்கப்படுகின்றன.

a. பாட்டிலில் அடைக்கப்பட்ட தண்ணீர் / குழாய் நீர் / பிரகாசிக்கும் அல்லது காய்ச்சி வடிகட்டிய பாட்டில் தண்ணீர்.
b. மேலும் ஆரோக்கியமான தெரிவு சின்னத்துடன் (HCS) பொட்டலமிடப்பட்ட / குப்பியிலடைக்கப்பட்ட பானங்கள்
c. பார்லி, புல் ஜெல்லி பானம், சீன தேநீர், ஜப்பானிய தேநீர், கொரியன் தேநீர், தூய மலர், பால் மற்றும் சர்க்கரை இல்லாத தூய இலை தேநீர்.
d. காப்பி அல்லது தேநீர்: ஓ கோசோங், பால் மற்றும் சர்க்கரை இல்லாமல்
e. பால் மற்றும் சர்க்கரை இல்லாமல் எஸ்பிரெசோ மற்றும் அமெரிக்கானோ
f. புதிதாக தயாரிக்கப்பட்ட சோயா பீன் பானம் / சர்க்கரை மற்றும் சிரப் இல்லாத பால் (ஆதரவளிக்கும் உணவங்காடிகடைகள் மற்றும் காப்பி கடைகளுக்கு மட்டுமே பொருந்தும்).

மேலே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள பானங்களை வழங்கும் பங்கேற்கும் கூட்டாளர்களுக்கு, கடைகளின் முன்புறத்தில் பின்வரும் HPBயின் மமேலும் ஆரோக்கியமான உணவுத் திட்டம் (HDP) காட்சி அடையாளங்காட்டிகளில் ஏதேனும் ஒன்று ஒட்டு வில்லையிடப்படும்.

Ask for lower-sugar beverages
Lower-sugar beverages
Ask for lower-sugar options
Lower-sugar options

g. அங்கீகரிக்கப்பட்ட பானங்கள் மேலே உள்ள a to f இல் இடம்பெறாதவை (எ.கா. பபுல் டீ, குளிர்விக்கப்பட்ட எலுமிச்சைத்தேநீர் மற்றும் போன்றவை) கீழே காட்டப்பட்டுள்ளபடி, பின்வரும் HPBயின் மேலும் ஆரோக்கியமான உணவுத் திட்ட காட்சி அடையாளங்காட்டிகளில் ஏதேனும் ஒன்றில் ஒட்டு வில்லையிடப்பட்டவை.

No added sugar
Lower in sugar

குறிப்பு: அனைத்து Milo (Milo Kosong, Milo C அல்லது Milo Siew Dai உட்பட) பானங்கள் தகுதிபெறாது. மேலும் QR ரசீதுகள் அல்லது QR டிக்கெட்டுகளுக்கு அவை தகுதி பெறவில்லை.

(iii) தகுதிவாய்ந்த இனிப்பு என்பது சர்க்கரை குறைவாக உள்ள மற்றும் உணவு நார்ச்சத்துக்கான ஆதாரமாக இருக்கும் மற்றும் ஆதரவளிக்கும் உணவு மற்றும் பானங்கள் நிறுவனங்களில் விற்கப்படும் எந்த இனிப்பு வகையையும் குறிக்கிறது, அல்லது கீழே காட்டப்பட்டுள்ள மேலும் ஆரோக்கியமான உணவுத் திட்ட (HDP) காட்சி அடையாளங்காட்டியுடன் ஒட்டுவில்லையிடப்பட்ட ஆதரவளிக்கும் கூட்டாளர்களின் இணையத்தளம் அல்லது கைபேசி செயலியில் இணையவழி விற்கப்படுகிறது.

Lower in sugar and source of dietary fibre

(iv) தகுதிபெறும் மளிகைப் பொருட்கள் என்பது ஆதரவளிக்கும் பல்பொருள் அங்காடிகள், பெட்ரோல் விற்கும் கடைகள் மற்றும் வசதிக்கான கடைகளில் அல்லது இணையவழியிலும் மேலும் ஆரோக்கியத் தெரிவு குறியீட்டைக் கொண்டுள்ள ஆதரவளிக்கும் கூட்டாளர்களின் இணையத்தளங்கள் அல்லது கைபேசி செயலிகளில் விற்கப்படும் எந்தப் பொருளையும் குறிக்கிறது.

