

¿Puedo recibir los beneficios del SNAP si no estoy trabajando?

Sí, pero si está en condiciones para trabajar, debe buscar trabajo, aceptar un empleo o recibir capacitación.

¿Pueden las personas que no son ciudadanas legales recibir los beneficios del SNAP?

Tal vez. Pregunte en su oficina local de la División de Asistencia Pública (DPA). Incluso si usted no puede obtener beneficios, los miembros de su grupo familiar nacidos en este país sí pueden. Recibir los beneficios del SNAP no le perjudicará si quiere convertirse en ciudadano.

Si soy elegible, ¿cuánto puedo recibir?

Consulte la siguiente tabla para saber el monto máximo que puede obtener si no tiene ingresos. A medida que sus ingresos aumentan, sus beneficios del SNAP disminuyen. Los montos en esta tabla son válidos desde el 1 de octubre de 2023 hasta el 30 de septiembre de 2024.

Asignaciones máximas del SNAP de Alaska			
Cantidad de personas en el grupo familiar	Urbano	Rural I	Rural II
1	\$374	\$477	\$581
2	\$686	\$875	\$1,065
3	\$983	\$1,253	\$1,525
4	\$1,248	\$1,591	\$1,937
5	\$1,482	\$1,890	\$2,300
6	\$1,778	\$2,268	\$2,760
7	\$1,966	\$2,506	\$3,051
8	\$2,246	\$2,865	\$3,487
Miembro adicional	\$281	\$358	\$436

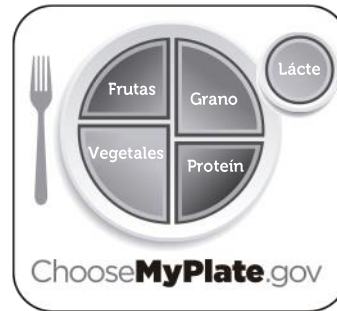
¿Dónde puedo obtener más información?

Llame a su oficina de asistencia pública o visite nuestro sitio web:
<http://health.alaska.gov/dpa/>

FSP 313 (06-3959) modificado en 08/23

¿Cómo puede mi familia alimentarse mejor?

Usted quiere lo mejor para su familia; quiere que todos estén bien y que sus hijos crezcan y aprendan. Utilizar los beneficios del SNAP para comprar alimentos saludables para su familia puede ayudar a que esto suceda.



Ponga en práctica estos consejos para ayudar a su familia a alimentarse mejor y permanecer saludable:

- Varíe sus vegetales... verde oscuro, naranja, guisantes y frijoles.
- Concéntrese en las frutas. Elija frutas frescas, congeladas, enlatadas o deshidratadas.
- Coma al menos 3 onzas de cereales, panes, galletas, arroz o pasta integrales todos los días.
- Elija carnes magras y productos lácteos con menos grasa.
- Haga de la actividad física una parte habitual de su día.

Para obtener más información sobre alimentación saludable, visite ChooseMyPlate.org



Gobernador Mike Dunleavy
Comisionada Heidi Hedberg
Estado de Alaska

Departamento de Salud
División de Asistencia Pública
<http://health.alaska.gov/dpa/>



El SNAP fortalece a los Estados Unidos



¿Qué es el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)?

El SNAP ayuda a las personas con pocos o ningún ingreso a comprar alimentos nutritivos. Los beneficios del SNAP no son dinero en efectivo; estos vienen en una tarjeta electrónica que se utiliza como una tarjeta bancaria para comprar alimentos. La mayoría de las tiendas de comestibles aceptan los beneficios del SNAP.

¿Puedo obtener los beneficios del SNAP?

Para obtener los beneficios del SNAP, sus ingresos y sus otros recursos tienen que estar por debajo de ciertos límites.

