

## 如果我的家庭符合條件，我們將得到多少食品券？

下表說明從2004年10月1日至2005年9月30日，如果你沒有收入，你將最多得到多少食品券。隨著你的收入增加，你獲得的食品券金額將會減少。

家庭成員	每月最多份額
1	\$ 149
2	274
3	393
4	499
5	592
6	711
7	786
8	898
其他每個人	112

\* 阿拉斯加和夏威夷金額較高。

## 食品券是現金嗎？

不是。食品券是紙質優待券，只能用於購買食品。在某些地區，食品券是塑料卡，可以像銀行卡一樣使用。大多數食品店都接受食品券。

## 如果我有其它疑問該怎麼辦？

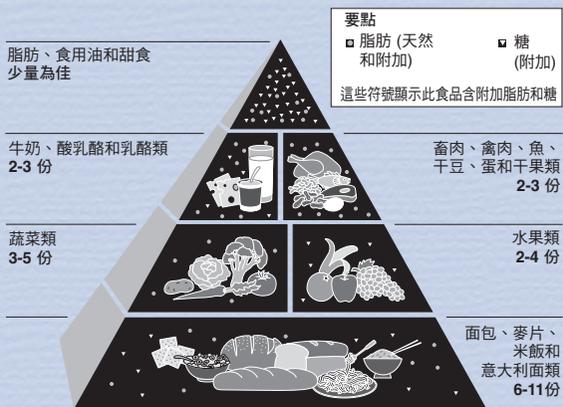
你應該給當地的食品券辦事處打電話。我們的免費號碼是1-800-221-5689，可以把你轉到你所在州的免費號碼。

如果要瞭解有關“食品和營養服務”計劃的詳情，請訪問我們的網站：[www.fns.usda.gov](http://www.fns.usda.gov)

## 選擇使你人生的每個階段都健康的食品。

- 食品券讓你可以食用不同種類的食品。
- 讓日常食品選擇指南告訴你如何選擇食品。

### 日常食品選擇指南 如何選擇日常食品



資料來源：美國農業部及美國衛生暨人力資源部

- 盡量保持健康的體重。
- 每天要運動，成人至少30分鐘，兒童至少60分鐘。
- 每天要食用多種谷類（特別是全谷類），水果和蔬菜。

**USDA** 美國農業部  
食品 and 營養服務  
FNS-313  
2004年10月修訂

USDA是提供公平機會的機構。

# 食品券 使美國 更強壯



## 甚麼是食品券計劃？

食品券旨在幫助那些沒有收入或收入很低的個人和家庭購買食品。

## 我怎樣才能領取食品券？

查看電話號碼本的政府部分（藍頁）。你可以在“社會服務部”或者“人力服務部”下找到食品券辦事處。

給食品券辦事處打電話，與工作人員約定面談事宜。問他們你需要帶甚麼文件去。工作人員要看你的工資記錄，租金或者抵押金支付記錄，水電費月結單，孩子和老人贍養記錄，兒童撫養命令（法庭判決和已付款支票）。

到食品券辦事處的時候，工作人員會跟你談話，請你回答一些問題，並簽署一些文件。如果你不能親身前往，可以委派一個親屬或者朋友去與該工作人員談話。如果你不能前往食品券辦事處，可以委派一位親屬或朋友替你去。你也可以通過電話與工作人員交談。

## 單獨領取自己的食品券嗎？

起居飲食都在一起的人被視為“一家人”。夫妻和大多數22歲以下的子女必須申報為一家人。

## 我必須有一個社會保障號碼嗎？

如果你想你的家庭成員獲得食品券的話，你必須出示該成員的社會保障號碼，或替他取得一個社會保障號碼。并非所有的家庭成員都需要參加食品券計劃。不想獲得食品券的人并不需要出示社會保障號碼。不過，他必須提供與自己的經濟收入有關的資料。

## 合法居留的非美國公民可以領取食品券嗎？

可能有資格獲得食品券。請向食品券辦事處查問。即使你不能領取食品券，在本國出生的家庭成員也能領取食品券。如果你想申請成為美國公民，領取食品券並不會對你造成影響。

## 如果我現在沒有工作，我可以得到幫助嗎？

如果你有能力工作，你必須找工作，接受僱主提供的工作機會，或者接受培訓。

## 我們可以擁有多少財產？

有一位60歲或以上成員的家庭最多可以擁有3,000美元的可計算資產。其他家庭最多可以擁有2,000美元。

對於接受州政府現金援助（Temporary Assistance for Needy Families program - TANF），或者聯邦政府補充保障收入（supplemental security income - SSI）的人士我們並不計算他們的財產。我們不計算你的住宅和真實市值低於4,650美元的汽車。我們也不計算供身有殘疾的家庭成員使用的交通工具。

## 我們可以擁有多少收入？

我們計算大多數收入。總收入指的是扣除各種費用之前的收入。純收入指的是總收入減去正當減扣之后的剩餘

部分。領取SSI和TANF家庭均符合領取食品券的條件。有老年人或者殘疾人士的家庭必須符合總收入和純收入評估標準。有老年人或者殘疾人士的家庭只須符合純收入評估標準。

從2004年10月1日到2005年9月30日，月收入限額如下：

家庭成員	每月總收入*	每月純收入*
1	\$1,009	\$ 776
2	1,354	1,041
3	1,698	1,306
4	2,043	1,571
5	2,387	1,836
6	2,732	2,101
7	3,076	2,366
8	3,421	2,631
其他每個人	+345	+265

## 甚麼是正當減扣？

- 所得收入的20%；
- 134美元標準減扣；\*
- 老年人或者殘疾人士每月超過35美元的醫療支出；
- 用於需要家庭照顧的成員在培訓、教育或者工作方面的支出，但支出限制為每個2歲以下的子女不超過200美元，其他成員每人不超過175美元；
- 法定的子女贍養費；以及
- 一定百分比的住房費用。

\*某些成員較多的家庭將會獲得較大的減扣。阿拉斯加和夏威夷減扣金額較高。接受SSI援助的加利福尼亞居民沒有獲得食品券的資格。

