



# ¿No te alcanza el dinero para comprar comida para ti y tu familia?

## ...no te preocupes

Llámanos a la Línea de Ayuda para el Programa de Alimentos y Nutrición

# 1-800- 481-4989

[www.foodstamphelp.org](http://www.foodstamphelp.org)

Te diremos si calificas para recibir una Tarjeta de Asistencia de Comida o Bridge Card.

Nuestros servicios son gratis, la llamada es confidencial y puede ser en Español o Ingles.

Recuerda que tú puedes calificar aunque:

- No vivas con niños.
- Tengas carro, casa propia y/o ahorros.
- Estés trabajando o recibas beneficios del gobierno.
- No seas un ciudadano de los Estados Unidos pero hayas permanecido legalmente en el país por lo menos 5 años; o si tus hijos son ciudadanos, ellos podrían calificar para la ayuda.

Michigan State University (MSUE) trabaja con la Línea de Ayuda para darte información de cómo:

- Comprar más alimentos con menos dinero.
- Preparar comidas fáciles y saludables para ti y tu familia.

Este proyecto ha sido parcialmente pagado con fondos del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) a través de colaboraciones con el programa de Extensión de Universidad Estatal de Michigan y el Departamento de Servicios Humanos de Michigan. Se ha recibido apoyo adicional de organizaciones privadas, como MAZON: Una Respuesta de la Comunidad Judía al Hambre, del Programa Presbiteriano Contra el Hambre, y del Programa "Comparte Nuestra Fortaleza". De acuerdo con la ley Federal y políticas del Departamento de Agricultura, se prohíbe a esta institución que discrimine en base a raza, color, origen nacional, sexo, edad, religión, creencias políticas o discapacidad. Para registrar una queja de discriminación escriba al: USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250 o llame al (202) 720-5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades y empleador.