제가 어떻게...
식료품에 드는 비용을 절약할 수 있을까요?

이전에는 푸드 스탬프로 알려진 **식품 보조 프로그램**(Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP)은 식료품에 지출하는 비용을 지원합니다. SNAP에 등록된 사람은 직불 카드처럼 쓸 수 있는 카드를 받습니다. 수입, 지출, 자산 및 가계 크기에 따라 이용 가능 여부가 결정됩니다. 60세 이상 필라델피아 노인들이 매달 받는 평균 혜택은 약 $100 정도입니다.

여러분의 SNAP 프로그램 자격 여부 확인과, 신청 도움을 받으시려면 다음 번호로 전화하십시오:

BenePhilly: 1-800-236-2194
BenePhilly는 여러분이 60세 이상이라면 전화를 통해 SNAP 지원 신청을 할 수 있는 등록 센터입니다.

Food Stamp Hotline: 215-430-0556
필라델피아 기아 퇴치 연합은 여러분이 전화로 SNAP 신청을 하실 수 있도록 도울 수 있으며, 신청이나 해당 경우에 있어 문제가 발생할 시 이를 도와드립니다.

또한 여러분은 여러분 지역 내 카운티 지원 사무소(County Assistance Office)에서 직접 신청하거나, 웹사이트 **www.compass.state.pa/us**를 방문해 온라인으로 SNAP을 신청하실 수도 있습니다. 여러분 지역 사무소를 찾으시려면 **Food Stamp Hotline**으로 연락하시기 바랍니다: **215-430-0556.**

제가 어떻게...
저희 동네에서 단체 급식을 먹을 수 있을까요?

필라델피아 노인국**(Philadelphia Corporation for Aging, PCA)**과 연결된 시니어 센터에서 적은 금액의 일일 기부만으로 건강한 점심 식사를 즐기실 수 있습니다. 여러분 지역 근처의 시니어 센터 위치를 찾아보려면 **PCA Helpline**으로 문의하시기 바랍니다: **215-765-9040.**

시 전역에 있는 다른 곳에서는 무료 점심이나 아침 프로그램을 제공합니다. 여러분 지역 근처의 프로그램에 대해 찾아보려면 **기아 퇴치 연합 (Coalition Against Hunger)**으로 문의하시기 바랍니다: **215-430-0556.**

제가 어떻게...
저희 집으로 식료품 배달을 받을 수 있을까요?

필라델피아에 있는 SuperFresh, Fresh Grocer, ShopRite, Fine Fare, Shop n Bag 및 몇몇 기타 식료품 체인들은 무료, 아주 적은 금액 혹은 최소 구매금액 요건으로 식료품 배달 서비스를 제공합니다. 여러분 지역 근처에서 해당 서비스 이용가능 여부를 문의하시려면 311로 전화하시거나 여러분의 지역 상점 내 캐셔에게 문의하시기 바랍니다. 대부분의 주요 식료품 상점들은 SNAP을 받습니다.

제가 어떻게...
무료 혹은 저렴한 푸드 박스를 받을 수 있을까요?

시 전역에 있는 식료품 저장고에서 보존 식품으로 구성된 푸드 박스를 무료로 제공합니다. **기아 퇴치 연합(Coalition Against Hunger)**에 전화로 저장고 위치를 문의하십시오: **215-430-0556.**

필수 보충식품 프로그램(Commodity Supplemental Food Program)은 60세 이상 저소득 노인들에게 매달 무료 푸드 박스를 제공하고 있습니다. 도시 전역 90개 이상의 대리점에서 푸드 박스를 배포합니다. 여러분이 계신 지역 근처의 대리점을 찾아 보시려면 **Philabundance Food Help Line**으로 전화하십시오: **1-800-319- FOOD (3663).**

유대인 구호 에이전시(Jewish Relief Agency, JRA)는 한 달에 한번 필라델피아 및 외곽 카운티 전역에서, 연령이나 종교 소속에 관계없이 코셔(Kosher) 보존 식품과 농산물로 구성된 무료 푸드 박스를 배달합니다. 자세한 위치는 **610-660-0190 혹은 215-281-7572**로 문의하십시오.

City of Philadelphia
MICHAEL A. NUTTER, MAYOR

필라델피아 고령자를 위한 음식 재료 지침

나이가 들어감에 따라, 건강하고 저렴한 음식을 구하는 것이 쉽지 않을 수 있습니다. 이 지침에서는 여러분이 필요로 하는 음식을 구하는데 있어 돈을 절약하면서, 필라델피아에서 구할 수 있는 재료에 대한 정보를 찾아보실 수 있습니다. 다음 프로그램의 세부 정보에 대해 알아보기:

- SNAP(식품보조프로그램/푸드 스탬프)
- 자택 배달 음식
- 신선한 과일과 채소에 대한 할인
- 단체 급식
- 푸드 박스 프로그램
- 식료품 배달

프로그램 웹사이트 링크를 비롯해 본 지침내용을 온라인으로 보려면 다음을 방문하십시오.
www.pcaCares.org/foodresources

제가 어떻게...
저희 집으로 음식을 배달시킬 수 있을까요?

만약 여러분께서 요리나 쇼핑에 어려움을 갖고 계시다면, PCA와 다른 지역 기관들이 여러분 댁으로 음식을 배달해 드릴 수 있습니다. 다음 세부 정보를 이용해 여러분에게 알맞는 서비스를 찾아보시기 바랍니다.

