



# Hirap sa Pagkain (Food Insecurity)

Noong 2018, 14.3 milyong mga household sa America ay hirap sa pagkain na may limitado o di tiyak na access sa sapat na pagkain. Dahil sa pandemic ng coronavirus, higit sa 50 milyong katao sa America ay maaaring makaranas ng kahirapan sa pagkain. Ang mga indibiduwal at household na maaaring magdagdag sa kanilang mga pangangailangan sa pagkain at nutrisyon sa pamamagitan ng pambansa o lokal na mga institusyon kasama na ang Federal Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP), local food banks, hunger relief organizations, at lokal na mga department of social services.



## Tanong: Anong mga uri ng food insecurity services at suporta ang mayroon?

Maraming iba't ibang mga food insecurity na serbisyo at suporta na mag-iiba iba ayon sa rehiyon. Maaaring kabilang sa mga ito ang mga food pantry, food bank, soup kitchen, meal delivery program, social services program, school program at not-for profit na agency o mga

1 Bumisita sa <https://www.christopherreeve.org/tl/international/tagalog-hub> para sa mga mapagkukuhanan ng impormasyon o tulong

programa ng gobyerno tulad ng SNAP.

### **Tanong: Paano napagpapasyahan ang eligibility para sa mga food insecurity na serbisyo?**

Ang pagiging karapat-dapat para sa food insecurity ay napagdedesisyon ng iba't ibang mga factor na maaaring kabilang ang wala o lahat ng mga sumusunod: Laki ng pamilya, edad ng mga miyembro ng pamilya o indibiduwal, mga kasalukuyang finance, pag-enroll sa programa, pagkakaroon ng mga kapansanan o rehiyon kung saan naninirahan. Ang bawat food insecurity program ay may sarili nitong requirement sa pagiging karapat-dapat.

### **Tanong: Ano ang Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)?**

Ang Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) ay ang pinakamalaking federal assistance program. Ang SNAP ay nagkakaloob ng mga benepisyo sa mga karapat-dapat na low-income na indibiduwal at pamilya sa pamamagitan ng Electronic Benefits Transfer card. Ang card na ito ay magagamit tulad ng debit card para bumili ng eligible na food sa mga awtorisadong retail food store.

Para maging eligible sa benefit program na ito, ang mga aplikante ay dapat nakatira sa estado kung saan sila nag-a-apply at makakatugon sa ilang mga limitasyon sa balanse ng bangko. Isang household na may mas nakatatanda (mas matanda sa 60 taong gulang) o may kapansanan na miyembro ng household ay maaaring may mas mataas na limitasyon sa balanse ng bangko.

Bumisita sa SNAP's eligibility page at <https://www.fns.usda.gov/snap/recipient/eligibility> para malaman nang higit pa ang mga requirement sa eligibility at kung paano kinukuwenta ang mga benepisyo.

### **Tanong: Paano ko mahahanap ang aking lokal na Social Services Agency?**

Maaari mong gamitin ang State Social Services Agencies search tool sa <https://www.usa.gov/state-social-services> at hanapin ang listahan ng mga lokal na agency o makipag-ugnayan sa iyong State Social Services Agency para sa impormasyon.

### **Tanong: Paano ako makakahanap ng food bank, food pantry o soup kitchen na malapit sa akin?**

Makakahanap ka ng impormasyon tungkol sa mga food bank o food pantry na malapit sa iyo sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa lokal na social service agency, mga non-profit na organisasyon, at faith-based na organisasyon sa pamamagitan ng paghahanap sa internet o pagtawag sa telepono na may lokal na impormasyon. Maaari mong simulan sa pamamagitan ng pagtawa sa munisipyo ng iyong bayan. Kung wala silang food pantry, baka puwede ka nilang irekumenda sa isang lokal na foodbank. Magpunta at tingnan ang website na Food Pantries.org <https://www.foodpantries.org/> para sa kanilang listahan ng mga lokal na food pantry at subukan na tumawag sa 211 na makakahanap ng mga lokal na food pantry. Ang

ilang mga komunidad ay naglagay ng mga libreng walk-up food pantry kung saan puwede kang kumuha ng gusto mo ng walang mga application form na kinakailangan sulatan.

