



Chương Trình Phiếu Thực Phẩm là gì?

Chương Trình Phiếu Thực Phẩm là để giúp những người có lợi tức thấp hoặc không có lợi tức mua thực phẩm dinh dưỡng. Trợ cấp phiếu thực phẩm không phải là tiền mặt. Trợ cấp này được cung cấp dưới dạng thẻ điện tử, có thể sử dụng như thẻ ngân hàng khi mua thực phẩm. Đa số các tiệm tạp hóa đều chấp nhận trợ cấp phiếu thực phẩm.

Tôi có thể được nhận trợ cấp phiếu thực phẩm không?

Tình trạng hội đủ điều kiện nhận trợ cấp phiếu thực phẩm được xác định dựa trên lợi tức và các nguồn tài sản của quý vị, thí dụ như tiền tiết kiệm. Một số loại tài sản, thí dụ như nhà cửa, không được tính là nguồn tài sản. Tại một số tiểu bang, ít nhất một chiếc xe không được tính vào nguồn tài sản. Có các qui chế đặc biệt áp dụng cho người cao niên và người khuyết tật. Nếu quý vị hội đủ điều kiện, mức trợ cấp phiếu thực phẩm mà quý vị nhận được sẽ tùy thuộc vào số người trong gia đình của quý vị. Xin nói chuyện với văn phòng trợ cấp phiếu thực phẩm tại địa phương của quý vị để biết thêm chi tiết.

Quý vị có thể tới trang mạng điện toán www.foodstamps-step1.usda.gov để biết mình có hội đủ điều kiện nhận trợ cấp phiếu thực phẩm hay không. Trả lời các câu hỏi để xác định tình trạng hội đủ điều kiện của quý vị và số tiền trợ cấp mà quý vị có thể được nhận. Tuy nhiên, để biết chắc chắn, quý vị phải nộp đơn xin.

Làm thế nào để xin trợ cấp phiếu thực phẩm?

Nếu muốn xin trợ cấp phiếu thực phẩm, quý vị cần:

- Gọi điện thoại hoặc tới văn phòng trợ cấp phiếu thực phẩm tại địa phương để lấy đơn xin hoặc lấy đơn xin dành cho Tiểu Bang của quý vị trên trang mạng điện toán www.fns.usda.gov/fsp.
- Điền đơn xin càng chi tiết càng tốt. Điền tên và địa chỉ của quý vị và ký tên.
- Nộp lại đơn xin cho văn phòng địa phương qua mạng điện toán hoặc qua đường bưu điện, fax hoặc mang tới nộp.
- Tham dự buổi phỏng vấn. Buổi phỏng vấn này có thể được thực hiện qua điện thoại hoặc quý vị có thể nhờ một người bạn hoặc người thân tới phỏng vấn giùm cho quý vị.
- Nộp cho văn phòng trợ cấp phiếu thực phẩm tại địa phương các giấy tờ như cuống phiếu lương, tiền thuê nhà hoặc tiền trả nợ vay tài trợ địa ốc, hóa đơn tiền điện nước, hóa đơn chi phí giữ trẻ hoặc chăm sóc người cao niên, và lệnh của tòa án về việc chu cấp nuôi con. Văn phòng địa phương có thể cho quý vị biết những giấy tờ mà quý vị cần phải nộp và những dữ kiện cần cung cấp thêm.

Sau khi xem xét đơn xin của quý vị, nhân viên tại văn phòng địa phương sẽ cho biết quý vị có hội đủ điều kiện nhận trợ cấp phiếu thực phẩm hay không và số tiền mà quý vị sẽ được nhận.

Làm thế nào để tìm văn phòng tại địa phương của tôi?

Nếu quý vị cần giúp tìm văn phòng trợ cấp phiếu thực phẩm tại địa phương, xin gọi số 1-800-221-5689 hoặc tới trang mạng điện toán <http://www.fns.usda.gov/fsp>.

Tôi có cần phải có số an sinh xã hội không?

Có, quý vị phải có số an sinh xã hội nếu muốn được nhận trợ cấp phiếu thực phẩm. Không phải tất cả mọi người trong gia đình quý vị đều bắt buộc phải tham gia chương trình. Những người không muốn nhận trợ cấp phiếu thực phẩm không bắt buộc phải có số an sinh xã hội. Tuy nhiên, họ phải cung cấp thông tin về tình trạng tài chánh của mình.

Tôi có thể được nhận trợ cấp phiếu thực phẩm không nếu tôi không đi làm?

Có, nhưng nếu quý vị có khả năng làm việc, quý vị phải tìm việc làm, nhận việc làm, hoặc tham gia huấn luyện.



Những cư dân hợp pháp không phải là công dân Hoa Kỳ có được nhận trợ cấp phiếu thực phẩm không?

Có thể. Xin hỏi nhân viên phụ trách trợ cấp phiếu thực phẩm của quý vị. Ngay cả khi quý vị không được nhận trợ cấp phiếu thực phẩm, các thành viên trong gia đình sinh tại Hoa Kỳ vẫn có thể được nhận. Việc nhận trợ cấp phiếu thực phẩm sẽ không ảnh hưởng bất lợi tới nguyện vọng nhập quốc tịch của quý vị.

Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

Gọi văn phòng trợ cấp phiếu thực phẩm tại địa phương của quý vị.

Gọi số 1-800-221-5689.

Tới trang mạng điện toán www.fns.usda.gov/fsp.

Làm thế nào để giúp gia đình tôi ăn uống tốt hơn?

Quý vị luôn muốn những điều tốt đẹp nhất cho gia đình mình. Quý vị mong muốn tất cả mọi người đều khỏe mạnh và mong con mình khôn lớn và học tập tốt. Sử dụng trợ cấp phiếu thực phẩm để mua thực phẩm lành mạnh cho cả gia đình, việc đó sẽ giúp quý vị đạt được các nguyện vọng của mình.



Hãy thử áp dụng các lời khuyên sau đây để giúp gia đình quý vị ăn uống tốt hơn và sống khỏe mạnh:

- Ăn nhiều loại rau khác nhau... các loại rau có lá sẫm, rau có màu cam, đậu hạt và đậu que.
- Chú trọng tới trái cây. Chọn các loại trái cây tươi, đông lạnh, đông lon hoặc trái cây sấy khô.
- Ăn ít nhất 3 aoxơ ngũ cốc, bánh mì nguyên hạt, bánh qui lát, cơm hoặc mì nui mỗi ngày.
- Chọn các loại thịt nạc và các sản phẩm làm từ sữa có ít chất béo.
- Biến vận động cơ thể trở thành thói quen sinh hoạt hàng ngày.

Để biết thêm chi tiết về việc ăn uống lành mạnh, xin tới www.mypyramid.gov.

Trợ Cấp Phiếu Thực Phẩm Giúp Hoa Kỳ Vững Mạnh Hơn.

USDA United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service
FNS-313
Tu chính tháng Ba năm 2006

Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ (USDA) nghiêm cấm phân biệt đối xử trong tất cả các chương trình và hoạt động của Bộ dựa trên chủng tộc, màu da, quốc gia nơi xuất thân, giới tính, tôn giáo, tuổi, tình trạng khuyết tật, quan điểm chính trị, xu hướng tính dục, và tình trạng hôn nhân hoặc hoàn cảnh gia đình.

Trợ Cấp
Phiếu Thực
Phẩm Giúp
Hoa Kỳ Vững
Mạnh Hơn.

