

Maraming pamilya ang nahihirapang paglaanan ang kanilang pagkain dahil sa tumataas na gastos sa pagkain. Ang pagkakaroon ng sapat na pagkain na makakain ay isang pangunahing karapatan ng tao, at milyun-milyong pamilya ang nakakakuha ng tulong sa pamamagitan ng mga programa para maiwasan ang gutom. Gusto naming mahanap at matutunan mo ang tungkol sa mga programang makakatulong sa iyong pamilya.

MARAMING PROGRAMA SA PAGKAIN ANG AVAILABLE



- Ang pagkakaroon ng masustansyang pagkain ay nakaugnay sa mabuting kalusugan, lalo na para sa mga bata. Hindi masamang tingnan kung ikaw o mga miyembro ng iyong pamilya ay kwalipikado para sa mga programa sa pagkain.
- Maraming programa sa pagkain ang tumitingin sa kita ng iyong sambahayan para malaman kung kwalipikado ka. Karamihan sa mga programa ay hindi nagtatanong tungkol sa katayuan sa imigrasyon ng sinuman.
- Ang SNAP, kung minsan tinatawag na mga food stamp, ay available lang sa mga mamamayan ng U.S., may hawak ng green-card, at ilang iba pang imigrante. Kahit na hindi ka kwalipikado dahil sa iyong katayuan, maaaring kwalipikado ang iba sa iyong pamilya. Para mag-apply para sa mga kwalipikadong miyembro ng pamilya, markahan ang iyong sarili bilang isang "hindi aplikante" sa mga form.
- Para sa karamihan sa mga programa, maaari kang humiling ng interpreter o tagasalin sa telepono para matiyak na makukuha mo ang pinakamahusay na serbisyo kapag mag-a-apply ka para sa isang benepisyo.
- May sariling mga kinakailangan sa aplikasyon ang bawat programa ng tulong sa pagkain. **Tingnan ang likod ng pahinang ito para sa listahan ng ilan sa mga programang available.**

MGA PROGRAMA SA PAGKAIN AT ANG IYONG KATAYUAN SA IMIGRASYON



- Kapag naga-apply para sa SNAP, hindi mo kailangang ibahagi ang katayuan sa imigrasyon o Numero ng Social Security ng mga miyembro ng pamilya na hindi naga-apply, at hindi talaga dapat.
- Nakasaad sa kasalukuyang tuntunin ng "public charge" na hindi makakaapekto sa iyong katayuan sa imigrasyon ang paggamit ng iyong pamilya ng mga programa sa pagkain. Maaaring subukang baguhin iyon ng administrasyong Trump. Maaari kang manatiling updated sa mga pagbabago at matuto ng higit pa sa www.keepyourbenefits.org.

MGA PROGRAMA SA PAGKAIN AT IYONG MGA KARAPATAN

GABAY PARA SA MGA IMIGRANTENG PAMILYA

Maraming programa ang available para tumulong sa pagbibigay ng pagkain. Hindi masamang mag-apply sa mga programang ito at tingnan kung kwalipikado ka o mga miyembro ng iyong pamilya para sa karagdagang tulong sa pagkain. Sa mga programa ng pamahalaan, ang SNAP lang ang may mga espesyal na pangangailangan para sa mga hindi mamamayan. Tumawag sa pambansang hotline para malaman ang tungkol sa mga grupo sa iyong lugar na makakatulong sa iyong mag-sign up para sa mga programang ito: 1-866-3-HUNGRY (1-866-348-6479).

Programa

Paano ito gumagana

Sino ang makakakuha nito

Para sa higit pang impormasyon

SNAP

(Maaaring may ibang pangalan ito sa iyong estado)

Ang Programa ng Tulong sa Pandagdag na Nutrisyon (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) ay nagbibigay sa iyo ng pera para makabili ng pagkain, gamit ang isang card na gumagana tulad ng isang debit card. Magagamit mo ang card sa mga grocery store, corner store, merkado ng mga magsasaka, at iba pang kalahok na tindahan ng pagkain.

Ang Espesyal na Programa sa Pandagdag na Nutrisyon para sa Mga Kababaihan, Sanggol, at Bata (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children, WIC) ay tumutulong sa mga magulang na bumili ng masusustansyang pagkain, tulad ng mga prutas, gulay, keso, at marami pang iba.

WIC

Mga pagkain sa paaralan at mga pagkain/merienda pagkatapos ng klase at tag-araw

Nagbibigay ng libreng pagkain ang karamihan sa mga paaralan sa panahon ng pasukan at marami ang nagbibigay sa panahon ng tag-araw.

Tumawag sa hunger hotline para malaman ang tungkol sa iba pang site na may libreng pagkain at meryenda.

Pagkain na tulong sa kawanggawa

Nagbibigay ng pagkain ang mga food bank, pantry at iba pang kawanggawa para sa mga taong nangangailangan ng tulong.

Mga Pagkain para sa Mga Matatanda

May mga programang naghahatid ng mga pagkain sa mga tahanan ng mga nakatatanda, at iba pang nagbibigay ng mga pagkain sa mga sentro ng mga nakatatanda at sentro ng komunidad.

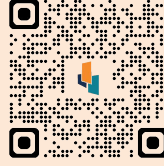
- Mga taong may mababang kita.
- Mga nasa hustong gulang na may hawak ng green card pagkatapos ng limang taon at mga mamamayan ng U.S., mga migrante ng COFA, at mga pumapasok na Haitian/Cuban.
- Mga batang permanenteng residente at mga refugee/asylee na naging permanenteng residente na walang panahon ng paghihintay.
- Maaaring makakuha ng SNAP ang mga bata kahit na hindi makakuha ang kanilang mga magulang

- Mga taong may mababang kita at buntis o kamakailan lang nanganak, at mga bata mula sa kapanganakan hanggang 5 taong gulang.
- Walang kinakailangang katayuan sa imigrasyon.
- Libre ang mga pagkain/merienda pagkatapos ng klase at tag-araw para sa mga bata at kabataan sa mga kalahok na site.

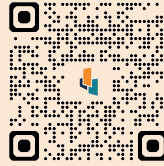
- Ang mga bata at kabataan sa mga pamilyang may mababang kita ay maaaring makatanggap ng libre o pinababang presyo ng mga pagkain sa paaralan sa mga kalahok na paaralan.
- Walang kinakailangang katayuan sa imigrasyon.
- Libre ang mga pagkain/merienda pagkatapos ng klase at tag-araw para sa mga bata at kabataan sa mga kalahok na site.

- Sinumang nangangailangan ng karagdagang tulong sa pagbili ng pagkain ay maaaring bumisita sa isang food pantry o programa ng pagkain.
- Maaaring may mga karagdagang kinakailangan ang ilang pantry o programa, tulad ng paninirahan sa isang partikular na lugar.

- Nakatuon ang karamihan sa mga programa sa mga nasa hustong gulang na 60 taong gulang pataas.
- Ang pagiging kwalipikado ay magkaka-iba ayon sa organisasyon



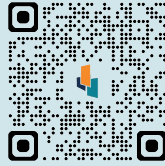
Ahensya ng SNAP ng estado



Maaaring makatulong sa iyo ang iyong lokal na food bank na mag-apply



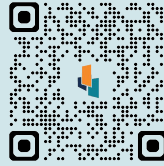
Ahensya ng WIC



Tingnan ang iyong lokal na food bank



Hanapin ang iyong lokal na food bank



Tumawag sa 211 para humingi ng mga lokal na referral

Tingnan ang Tagahanap ng Eldercare