HEALTHIER CHOICE
Health Promotion Board
Eat All Foods in Moderation

இடங்களில் நடைபெறும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரம் சுழற்றும் நிகழ்ச்சிகள்

28. கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரம் சுழற்றும் நிகழ்ச்சிகள் எதைப் பற்றியது?

கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரம் சுழற்றும் நிகழ்ச்சிகள் என்பது ஒரு விளையாட்டாகும். இதில் தகுதிபெறும் பங்கேற்பாளர்கள் பரிசுகளை வெல்ல சக்கரத்தை சுழற்றலாம் மற்றும் பரிசை உடனடியாக சாவடியில் மீட்டெடுக்கலாம்.

29. கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரம் சுழற்றும் நிகழ்ச்சிகள் எங்கு நடைபெறும்?

சவால் காலத்தின் போது நிகழ்வுகள் தீவெங்கும் பல இடங்களில் நடத்தப்படலாம். நிகழ்ச்சி நடைபெறும் இடங்கள் மற்றும் நேர அட்டவணையின் முழுப் பட்டியலுக்கு, தயவுசெய்து EatDrinkShopHealthy.gov.sg இணையத்தளத்தைப் பார்வையிடவும்.

30. கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரம் நிகழ்வுகளில் சுழற்சி வாய்ப்பு பெற நான் எவ்வாறு தகுதி பெறுவது ?

நீங்கள் செல்லுபடியாகும் Healthy 365 கணக்கை வைத்திருக்க வேண்டும் மற்றும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வுகளில் பங்கேற்க Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026இல் சேர்ந்திருக்க வேண்டும்.

Eat, Drink, Shop Healthy சவால் 2026 இலிருந்து உங்கள் Healthy 365 செயலியில் நீங்கள் சேகரிக்கும் ஒவ்வொரு 15 Healthpointsகளும், நிகழ்வின் நாளில் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வில் ஒருமுறை சக்கரத்தைச் சுழற்ற உங்களை அனுமதிக்கும். ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சம் 3 முறை வரை சக்கரத்தைச் சுழற்றி பங்கேற்க, வெவ்வேறு ஆதரவளிக்கும் விற்பனை மையங்களில் இருந்து உங்கள் வாங்குதல்களை இணைக்க அனுமதிக்கப்படுவீர்கள். ஒவ்வொரு சுழற்சிக்கும் முன் சரிபார்ப்பிற்காக அங்கிருக்கும் ஊழியர்களால் வழங்கப்பட்ட QR குறியீடுகளை ஸ்கேன் செய்ய வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக, நீங்கள் 3 சுழற்சிக்குத் தகுதி பெற்றிருந்தால், சுழற்றுவதற்கு முன் QR குறியீடுகளை 3 முறை ஸ்கேன் செய்ய வேண்டும்.

Healthpointsகளின் எண்ணிக்கை	சுழற்சிகளின் எண்ணிக்கை	நிகழ்வு சாவடியில் ஸ்கேன் செய்ய QR குறியீடுகளின் எண்ணிக்கை
15	1	1
30	2	2
45	3	3
60	3*	3

* அதிகமான Healthpoints இருந்தாலும், கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர வெற்றி வாய்ப்புகள் ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சமாக 3 சுழற்சி வாய்ப்புகளுக்கு மிகாமல் இருக்கும்.

