

إن ارتفاع تكاليف الغذاء يجعل من الصعب على العديد من الأسر توفير الطعام على المائدة، وإن الحصول على ما يكفي من الغذاء هو حق أساسي من حقوق الإنسان، وتحصل ملايين الأسر على المساعدة من خلال البرامج التي يمكن بدورها أن تمنع الجوع. نريدك أن تعثر على البرامج التي يمكن أن تساعد أسرتك وتتعرف عليها.



## توجد برامج تغذية متوفرة كثيرة

- الحصول على المواد الغذائية مرتبط بالصحة الجيدة وخصوصًا للأطفال، فلا ضرر من أن ترى إذا ما كنت أنت أو فرد من أفراد أسرتك مستحقين لبرامج التغذية.
- تنتظر العديد من البرامج الغذائية إلى دخل أسرتك لمعرفة ما إذا كنت مستحقًا أم لا، ولا تسأل معظم البرامج عن حالة هجرة أي شخص.
- يتوفر برنامج SNAP، والمعروف أيضًا بطوابع الغذاء، فقط للمواطنين الأمريكيين وحاملي البطاقة الخضراء وبعض المهاجرين الآخرين، وحتى إذا لم تكن مستحقًا بسبب حالتك، فقد يكون أفراد آخرون في عائلتك مستحقين، ولتقديم طلب لأفراد الأسرة المستحقين، ضع علامة على أنك "غير مُقَدَّم الطلب" في النماذج.
- يمكنك طلب مترجم فوري أو مترجم عبر الهاتف في معظم البرامج للتأكد من حصولك على أفضل خدمة عند التقدُّم بطلب للحصول على استحقاق.
- لكل برنامج مساعدات غذائية شروط التقديم الخاصة به. انظر للجزء الخلفي من هذه الصفحة للحصول على قائمة ببعض البرامج المتوفرة.



## برامج التغذية وحالة هجرتك

- عند التقدُّم بطلب لبرنامج SNAP، لا تحتاج إلى مشاركة حالة الهجرة أو أرقام الضمان الاجتماعي لأفراد الأسرة الذين لا يتقدَّمون بالطلب، ولا يجب عليك القيام بذلك.
- تنص قاعدة "الأعباء العامة" الحالية على أن حصول عائلتك على الطعام من برامج التغذية لن يؤثر تأثيرًا سلبيًا على حالة هجرتك. قد تحاول إدارة ترامب تغيير ذلك. يمكنك البقاء على اطلاع على التغييرات ومعرفة المزيد على [www.keepyourbenefits.org](http://www.keepyourbenefits.org).

## برامج الغذاء وحقوقك دليل العائلات المهاجرة

هناك العديد من البرامج المتوفرة للمساعدة في توفير الغذاء. فلا ضرر من أن تقدم على تلك البرامج وترى إذا ما كنت أنت أو فرد من أفراد عائلتك مستحقين للحصول على مساعدة غذائية إضافية. ومن بين البرامج الحكومية يعد برنامج SNAP هو الوحيد الذي يفرض شروطًا خاصة لغير المواطنين. اتصل بالخط الساخن الوطني لمعرفة المزيد عن المجموعات الموجودة في منطقتك التي يمكنها مساعدتك على التسجيل في هذه البرامج: (1-866-348-6479) 1-866-348-6479.

### للحصول على مزيد من المعلومات



قد يتمكن بنك الطعام المحلي الخاص بك من مساعدتك في تقديم الطلب



وكالة SNAP الحكومية



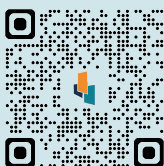
اكتشف بنك طعام محليًا قريبًا منك



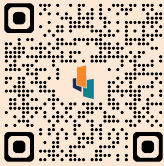
وكالة WIC



اتصل على الرقم 211  
لطلب الحالات المحلية



اثر على بنك طعام محلي  
قريب منك



اكتشف محدد موقع  
رعاية المسنين

### ويمكنه الحصول عليه.

- ذوو الدخل المنخفض.
- حاملو البطاقة الخضراء البالغون بعد خمس سنوات، والمواطنون الأمريكيون، ومهاجرو COFA، والوافدون من هايتي وكوبا.
- لا حاجة لفترة انتظار للأطفال المقيمين الدائمين واللاجئين/الملاذئين الذين يصبحون مقيمين دائمين.
- قد يتمكن الأطفال من الحصول على برنامج SNAP حتى لو لم يتمكن آباؤهم من ذلك

- الأشخاص من ذوي الدخل المنخفض والحوامل أو حديثي الولادة، والأطفال منذ الولادة وحتى عمر 5 سنوات.
- ولا توجد شروط خاصة بالهجرة للحصول على البرنامج.
- وتقدم أطعمة ما بعد المدرسة والصيف والوجبات الخفيفة مجانًا للأطفال والمراهقين في المواقع المشاركة.

- كما يمكن للأطفال والمراهقين في الأسر ذات الدخل المنخفض الحصول على وجبات مدرسية مجانية أو مخفضة السعر في المدارس المشاركة.
- ولا توجد شروط خاصة بالهجرة للحصول على البرنامج.
- وتقدم أطعمة ما بعد المدرسة والصيف والوجبات الخفيفة مجانًا للأطفال والمراهقين في المواقع المشاركة.

- أي شخص يحتاج إلى مساعدة إضافية لتحمل تكاليف الطعام يمكنه زيارة مخزن الطعام أو برنامج الوجبات.
- قد يكون لبعض مخازن الطعام أو البرامج متطلبات إضافية، مثل الإقامة في منطقة معينة.

- تركز معظم البرامج على البالغين الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا أو أكثر.
- كما تختلف أهلية الاستحقاق حسب المنظمة.

### كيف يتم الأمر

يمكنك برنامج SNAP (برنامج المساعدات الغذائية التكميلية) المال لشراء الطعام بواسطة بطاقة تشبه البطاقات المصرفية، والتي يمكن استخدامها في محلات البقالة والمتاجر الصغيرة وأسواق المزارعين ومتاجر المواد الغذائية المشاركة الأخرى.

برنامج SNAP  
(قد يُعرف باسم  
مختلف في بلدك)

يساعد برنامج WIC (برنامج التغذية التكميلية الخاص للنساء والرضع والأطفال) الأوبن على شراء الأطعمة الصحية مثل الفواكه والخضراوات والجبن وغيره الكثير،

برنامج التغذية التكميلية  
للنساء والرضع والأطفال  
(WIC)

تقدم معظم المدارس وجبات مجانية خلال السنة الدراسية والكثير من الوجبات كذلك خلال الصيف،

ويمكنك الاتصال بالخط الساخن الخاص بالجوهر للتعرف على المواقع الأخرى التي تقدم أطعمة ووجبات خفيفة مجانية،

الوجبات المدرسية  
ووجبات ما بعد  
المدرسة والصيف  
والوجبات الخفيفة

تقدم بنوك ومخازن الطعام الأطعمة للأشخاص الذين يحتاجون إلى المساعدة،

المساعدة الغذائية  
الخيرية

هناك برامج تقدم وجبات الطعام إلى منازل كبار السن، وبرامج أخرى تقدم وجبات الطعام في مراكز كبار السن والمراكز المجتمعية،

وجبات كبار السن