



**Помните! Чтобы укрепить свое здоровье, нужно есть 5 – 9 порций фруктов и овощей каждый день!**



**Используйте свои чеки до 30 ноября!**

Департамент сельского хозяйства штата Пенсильвания осуществляет Программу питания совместно с фермерским рынком (Farmers' Market Nutrition Program).

С вопросами о программе обращайтесь по адресу:  
Bureau of Food Distribution  
2301 North Cameron Street  
Harrisburg, PA 17110-9408

1-800-468-2433  
[www.pda.state.pa.us](http://www.pda.state.pa.us)

Tom Wolf  
Governor

Russell Redding  
Secretary of Agriculture

## Фермерский рынок для пожилых жителей штата Пенсильвания - Программа питания



Pennsylvania Department of Agriculture

Источник информации:

Philadelphia Corporation for Aging  
642 North Broad Street  
Philadelphia, PA 19130-3409

Линия помощи PCA: 215-765-9040

Посетите наш вебсайт

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

**PCA**

## Что представляет собой программа Senior Farmers' Market Nutrition Program (SFMNP)?

По этой программе, пожилые люди получают по четыре чека на 5 долларов каждый (всего на 20 долларов). Эти чеки могут быть использованы для приобретения свежих фруктов и овощей, выращенных или выращиваемых в штате Пенсильвания.

## Кто имеет право на участие в программе?

Чтобы получить чеки SFMNP в Филадельфии вы должны:



- достичь 60 лет к 31 декабря 2018 года;
- жить в Филадельфии;
- иметь общий доход на дом за 2018 год не более чем  
\$22,459 (1 чел.)    \$30,451 (2 чел.)  
\$38,443 (3 чел.)    \$46,435 (4 чел.)

## Как использовать чеки?

- Чеки принимают только уполномоченные на это рынки или магазины.
- См. список рынков, полученный вместе с вашими чеками.
- Вы НЕ МОЖЕТЕ использовать эти чеки в других магазинах.
- Каждый чек стоит 5 долларов. Сдача после покупки не выдается, так что попытайтесь полностью потратить всю сумму чека в 5 долларов.
- Чеки должны быть потрачены до **30 ноября 2018 года**.

*\*Ничего не пишите на чеках, пока продавец не попросит подписать их.*

## Что я могу купить на свои чеки?

- Свежие фрукты и овощи, которые выращены в Пенсильвании.
- См. перечень разрешенных для покупки продуктов на противоположной странице
- Продавец может помочь Вам, если у Вас есть вопросы о том, что и сколько Вы можете купить

## Продукты, разрешенные для покупки

Свежие фрукты и овощи, которые выращены в Пенсильвании.

### Фрукты – Неполный список

Яблоки	Черешня	Нектарины	Сливы
Абрикосы	Виноград	Персики	
Ягоды	Дыни	Груши	

### Овощи – Неполный список

Артишоки	Баклажаны	Тыквы (только для еды)
Спаржа	Зелень	Редис
Бобы (свежие)	Кольраби	Ревень
Свекла	Лук-порей	Брюква
Брокколи	Салат-латук	Шпинат
Брюссельская капуста	Грибы	Кабачки
Капуста	Окра	Сладкий картофель
Морковь	Лук	Помидоры
Цветная капуста	Лук-пастернак	Репа
Сельдерей	Горох	Кабачки цуккини
Кукуруза	Перцы	
Огурцы	Картофель	

Можно покупать свежесрезанные травы, если они используются для приготовления пищи или в качестве приправы.

## Продукты, не разрешенные для покупки

Вы **НЕ** можете покупать:

- ⊗ Обработанные продукты – джемы, выпечку, мед, орехи, сидр
- ⊗ Цитрусовые или тропические фрукты – бананы, апельсины, лимоны, лаймы, грейпфруты, мандарины, ананасы, манго и т.д.
- ⊗ Живые растения – даже если они являются травами