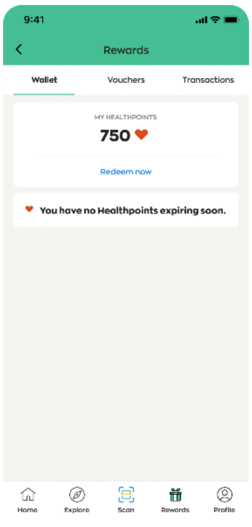
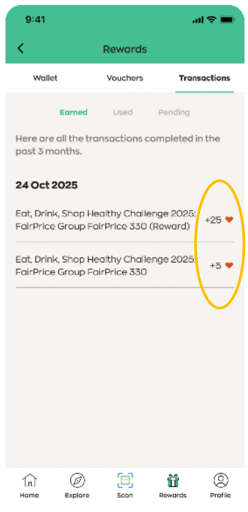
31. கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரத்தில் நான் சம்பாதிக்கக்கூடிய சுழற்சி வாய்ப்பு எண்ணிக்கைக்கு வரம்பு உள்ளதா ?

ஒவ்வொரு Healthy 365 கணக்கு வைத்திருப்பவரும் ஒரே நாளில் நடக்கும் நிகழ்வுகளின் இருப்பிடங்களைப் பொருட்படுத்தாமல், ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சமாக 3 சுழற்சி வாய்ப்புகளைப் பெறுவார்கள்.

32. கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரத்தில் பங்கேற்க நான் என்ன வகையான சரிபார்ப்புகளுக்கு உட்படவேண்டும் ?

கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கரத்தில் நீங்கள் பங்கேற்பதற்கு முன், நீங்கள் பங்கேற்கத் தகுதியுடையவரா என்பதை உறுதிப்படுத்த, உங்கள் Healthy 365 செயலியில் உள்ள Healthpointsகளை அங்கிருக்கும் ஊழியர்கள் சரிபார்ப்பார்கள். ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சம் 3 சுழற்சி வாய்ப்புக்கள் இருக்கும்.

<table>
<tr><th colspan="2">Healthpointsகளுக்கான சரிபார்ப்பு செயல்முறை</th></tr>
<tr><td>1. உங்கள் Healthy 365 செயலியில் உள்நுழைந்து, Rewards தாவலின் கீழ் "Transactions" என்பதைத் தட்டவும்.</td><td>2. "Transactions" கீழ் Healthpointsகளைச் சரிபார்க்கவும்.

எ.கா அக்டோபர் 24 அன்று Eat, Drink, Shop Healthy சவால் மூலம் 25 Healthpointsகளைப் பெற்றுள்ளதால், அக்டோபர் 24 ஆம் தேதி நடக்கும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வில் 1 சுழற்சி வாய்ப்புக்குத் தகுதி பெறுவீர்கள்.</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
</table>

33. உணவங்காடி நிலையங்களில் நடைபெறும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வுகளில் நான் எப்படி பங்கேற்க முடியும்?

உணவங்காடி நிலையங்களில் நடைபெறும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வுகளுக்கு, உணவு அல்லது பானக் கூப்பனை பெற, பங்குபெறும் உணவங்காடிக் கடைகளிலிருந்து இருந்து மேலும் ஆரோக்கியமான உணவு அல்லது பானப் பொருளை வாங்க வேண்டும்.
உணவு அல்லது பானம் கூப்பனுடன், நீங்கள் Eat, Drink, Shop Healthy நிகழ்வு சாவடியை அணுகலாம், அதன் பிறகு தொடர்புடைய உணவு அல்லது பானம் QR டிக்கெட்டுக்கு கூப்பனை மாற்றிக்கொள்ளலாம். ஒரு பயனர் ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சம் 4 உணவு மற்றும் 4 பான டிக்கெட்டுகளை மீட்டெடுக்கலாம்.

QR டிக்கெட்டை ஸ்கேன் செய்தவுடன் தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும், மேலும் உங்கள் Healthy 365 செயலியில் Eat, Drink, Shop Healthy சவால் மூலம் நீங்கள் சேகரிக்கும் ஒவ்வொரு 15 Healthpointsகளுக்கும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வின் நாளில் உங்களுக்கு (1) வாய்ப்பு கிடைக்கும்.

பானம் கூப்பன் (இடது) மற்றும் உணவு கூப்பன் (வலது) ஆகியவற்றுக்கான குறிப்புப் படம்.

34. உணவங்காடி நிலையங்களில் நடைபெறும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வுகளில் பங்கேற்கும் உணவங்காடிக் கடைகளை நான் எப்படி அடையாளம் காண்பது?

