



Qu'est-ce que le Food Stamp Program (programme de coupons alimentaires) ?

Ce programme aide les personnes aux revenus modestes ou sans revenus à acheter des aliments nutritifs. Les prestations en coupons alimentaires ne sont pas de l'argent comptant. Elles sont fournies sous forme d'une carte électronique que vous utilisez comme une carte bancaire pour acheter de la nourriture. La plupart des supermarchés acceptent les coupons alimentaires.

Puis-je obtenir les prestations en coupons alimentaires ?

L'admissibilité aux prestations en coupons alimentaires est basée sur votre revenu et vos ressources, vos économies, par exemple. Certaines choses, comme votre résidence, ne comptent pas comme ressources. Dans certains états, au moins une voiture ne compte pas comme ressource. Des règles spéciales s'appliquent aux personnes âgées et handicapées. Si vous êtes admissible, la quantité de prestations en coupons alimentaires que vous recevez dépend du nombre de personnes dans votre famille. Pour de plus amples informations, adressez-vous au bureau local pour les coupons alimentaires.

Pour voir si vous pourriez être admissible aux prestations en coupons alimentaires, vous pouvez aussi consulter le site www.foodstamps-step1.usda.gov. Répondez aux questions pour savoir si vous pourriez être admissible et combien vous pourriez recevoir. Mais pour en être sûr(e), vous devez déposer une demande.

Comment puis-je faire une demande de prestations en coupons alimentaires ?

Si vous souhaitez déposer une demande, vous devez :

- Téléphoner ou vous rendre au bureau local pour coupons alimentaires afin d'obtenir un formulaire de demande ou obtenir ce formulaire pour votre état au site www.fns.usda.gov/fsp.
- Remplir le formulaire de demande aussi bien que possible. Indiquer votre nom et votre adresse et signer le formulaire.
- Renvoyer le formulaire de demande au bureau local, en ligne, par courrier, télécopie ou le déposer en personne.
- Obtenir un entretien. Cela peut se faire par téléphone ou vous pouvez demander à un(e) ami(e) ou parent d'y aller à votre place.
- Présenter au bureau local des papiers tels que talons de chèques de paye, reçus de loyer ou de versements hypothécaires, factures de services publics, factures de garde d'enfant ou de personne âgée et ordonnances de tribunaux relatives aux pensions alimentaires pour enfants. Le bureau local pourra vous renseigner sur les papiers et autres informations à fournir.

Une fois votre demande examinée, le personnel du bureau local vous informera de votre admissibilité et des prestations que vous pourrez recevoir.

Comment puis-je trouver mon bureau local ?

Pour vous aider à trouver votre bureau local pour coupons alimentaires, téléphonez au 1-800-221-5689 ou consultez le site <http://www.fns.usda.gov/fsp>.

Ai-je besoin d'un numéro de sécurité sociale ?

Oui, vous devez avoir un numéro de sécurité sociale si vous souhaitez bénéficier des prestations en coupons alimentaires. Il n'est pas nécessaire que toutes les personnes qui résident chez vous participent au programme. Les personnes qui ne veulent pas recevoir de prestations en coupons alimentaires ne sont pas tenues de fournir leur numéro de sécurité sociale. Mais elles doivent fournir les informations relatives à leurs finances.

Puis-je obtenir les prestations en coupons alimentaires si je ne travaille pas ?

Oui, mais si vous pouvez travailler, vous devez chercher du travail, accepter un emploi ou suivre une formation.



Les personnes non citoyennes des États-Unis, en résidence légale, peuvent-elles bénéficier des prestations en coupons alimentaires ?

Peut-être. Demandez au personnel du bureau pour coupons alimentaires. Si vous ne pouvez pas en bénéficier, les personnes résidant chez vous, nées aux États-Unis, peuvent en bénéficier. Les prestations en coupons alimentaires ne vous nuiront pas si vous souhaitez devenir citoyen(ne).

Où puis-je trouver davantage d'informations ?

Téléphonez au bureau local pour coupons alimentaires.

Téléphonez au 1-800-221-5689.

Consultez le site www.fns.usda.gov/fsp.

Comment ma famille peut-elle mieux manger ?

Vous voulez ce qu'il y a de mieux pour votre famille. Vous voulez que tout le monde soit en bonne santé, que vos enfants grandissent et s'instruisent. L'utilisation des coupons alimentaires pour acheter des aliments sains à votre famille pourra y contribuer.



Essayez ces suggestions pour que votre famille mange mieux et soit en bonne santé :

- Variez vos légumes... vert foncé, orange, des pois et des haricots.
- Mettez l'accent sur les fruits. Choisissez des fruits frais, surgelés, en conserve ou secs.
- Mangez chaque jour au moins 85 g de céréales à grain entier, de pain, craquelins, riz ou pâtes.
- Choisissez des viandes maigres et des produits laitiers contenant peu de gras.
- Pratiquez chaque jour une activité physique.

Pour de plus amples informations sur une alimentation saine, consultez le site www.mypyramid.gov.

Le programme des coupons alimentaires rend l'Amérique plus forte.



United States Department of Agriculture
(Ministère de l'agriculture des États-Unis)
Food and Nutrition Service
(Service aliments et nutrition)
FNS-313
Révisé en mars 2006

Le Ministère de l'agriculture des États-Unis (USDA) interdit la discrimination dans tous ses programmes et activités sur la base de la race, de la couleur, de l'origine nationale, du sexe, de la religion, de l'âge, des handicaps, des croyances politiques, de l'orientation sexuelle et de la situation de famille.

Le programme des coupons alimentaires rend l'Amérique plus forte.

