



Supplemental
Nutrition
Assistance
Program

Alimentos Saludables
a Su Alcance

10 Pasos para ayudarlo a llenar las bolsas de víveres con SNAP

Entérese de si usted o alguien que conoce
es elegible para recibir beneficios del
Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)

A partir del primero de octubre de 2008, el programa Federal de Cupones para Alimentos cambió su nombre a Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP). Su estado puede usar otro nombre, pero es el mismo programa. El nuevo nombre refleja los cambios que hacen más fácil calificar para los beneficios de nutrición y un aumento en la cantidad de beneficio.

1 Use la herramienta de Internet.

Para saber si podría ser elegible, vea la herramienta de Internet en www.snap-step1.usda.gov. Normalmente, su biblioteca local tiene computadoras que usted puede usar.

2 Llame o vaya a la oficina local del SNAP.

Si piensa que puede ser elegible, llame o vaya a la oficina local de SNAP. Busque en las páginas azules de su guía telefónica bajo “Social Services” (Servicios Sociales) o “Human Services” (Servicios Humanos) para encontrar el número. Si necesita ayuda para encontrar su oficina local de SNAP, llame gratis a la línea nacional de información sobre SNAP al 1-800-221-5689.

3 Obtenga un formulario de solicitud.

Hay cinco maneras de obtener un formulario de solicitud:

- Recójalo en una oficina local de SNAP, o
- Llame a la oficina local de SNAP. Pídale al trabajador que le envíe uno por correo, o
- Pregúntele al trabajador si hay otros lugares donde pueda recoger el formulario.
- Imprima el formulario de la página de Internet de su estado. o
- Aplique en línea. (Esto aún no está disponible en todos los estados.)

4 Llene el formulario de solicitud.

Llene el formulario de solicitud de SNAP lo más que pueda. Si necesita ayuda, pregúntele al trabajador de SNAP. Puede pedirle a un amigo o a personas que trabajan en lugares de servicios legales o alacenas de beneficencia que le ayuden a llenar el formulario.

5 Entregue el formulario de solicitud en la Oficina de SNAP.

Devuelva la solicitud lo más pronto posible llevándola a la oficina local de SNAP, por correo o fax, o sometiéndola por Internet donde el estado provee esta opción. Si recoge su formulario de solicitud en una oficina de SNAP, póngale su nombre y dirección de domicilio y fírmelo. Deje esa parte del formulario (normalmente la primera página) en la oficina de SNAP. Esto inicia el proceso y le ayuda a obtener alimentos saludables más rápidamente, si es elegible. Lévese el resto del formulario para llenarlo más adelante.



10 Pasos para ayudarlo a llenar las bolsas de víveres con SNAP

6 Haga una cita para una entrevista.

Haga una cita para tener una entrevista con un trabajador de SNAP. Si está en una oficina de SNAP, pídale al trabajador de SNAP que le apunte lo que usted necesita llevar a la entrevista. Si usted está llamando para hacer una cita, pregúntele al trabajador de SNAP lo que debe llevar. Aquí hay ejemplos de documentos que es posible que tenga que llevar:

- Licencia de conductor o tarjeta de identificación del estado;
- Acta de nacimiento;
- Talonarios de nómina;
- Carta de agencias que muestre el dinero que recibe como del seguro social, Supplemental Security Income (SSI), asistencia de Veterans Affairs (VA), sustento de menores, pensión alimenticia, desempleo, retiro;
- El contrato de alquiler o una carta de su arrendador, o cuenta de su hipoteca que muestre su dirección;
- Facturas de servicios públicos como electricidad, gas y agua;
- Cheques cancelados de la guardería o pagos de sustento de menores de su hijo(s);y
- Facturas médicas que paga (si tiene 60 años de edad o más, o está incapacitado).

7 Obtenga documentos u otra información.

Obtenga los documentos o encuentre la demás información que necesite el trabajador de SNAP para completar su solicitud. Si necesita ayuda para obtener los documentos, pídale al trabajador de SNAP, un familiar, un amigo o un representante de la comunidad para que le ayude.

8 Vaya a la entrevista.

Vaya a la entrevista con el trabajador de SNAP. Lleve los documentos con usted. Pídale al trabajador de SNAP que haga copias. Guarde los documentos originales. Si necesita ayuda para llenar la solicitud o para obtener la información necesaria para completar su solicitud, pregúntale al trabajador de SNAP. Puede llevar a un amigo o a un representante de la comunidad para que le ayude a entender cómo completar el proceso. Si no puede ir a la oficina de SNAP para la entrevista, pida una entrevista telefónica. Puede pedirle a un amigo o familiar que vaya en representación suya.

9 Si lo aprueban, vaya al supermercado.

Si usted es aprobado para los beneficios de SNAP, usted recibirá una tarjeta de EBT (similar a una tarjeta de banco), y sus beneficios de SNAP serán transferidos electrónicamente a la tarjeta de EBT. ¡Ahora usted está listo para ir de compras de comida! Llene su carro de compras con muchas frutas, verduras, alimentos integrales y otros alimentos nutritivos. Pida a su trabajador local de SNAP información acerca de las clases de educación sobre nutrición (SNAP-Ed) para usted y su familia. SNAP-Ed puede ayudarlo a aprender más sobre como estirar sus dólares de comida; compras; cocinar fácilmente comidas rápidas, sabrosas y saludables, y ser mas físicamente activo para una mejor salud

10 Si no lo aprueban, pregunte por qué.

Llame o visite la oficina de SNAP donde aplicó para preguntar por qué no lo aprobaron. Puede pedir hablar con el jefe del trabajador de SNAP. Si piensa que se cometió un error, solicite una “audiencia o juicio imparcial”. Eso significa que un representante del estado se reunirá con usted y con la oficina local de SNAP para hablar de su solicitud. Las audiencias imparciales no le cuestan nada.

¿Necesita más información sobre SNAP?

Llame al: 1-800-221-5689

Vaya al sitio de Internet de SNAP:

www.fns.usda.gov/snap



USDA United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service
SNAP-01-S
Enero de 2009

USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades para todos.