உணவங்காடி நிலையங்களில் நடைபெறும் கட்டாயமாக வெல்லக்கூடிய சக்கர நிகழ்வுகளில் பங்கேற்கும் உணவங்காடிக் கடைகள் இந்த பட ஒட்டு வில்லைகளைக் கொண்டிருக்கும்.

வாடிக்கையாளர் சேவை ஆதரவு

35. எனது மின்னிலக்க முத்திரைகள், Healthpoints மற்றும்/அல்லது வெகுமதிகள் ஏன் எனது கணக்கில் வரவு வைக்கப்படவில்லை?

பின்வரும் காரணங்களில் ஒன்றின் காரணமாக இது நிகழலாம்:

- உங்கள் கணக்கிற்கான வாராந்திர வரம்பை அடைந்துவிட்டீர்கள். வாராந்திர வரம்புகளைப் பற்றி அறிய கேள்வி 21 ஐப் பார்க்கவும்.
- மேலும் ஆரோக்கியமான தெரிவுத் திட்டம்/ மேலும் ஆரோக்கியமான உணவுத் திட்டத்தின் கீழ் பதிவுசெய்யப்பட்ட பார்கோடு அல்லது பொருளுக்கும் ஆதரவளிக்கும் விற்பனை நிலையங்களில் விற்கப்படும் உண்மையான பொருளுக்கும் இடையே உள்ள முரண்பாடு.
- உங்கள் இணையவழி கொள்முதல் வெற்றிகரமாக வழங்கப்படவில்லை அல்லது செயலாக்கப்படவில்லை.

நாங்கள் மேலும் விசாரணை செய்ய நீங்கள் திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கையைச் சமர்ப்பிக்கலாம் மற்றும் தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints சரிபார்த்த பிறகு உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கை மற்றும் தேவையான ஆதார ஆவணங்களை எவ்வாறு சமர்ப்பிக்கலாம் என்பது குறித்த கேள்வி 38 ஐப் பார்க்கவும்.

36. மோசமாக அச்சிடப்பட்ட QR ரசீது அல்லது ஸ்கேன் செய்ய முடியாத QR டிக்கெட்டைப் பெற்றுள்ளேன், நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

இயந்திரங்களின் மாறுபட்ட அச்சுத் தரம் காரணமாக, அச்சிடப்பட்ட சில QR குறியீடுகள் மங்கலாம் அல்லது துண்டிக்கப்படலாம். எனவே, QR குறியீடுகளின் மோசமான தகுதி காரணமாக, Healthy 365 செயலி ஸ்கேனரால் QR குறியீட்டைப் படித்துச் செயல்படுத்த முடியாமல் போகலாம்.

நாங்கள் மேலும் விசாரணை செய்ய நீங்கள் திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கையைச் சமர்ப்பிக்கலாம் மற்றும் தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints சரிபார்த்த பிறகு உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கை மற்றும் தேவையான ஆதார ஆவணங்களை எவ்வாறு சமர்ப்பிக்கலாம் என்பது குறித்த கேள்வி 38 ஐப் பார்க்கவும்.

37. எனது தகுதிவாய்ந்த வாங்குதலுக்கு QR ரசீது அல்லது QR டிக்கெட் வழங்கப்படாவிட்டால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

EatDrinkShopHealthy.gov.sg இல் பட்டியலிடப்பட்டுள்ள ஆதரவளிக்கும் நேரடி விற்பனை மையத்திலிருந்து அல்லது இணையவழி கூட்டாளரிடமிருந்து நீங்கள் வாங்குவதை உறுதிசெய்யவும்.

தகுதியான கொள்முதல்களுக்கு , நாங்கள் மேலும் விசாரணை செய்ய நீங்கள் திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கையைச் சமர்ப்பிக்கலாம் மேலும் தகுதியான மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும் Healthpoints சரிபார்த்த பிறகு உங்கள் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும்.

திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கை மற்றும் தேவையான ஆதார ஆவணங்களை எவ்வாறு சமர்ப்பிக்கலாம் என்பது குறித்த கேள்வி 38 ஐப் பார்க்கவும்.

38. திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கையை நான் எவ்வாறு சமர்ப்பிக்க முடியும் மற்றும் நான் வழங்க வேண்டிய தேவையான துணை ஆவணங்கள் என்ன?

Healthy 365 செயலி மூலம் திருப்பிச் செலுத்தும் கோரிக்கையைச் சமர்ப்பிக்க, இந்த எளிய வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்:

1. உங்கள் Healthy 365 செயலியில் உள்நுழைக.
2. Profile தாவலுக்குச் சென்று மேல் வலது மூலையில் உள்ள settings ⚙ ஐகானைக் கிளிக் செய்யவும்.
3. “Support" என்பதற்கு கீழே உருட்டி, "Contact Helpdesk" என்பதைக் கிளிக் செய்யவும்
4. கேள்வி 4 இன் கீழ் உங்கள் தலைப்பாக "QR Scans" என்பதைத் தேர்ந்தெடுத்து, தொடர்புடைய ஆதாரங்களைச் சமர்ப்பிக்கவும்.

மாற்றாக, வாங்கிய தேதியிலிருந்து 7 காலண்டர் நாட்களுக்குள் hpb_mailbox@hpb.gov.sg என்ற மின்னஞ்சல் முகவரியில் அல்லது 1800 223 1313 எண்ணில் எங்கள் வாடிக்கையாளர் சேவைக் குழுவை நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம். 1800 சேவைகளுக்கான கைபேசி அழைப்புகளுக்கு ஒலிநேரக் கட்டணங்கள் பொருந்தும்.

உங்கள் திருப்பிச் செலுத்தும் தகுதியைச் சரிபார்க்க பின்வரும் துணை ஆவணங்கள் எங்களுக்குத் தேவைப்படும்.

- பரிவர்த்தனை எண்கள், வாங்கிய தேதி/நேர முத்திரை, விற்பனை மைய விவரங்கள் மற்றும் அந்தந்த அளவுகளில் வாங்கிய பொருட்களின் விவரங்கள் ஆகியவற்றைக் கொண்ட அல்லது இணையவழி ரசீது பற்றிய தெளிவான படம்.

- பெறப்பட்ட QR டிக்கெட் அல்லது QR ரசீது தெளிவான படம். (QR டிக்கெட் அல்லது QR ரசீது வழங்கப்பட்ட காட்சிகளுக்குப் பொருந்தும்)

- மேலும் ஆரோக்கியத் தெரிவு சின்னம் மற்றும்/அல்லது அடையாளங்காட்டி மற்றும் பொருளின் பார்கோடு ஆகியவற்றுடன் பொட்டலத்தின் விவரங்களைக் காண்பிக்கும் தகுதிபெறும் பொருட்களின் படம். (QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்ய முடியாத நேரடி கொள்முதல் காட்சிகள் அல்லது மின்னிலக்க முத்திரைகள் மற்றும்

Healthpoints வாங்கிய பொருட்களின் எண்ணிக்கையுடன் பொருந்தாத நேரடி மற்றும் இணையவழி கொள்முதல் காட்சிகளுக்குப் பொருந்தும்.)

39. வாடிக்கையாளர் சேவை உதவி எண்கள் செயல்படும் நேரம் மற்றும் உதவிக்கு நான் அவர்களை எவ்வாறு தொடர்பு கொள்வது?

நீங்கள் எங்கள் வாடிக்கையாளர் சேவைக் குழுவை hpb_mailbox@hpb.gov.sg மின்னஞ்சல் முகவரியில் அல்லது 1800 223 1313 எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளலாம். 1800 சேவைகளுக்கான கைபேசி அழைப்புகளுக்கு ஒலிநேரக் கட்டணங்கள் பொருந்தும்.

எங்கள் உதவி எண்கள் வார இறுதி நாட்கள் மற்றும் பொது விடுமுறை நாட்களைத் தவிர்த்து, திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை காலை 8 மணி முதல் மாலை 6 மணி வரை இயங்கும்.