- **Ingresos:** El total de sus ingresos, antes de los impuestos o de cualquier otra deducción, se denomina *ingreso bruto*. Sin embargo, el programa permite ciertas sustracciones de sus ingresos brutos, llamadas *deducciones*. Estas pueden ser por cosas que usted paga, como costos de vivienda, pagos de manutención infantil, gastos médicos por más de \$35 al mes para personas de la tercera edad o discapacitadas o costos de cuidado de los niños. El monto que queda después de estas deducciones se denomina *ingreso neto*.
- Hay dos límites de ingresos: ingreso bruto e ingreso neto. Si en su grupo familiar alguna persona tiene 60 años o más o es discapacitada, solo tiene que cumplir con el límite de ingreso neto. Si todos los miembros de su grupo familiar reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) o Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF), no es necesario que cumpla con ninguno de los límites de ingresos. La mayoría de los grupos familiares deben cumplir con los límites de ingresos brutos y netos.
- Consulte la tabla de ingresos para saber cuáles son los límites de ingresos brutos y netos para los beneficios del SNAP. Los montos en esta tabla son válidos desde el 1 de octubre de 2023 hasta el 30 de septiembre de 2024.

Límites de ingresos del SNAP de Alaska		
Cantidad de personas en el grupo familiar	Ingreso bruto mensual*	Ingreso neto mensual*
1	\$1,973	\$1,518
2	\$2,670	\$2,054
3	\$3,366	\$2,590
4	\$4,063	\$3,125
5	\$4,760	\$3,661
6	\$5,456	\$4,197
7	\$6,153	\$4,733
8	\$6,849	\$5,269
Miembro adicional	+ \$697	+ \$536

* Los grupos familiares más grandes pueden tener más ingresos.

- **Recursos:** Sus recursos son cosas como cuentas bancarias. Para calificar para los beneficios del SNAP, su grupo familiar puede disponer de hasta \$2,750 en recursos. Si en su grupo familiar alguna persona tiene 60 años o más o es discapacitada, puede disponer de hasta \$4,250 en recursos. Los recursos de las personas que reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) o Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF) no cuentan. Su casa no cuenta como recurso. La mayoría de los vehículos no cuentan. Para obtener más información, hable con su oficina local de Asistencia Pública.

¿Necesito un número de Seguro Social?

Sí, debe obtener un número de Seguro Social si desea obtener los beneficios del SNAP. No todas las personas del grupo familiar tienen que unirse al programa. Las personas del grupo familiar que no quieren recibir los beneficios del SNAP no tienen que dar un número de Seguro Social, pero tienen que proporcionar su información financiera.

¿Cómo puedo presentar una solicitud para los beneficios del SNAP?

Si cree que puede ser elegible para recibir los beneficios del SNAP y quiere presentar una solicitud, debe hacer lo siguiente:

- Llame o vaya a la oficina local de Asistencia Pública para obtener una solicitud. Puede pedirles que le envíen la solicitud por correo postal o puede obtenerla en línea en <https://health.alaska.gov/dpa/Pages/features/org/applications.aspx>. Llene todo lo que pueda en la solicitud. Ponga su nombre y dirección en el formulario y firmelo. Envíe de vuelta la solicitud a la oficina local por correo postal o fax o llévela a la oficina local.
- Haga una entrevista. Su entrevista puede ser por teléfono. También puede asignar a un representante autorizado para que se presente a la entrevista en su lugar.
- Muéstrela a la oficina local documentos como talones de pago, pagos de alquiler o hipoteca, facturas de servicios públicos, facturas de cuidado de niños o ancianos y órdenes judiciales de manutención infantil. La oficina local puede decirle exactamente qué documentos y demás información necesitará para justificar sus ingresos y gastos.

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados y las instituciones que participan en los programas del USDA o que los administran tienen prohibida la discriminación por motivos de raza, color, nacionalidad, sexo (incluida la identidad de género y la orientación sexual), creencias religiosas, discapacidad, edad, creencias políticas o represalias por actividades anteriores relacionadas con derechos civiles, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA.

Para presentar una queja por discriminación en programas financiados por el USDA (SNAP, FDIPIR y otros), llene el formulario de quejas por discriminación en programas (AD-3027) (que se encuentra en línea en: Cómo presentar una queja, y en cualquier oficina del USDA) o escriba una carta dirigida al USDA aportando toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de la queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario completo o la carta al USDA por los siguientes medios:

1. correo postal: Food and Nutrition Service, USDA 1320 Braddock Place, Room 334, Alexandria, VA 22314; o
2. fax: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
3. teléfono: (833) 620-1071; o
4. correo electrónico FNCSIVILRIGHTSCOMPLAINTS@usda.gov.

El USDA y el HHS son proveedores y empleadores que ofrecen igualdad de oportunidades.