### **Tanong: Mayroon bang mga food insecurity service na naghahatid ng pagkain sa mga indibiduwal na hindi handang iwanan ang bahay o maghanda ng sarili nilang pagkain dahil sa edad o nabubuhay ng may kapansanan?**

Oo. Sa maraming mga rehiyon may mga food insecurity na serbisyong makakapaghatid ng mga pagkain. Maaaring available ito sa pamamagitan ng mga lokal na non-profit o social services na agency o mga pambansang organisasyon na may mga national provider tulad ng Meals on Wheels. Makikita mo kung may Meals on Wheels na provider na malapit sa iyo <https://www.mealsonwheelsamerica.org/find-meals>.

### **Tanong: May mga serbisyo ba ng pagkain para sa mga bata?**

Oo. Ang mga low income na pamilya ay dapat mag-apply sa pamamagitan ng paaralan o school district ng kanilang anak para sa dalawang pambansang programa mula sa US Department of Agriculture's Food and Nutrition Service (FNS) na nagkakaloob ng libre o naawasang presyo na mga pagkain sa paaralan. Ang isa ay tinatawag na **National School Lunch Program** (<https://www.fns.usda.gov/nslp>) at ang isa ay ang **School Breakfast Program** (<https://www.fns.usda.gov/sbp/school-breakfast-program>). Mas higit mo pang matututunan ang tungkol sa mga programang ito at iba pang mga available sa iyong estado sa pamamagitan ng pagpunta sa FNS finder sa <https://www.fns.usda.gov/contacts/contact-map?f%5B0%5D=program%3A39> para makita ang agency website ng iyong estado.

Sinisimulan nang tugunan ng mga unibersidad ang problema ng food insecurity sa mga estudyante nito. Tingnan sa opisina ng mga serbisyo sa estudyante kung sila ay may aid o mga programa na may kaugnayan dito.

Mga dulugan: <https://www.feedingamerica.org/>, <https://www.feedingamerica.org/hunger-in-america>, <https://www.mealsonwheelsamerica.org/>

#### **Gusto mong may makausap?**

Ang aming Information Specialist ay available na sagutin ang iyong mga tanong. Tumawag ng toll-free 1-800-539-7309 Lunes hanggang Biyernes, 9 am-8 pm EST. Mag-schedule ng tawag o magtanong online sa <https://www.christopherreeve.org/tl/get-support/ask-us-anything/form>

Ang impormasyong nilalaman ng mensaheng ito ay ipinapakita para sa layunin ng pagtuturo at pagbibigay impormasyon sa iyo tungkol sa paralysis at mga epekto nito. Walang anumang nilalaman sa mensaheng ito ay dapat pakahulugan ni hindi nilalayon na gamitin bilang medikal na diagnosis o paggagamot. Hindi ito dapat pumalit sa payo ng iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider. Kung mayroon kang mga tanong na may kaugnayan sa pangangalaga ng kalusugan, mangyaring tawagan o magpatingin sa iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider kaagad. Parating magpakonsulta sa iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider bago magsimula ng bagong treatment, diet o fitness program. Hindi mo kailanman dapat di pansinin o patagalín ang mga ito dahil sa isang bagay na nabasa mo sa mensaheng ito.

Ang publikasyon na ito ay sinusuportahan ng Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) bilang bahagi ng pinansiyal na tulong na may total na \$8,700,000 na may 100 porsiyentong pagpopondo ng ACL/HHS. Ang mga nilalaman ay iyong mula sa (mga) may akda at hindi nangangahulugan na opisyal itong mga pananaw, ni hindi pag-endorso, ng ACL/HHS, o ng Gobyerno ng Estados Unidos.