

A 98.9:52

You & Food Stamps

Usted y
Estampillas
Para
Alimentos **ASERL**

PROPERTY OF THE
LIBRARY

FEB 12 1976

UNIVERSITY OF NORTH CAROLINA
AT GREENSBORO

B447A

U. S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE
FOOD AND NUTRITION SERVICE • FNS - 5



U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE
FOOD COUPON

DO NOT FOLD
OR SPINDLE



VALUE
5
DOLLARS

NON-TRANSFERABLE
EXCEPT UNDER CONDITIONS PRESCRIBED BY THE SECRETARY OF AGRICULTURE



To be strong and healthy, your family must eat the right kind of food. Food stamps can help you buy more of the right kind of food.

To eat right, choose right. Each day choose food from each of these four food groups:

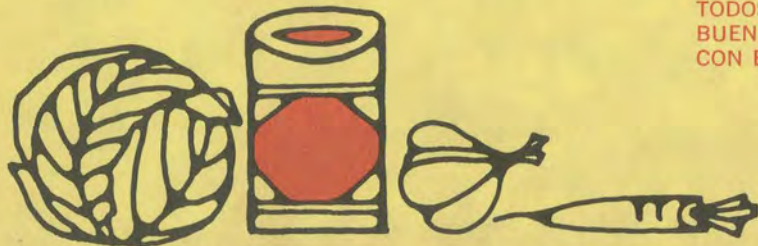
Milk and foods made with milk.

Fruits and vegetables.

Breads and cereals.

Meat, fish, poultry, eggs, peanut butter, and beans.

If your income is low and you are unable to buy all the food your family needs for a good diet, you should see about joining the Food Stamp Program.



PARA MANTENER EL VIGOR Y SALUD, SU FAMILIA NECESITA COMER LA PROPIA CLASE DE COMIDA. LAS ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS LE PUEDEN AYUDAR A COMPRAR MAS DE LA PROPIA CLASE DE COMIDA.

PARA COMER BIEN, ESCOJA BIEN. CADA DÍA ESCOJA COMIDAS DE CADA UNO DE ESTOS CUATRO GRUPOS DE COMIDA:

LECHE Y COMIDAS PREPARADAS CON LECHE.

FRUTAS Y VEGETALES.

PANES Y CEREALES.

CARNE, PESCADO, AVES, HUEVOS, MANTEQUILLA DE MANÍ Y FRIJOLES.

SI SUS RÉDITOS SON BAJOS Y USTED NO PUEDE COMPRAR TODOS LOS ALIMENTOS QUE SU FAMILIA NECESITA PARA UNA BUENA COMIDA, USTED DEBE DE VER SI PUEDE ASOCIARSE CON EL PROGRAMA DE ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS.

You may be able to get Food Stamps if you:

Work for low wages.

Are employed part-time.

Are unemployed.

Are on welfare.

Get a small social security or some other kind of pension check.

Live in a city or county that has a Food Stamp Program.

Cook your food at home.

PODRÁ RECIBIR ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS SI USTED:

TRABAJA A UN SUELDO BAJO.

TRABAJA PARTE DEL TIEMPO.

NO TRABAJA.

RECIBE AYUDA DE LA OFICINA DE BIENESTAR.

RECIBE UN CHEQUE PEQUEÑO DEL SEGURO SOCIAL U OTRA CLASE DE PENSIÓN.

VIVE EN UNA CIUDAD O CONDADO QUE MANTENGA EL PROGRAMA DE ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS.

COCINA EN SU CASA.



To apply for Food Stamps, take along this information to the local welfare office:

Rent receipts, house payment book, utility bills.

Proof of all income of all those in your household.

Bank books or other papers that show any savings.

Proof of medical bills (doctor, hospital).

If you qualify for Food Stamps, you will be issued an identification card. You use it when you buy your Food Stamps.



PARA APLICAR EN BUSCA DE ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS, LLEVE ESTAS INFORMACIONES A LA OFICINA DE BIENESTAR:

RECIBOS DE GASTOS EN RENTA, LIBRO DE PAGOS DE CASA, RECIBOS DE GASTOS EN LUZ, AGUA, Y OTROS SERVICIOS CASEROS.

PRUEBAS DE TODOS SUS RÉDITOS Y LOS DE LOS MIEMBROS DE SU CASA.

LIBRO DE AHORROS U OTROS PAPELES QUE ENSEÑEN AHORROS.

RECIBOS DE GASTOS EN SERVICIOS MÉDICOS (DOCTOR, HOSPITAL).

CUANDO CUMPLA CON LOS REQUISITOS DEL PROGRAMA RECIBIRÁ UNA TARJETA DE IDENTIFICACIÓN. LA USA CUANDO USTED VAYA A COMPRAR LAS ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS.

The Food Stamp Program helps you buy more and better food. Here is how it works:

You buy Food Stamps each month at the Food Stamp Issuance office.

The Food Stamp Issuance office will add "extra" stamps.

The "extra" or "free" stamps you get will depend on the size of your family and your household income.

When you get your Food Stamps, you can use them like cash to buy the foods you need at any store that can take them.

EL PROGRAMA DE ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS LE AYUDA COMPRAR MÁS Y MEJORES ALIMENTOS. HE AQUÍ LOS ARREGLOS DEL PROGRAMA:

USTED COMPRA ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS CADA MES EN LA OFICINA QUE VENDA LAS ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS.

LA OFICINA DONDE COMPRE LAS ESTAMPILLAS LE AGREGARÁ ESTAMPILLAS "EXTRAS."

LAS ESTAMPILLAS "EXTRAS" QUE USTED RECIBA DEPENDERÁN EN EL TAMAÑO DE SU FAMILIA Y EN SUS RÉDITOS.

CUANDO RECIBA SUS ESTAMPILLAS PARA ALIMENTOS USTED LAS PODRÁ USAR COMO DINERO EN EFECTIVO EN CUALQUIER TIENDA QUE LAS PUEDA RECIBIR.





So you won't have any doubts and so you'll know exactly what to do, ask your local welfare office for more complete details.

The standards for participation in the Food Stamp Program are the same for everyone without regard to race, color, religious creed, national origin, sex, or political belief.

PARA QUE USTED NO TENGA DUDAS Y SEPA EXACTAMENTE QUE HACER, LA OFICINA DE BIENESTAR QUE USTED VISITE LE DARÁ DETALLES MAS COMPLETOS.

LOS REQUERIMIENTOS PARA ACOGERSE AL PROGRAMA DE ESTAMPILLAS DE ALIMENTOS SON LOS MISMOS PARA TODOS, SIN IMPORTAR SU RAZA, COLOR, CREENCIAS RELIGIOSAS, NACIÓN DE ORIGEN O CONVICCIONES POLÍTICAS.



REVISED AUGUST 1974
Slightly Revised November 1975