필라델피아 노인국(Philadelphia Corporation for Aging, PCA):
215-765-9040
서비스 지역: 도시 전역
비용: 무료
참고: 여러분이 다른 PCA 서비스에 대한 자격이 있으시다면, 자택으로 배달되는 음식 서비스 혜택 자격도 갖추셨을 수 있습니다. 여러분의 케어 평가를 담당하는 케어 매니저가 여러분의 적격여부를 판단하게 됩니다.

PCA
PHILADELPHIA CORPORATION FOR AGING
Enriching lives, preserving dignity.™

MANNA: 1-866-626-6209
서비스 지역: 도시 전 지역
비용: 무료
참고: MANNA는 영양상의 우려를 갖고 심각한 질병과 싸우는 분들을 위한 냉동 음식 서비스를 제공합니다.

Aid for Friends: 215-464-2224
서비스 지역: 도시 전역
비용: 무료
참고: 본 서비스의 이용은 외딴 곳에 거주하며 외출이 힘든 분만 가능합니다.

Chestnut Hill Meals on Wheels: 215-233-5555
서비스 지역: 저먼타운(Germantown), 마운트 에어리(Mt. Airy), 체스넛 힐(Chestnut Hill) 및 스프링필드 타운쉽(Springfield Township)의 일부 지역
비용: $7/일, $35/주
참고: 일부 재정 지원 이용가능.

Klein-JCC's Home-Delivered Meals:
215-698-7300, 내선 197
서비스 지역: 노스이스트 필라델피아, 이스턴 몽고메리 컨트리(Eastern Montgomery Country), 로우어 벅스 카운티(Lower Bucks County), 센터 시티(Center City), 사우스 필라델피아
비용: 친구를 위한 요리: $2/식사 기부.
출장 준비된 식사: $5/식사
참고: 일부 재정 지원 이용가능.

Homelink's Meals on Wheels: 267-682-1026
서비스 지역: 노스웨스트, 사우스, 웨스트, 노스 필라델피아 내의 특정 우편번호
비용: $5/식사
참고: SNAP(식품보조프로그램/푸드 스탬프) 이용가능하며, 기타 재정 지원도 이용 가능할 수 있습니다.

Northeast Meals on Wheels: 215-745-9066
서비스 지역: 로우어 노스이스트 필라델피아
비용: $40/주

21st Ward Meals on Wheels: 215-482-0249
서비스 지역: 록스보로(Roxborough), 마나윤크(Manayunk), 위사히콘(Wissahickon)
비용: 주중, $25/주

제가 어떻게... 신선한 과일과 채소에 들어가는 비용을 절약할 수 있을까요?

신선한 과일과 채소를 섭취하는 것은 여러분의 나이가 들면서 건강을 유지하는데 있어 가장 중요한 방법 중 하나입니다. 다음 프로그램들을 통해 양질의 농산물을 구입 관련 지출을 절약할 수 있습니다.

Philly Food Bucks는 SNAP 수령자가 참여 파머스 마켓에서 매 $5을 소비할 때마다 $2 상당의 무료 농산물을 받을 수 있는 쿠폰입니다. 이 쿠폰은 파머스 마켓에서 수령할 수 있습니다. 여러분 지역 근처에 위치한 파머스 마켓을 보시려면 **311**로 문의하시기 바랍니다.

Senior Farmers' Market Nutrition Program은 60세 이상 저소득 필라델피아 노인들에게 여름마다 $20 금액의 바우처를 제공합니다. 이 바우처는 시니어 센터 및 PCA에서 배포합니다. 바우처는 11월까지 유효하며, 펜실베니아에서 재배된 신선한 과일과 채소에 사용할 수 있습니다. 보다 자세한 정보를 원하시면 **PCA Helpline**으로 문의하십시오: **215-765-9040.**

SHARE Food Program은 대폭 할인된 농산물과 육류, 기타 식품들로 구성된 패키지를 제공합니다. 여러분은 담당 대리점에서 매달 메뉴 항목을 주문하고, 여러분이 주문한 패키지를 픽업할 수 있습니다. 담당 대리점 위치는 **SHARE**에 전화해 문의하시기 바랍니다: **215-223-2220.**

Fresh for All은 필라델피아 전역의 사람들에게 신선한 과일과 채소를 유통하는 이동하는 파머스 마켓입니다. 누구나 자격이 있으시지만, 참가자들은 기본적인 가계 정보를 가져오셔야 합니다. 위치 리스트에 대한 문의사항이 있으시면 **Philabundance Food Help Line**으로 전화주시기 바랍니다: **1-800-319-Food (3663).**

Fair Food Farmstand는 **Double Dollars** 프로그램을 제공하여 SNAP에 등록된 사람들은 과일과 채소에 $5씩 지출할 때마다 $5 상당의 쿠폰을 얻을 수 있습니다. Fair Food는 12 스트리트와 Arch 스트리트 근처의 Reading Terminal Market에 위치하고 있습니다. 보다 자세한 정보를 원하시면 **Fair Food**로 문의하시기 바랍니다: **215-386-5211, 내선 120.**

Iovine Brothers Produce Market은 노인들에게 10% 할인을 제공합니다. 이 마켓은 Reading Terminal Market의 동남쪽 코너, 11 스트리트와 Filbert 스트리트 코너 근처에 위치해 있습니다.

이 외에도 여러분이 재배하고 구입하거나 혹은 이웃과 음식을 나눌 수 있는 커뮤니티 가든이 시 전역에 있습니다. 여러분이 계신 지역 근처의 가든 위치를 찾아보시려면, **Pennsylvania Horticultural Society**로 문의하시기 바랍니다: **215-988-8800.**