PAANO GAMITIN ANG IYONG MGA BENEPISYO NG PROGRAMANG TULONG PARA SA KARAGDAGANG NUTRISYON (SUPPLEMENTAL NUTRITION ASSISTANCE PROGRAM, SNAP)

Ang SNAP ay nagbibigay ng mga benepisyo sa nutrisyon para madagdagan ang badyet sa pagkain ng mga nangangailangang pamilya upang makabili sila ng masustansyang pagkain at makasulong tungo sa pagsasarili. Ang mga sambahayan ay dapat makatugon sa ilang partikular na kinakailangan upang maging kwalipikado para sa SNAP at makatanggap ng mga benepisyo.

Ang halaga ng mga benepisyo ng SNAP na natatanggap mo ay depende sa bilang ng mga tao sa iyong sambahayan, ang mabibilang na kita ng iyong sambahayan, at kung saan ka nakatira sa Alaska. Ang mga halaga ay nakabatay sa Plano sa Abot-kayang Pagkain ng Kagawaran ng Agrikultura ng U.S., na isang pagtatantya sa kung magkano ang gastos sa pagbibigay ng mga masustansya at murang pagkain. Maaari mong gamitin ang mga benepisyo ng SNAP sa karamihan ng mga tindahan ng grocery, at sa mga kalahok na merkado ng magsasaka.

ANO ANG MAAARING BILHIN NG SNAP?

Anumang pagkain para sa sambahayan, tulad ng:

- Mga prutas at gulay;
- Karne, manok, at isda;
- Mga produkto mula sa gatas;
- Mga tinapay at cereal;
- Iba pang pagkain tulad ng meryenda at mga inuming walang alak; at
- Mga buto at halaman, na nagbubunga ng pagkain para sa sambahayan.

ANO ANG <u>HINDI</u> MABIBILI NG MGA BENEPISYO NG SNAP:

- Beer, wine, alak, sigarilyo, o tabako**;**
- Mga bitamina, gamot, at supplement. Kung ang isang item ay may label na Supplement Facts, itinuturing itong supplement at hindi kwalipikado para sa pagbili sa SNAP.
- Mga buhay na hayop (maliban sa shellfish, isda na inalis sa tubig, at mga hayop na kinatay bago kunin sa tindahan);
- Mga nakahandang pagkain na angkop para sa agarang pagkonsumo;
- Mga mainit na pagkain;
- Anumang hindi pagkain tulad ng:
  - Mga pagkain ng alagang hayop
  - Mga kagamitan sa paglilinis, mga produktong papel, at iba pang kagamitan sa bahay
  - Mga gamit sa kalinisan ng katawan, mga pampaganda

MGA PANGUNAHING ALITUNTUNIN KAPAG GINAGAMIT ANG MGA BENEPISYO NG SNAP PARA BUMILI NG MGA GROCERY:

- Palaging dalhin ang iyong Alaska Quest card kapag namimili ka. Hindi ka makakabili ng mga grocery gamit ang mga benepisyo ng SNAP kapag hindi mo dala ang card.
- Alamin ang balanse ng iyong Alaska Quest card bago ka mamili.
- Hindi ka makakatanggap ng sukli. Ang kabuuang halaga ng binili, pati ang mga sentimo, ay ikakaltas mula sa iyong account ng SNAP sa iyong Alaska Quest card.
- Ang mga benepisyo ng SNAP ay hindi maaaring gamitin para ipambayad sa mga account ng kredito o singilin. Ang mga benepisyo ng SNAP ay magagamit lamang sa panahon ng pagbili ng pagkain.
- Hindi ka maaaring singilin ng buwis sa benta sa mga pagbili gamit ang SNAP.

MGA MAKAKATULONG NA HINT

- Habang naglalagay ka ng mga grocery sa iyong cart, panatilihing nakahiwalay ang mga pagkain na maaaring bilhin gamit ang mga benepisyo ng SNAP mula sa mga bagay na dapat mong bilhin gamit ang pera. Sa pamamagitan nito, maaaring mas mabilis kang matatapos sa checkout counter.
- Ang maramihang pagbili ng mga produktong pagkain ay maaaring makatulong sa pagpapahaba ng iyong SNAP dollar.
- Maaari mong gamitin ang mga kupon ng diskwento ng tagagawa kung tinatanggap ito ng iyong pinagbibilhan.

MGA ALITUNTUNIN SA ESPESYAL NA KABUHAYAN SA PANGANGASO AT PANGINGISDA

Kung nakatira ka sa isang komunidad na mahirap ang access sa mga pagbibilhang tindahan at umaasa ka sa pangangaso at pangingisda para sa ikabubuhay, maaari kang bumili ng mga kagamitan sa pangangaso at pangingisda gamit ang mga benepisyo ng SNAP. Ang mga kwalipikadong sambahayan ay binibigyan ng mga card ng pagkakakilanlan na may espesyal na marka.

Kabilang sa mga kagamitang maaaring bilhin ay ang mga bagay na kailangan para makakuha ng pagkain ngunit hindi limitado sa: mga lambat, linya, kawit, pamingwit, sibat, kutsilyo, pambutas ng yelo at iba pang kagamitan. Ang mga kagamitan tulad ng mga bagay para sa layunin ng transportasyon, damit, bahay, baril, bala, at mga pampasabog ay hindi maaaring bilhin.

Kahit may kamahalan ang ilang kagamitan para sa kabuhayan sa pangangaso at pangingisda, hindi maaaring bilhin ang mga ito gamit ang kredito at bayaran kalaunan gamit ang mga benepisyo ng SNAP. Hindi rin maaaring bayaran ang mga ito bago maihatid ang bagay.