



## 在这里获取帮助

### 杰纳西县粮食援助

#### 商品粮食计划

该项粮食补充计划旨在向 60 岁以上的低收入人群提供援助。每月发放粮食一次。请致电 810-789-3746 或 810-232-2185 了解详情。

#### Double Up Food Bucks 行动 (DUFEB)

在您购买密歇根州自种植的水果和蔬菜时，DUFEB 计划不与 SNAP 福利冲突。例如，如果您购买价值 10 美元的密歇根州自产农产品，您会额外得到 10 美元的补助用于购买更多的水果和蔬菜！本计划已在下列地点开展：

- 弗林特农贸市场 (Flint Farmer's Market) 全年开放，  
地址：300 East 1st Street, Flint,  
电话：810-232-1399
- Landmark Food Centers (有两处地点) 每年限次提供：地点一：  
206 West Pierson Road, Flint,  
电话：810-789-7311，或地点二：  
4644 Fenton Road, Flint,  
电话：810-238-2972，请您致电了解两处地点可用的日期和时间。

#### 紧急粮食援助计划 (TEFAP)

每隔三个月 TEFAP 会在茶水间和教堂一类的社区设立销售点，向符合要求的家庭和个人提供健康食品。请致电 810-789-3746 或 810-232-2185 联系 GCCARD 了解详情。

#### 密歇根州东部粮食库 (Food Bank of Eastern Michigan)

密歇根州东部粮食库可以与您联系并商谈有关粮食援助计划的事宜。请致电 810-239-4441 或访问 [www.fbem.org](http://www.fbem.org) 了解详情。

MICHIGAN STATE UNIVERSITY | Extension

由儿童公共卫生计划 (Pediatric Public Health Initiative) 联合推出。

MICHIGAN STATE UNIVERSITY

HURLEY CHILDREN'S HOSPITAL

### 杰纳西县卫生局 (Genesee County Health Department)

网址：[www.gchd.us](http://www.gchd.us)；  
电话：810-257-3612

#### 补充营养援助计划 (SNAP)

SNAP 计划 (旧称食品券) 可向低收入居民提供金钱援助用于购买食物，其中包括：

- 水果和蔬菜
- 面包和谷类食品
- 乳制品、肉类、鱼和家禽

您还可以使用 SNAP 福利购买种子和农作物，以增加自己的粮食储备。请访问 [www.mibridges.michigan.gov](http://www.mibridges.michigan.gov) 或致电 810-760-2200 联系杰纳西县卫生署和人类服务部 (DHHS) 进行申请。

#### 妇女、婴儿及儿童计划 (WIC)

WIC 计划会向低收入孕妇或哺乳期妇女、婴儿以及未满 5 岁且存在营养不良风险的儿童提供额外的粮食补助。WIC 提供的食物包括：

- 婴幼儿配方奶粉
- 富含铁元素、钙元素和维生素 C 的水果和蔬菜
- 全麦面包、谷类食品和铁强化谷物
- 鸡蛋、牛奶和奶酪

请致电 800-262-4784 (免费电话) 或 810-237-4537 申请加入 WIC。

### 参考资料

*Iron Deficiency Anemia Prevention: Diseases and Conditions*. 梅奥诊所 (Mayo Clinic). (2014 年)。摘自 <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/iron-deficiency-anemia/basics/prevention/con-20019327>

*Lead and a Healthy Diet: What You Can Do to Protect Your Child* [EPA-747-F01-004]. 美国环境保护署 (EPA) 污染防治和有毒物质办公室。 (2001 年)。摘自 <http://www2.epa.gov/sites/production/files/documents/nutrition.pdf>

*Learn About Lead* [概述和实况报道]。美国环境保护署 (EPA)。 (2015 年)。摘自 <http://www.epa.gov/lead/learn-about-lead>

*Nutrition and Lead Poisoning Prevention*. 内布拉斯加州卫生署和人类服务部 (Nebraska Department of Health and Human Services)。 (2011 年)。摘自 <http://dhhs.ne.gov/publichealth/Pages/LeadNutrition.aspx>

*Soil Lead: Testing, Interpretation, and Recommendations*. 马萨诸塞大学阿姆斯特分校 (University of Massachusetts Amherst) 土壤和植物组织检测实验室。 (不详)。摘自 <https://soiltest.umass.edu/fact-sheets/soil-lead-testing-interpretation-recommendations>

### 致谢

上述材料由美国农业部 (USDA) 下属补充营养援助计划教育部 (SNAP-Ed) 出资，经由密歇根州立大学推广计划和赫尔利儿童医院 (Hurley Children's Hospital) 实施。

由密歇根州立大学推广计划的 ANR 创意服务 (ANR Creative Services) 制作，网址：[\(http://msue.anr.msu.edu/\)](http://msue.anr.msu.edu/)。

### WIC 新鲜果蔬计划 (WIC Project Fresh)

如果您已获得 WIC 福利，则有资格获取新鲜果蔬项目发放的优惠券，可以用其购买当地种植的水果和蔬菜！该计划运行时间为每年的 6 月 1 日至 10 月 31 日。请致电 810-237-4537 联系杰纳西县妇女、婴儿及儿童计划部，或拨打 810-244-8500 联系密歇根州立大学 (MSU)。

### 杰纳西县其他资源

#### 211

该服务可以向杰纳西县居民提供一些社区资源，范围包括食品、交通、教育、医疗、水过滤器和替换滤芯。由当地的杰纳西县联合劝募协会 (United Way of Genesee County) 提供资助。请在线访问 [www.211.org](http://www.211.org) 或致电 211 联系他们。

#### 弗林特水利部门

#### (Flint Water Department)

提供免费的水质检测。请前往 South Saginaw Street 1101 号获取检测试剂盒；电话：810-787-6537

#### 杰纳西县社区行动资源部

#### (GCCARD)

提供免费的水过滤器，请致电 810-789-3746 或 810-232-2185

#### 密歇根州立大学扩展计划 (MSUE)

提供免费的营养教育课程和土壤铅含量测试。电话：810-244-8500。

