

## MONTOS DE BENEFICIOS EN ALIMENTOS

Los montos de los beneficios mensuales se basan en el número de personas que viven en su hogar, en sus ingresos y en sus gastos de subsistencia.

El beneficio mensual promedio de las familias en 2015 fue de \$224 dólares. Los beneficios máximos son:

Tamaño de la familia	Beneficio Máximo
1	\$189
2	\$347
3	\$497
4	\$632

## USTED NO TIENE QUE SER UN CIUDADANO ESTADOUNIDENSE PARA OBTENER FOOD BENEFITS (BENEFICIOS ALIMENTICIOS)

Los inmigrantes que cumplen con las normas específicas del programa de acuerdo al Programa Federal de Nutrición Suplementaria pueden ser elegibles para recibir Food Benefits.

Los inmigrantes indocumentados, turistas y otros no-inmigrantes no son elegibles para recibir Food Benefits.



## ¿CUÁNTO PUEDO RECIBIR?

Los beneficios mensuales se basan en cuántas personas viven en su hogar, sus ingresos y sus gastos de manutención.

Para ver los beneficios para los que puede ser elegible, vaya a [www.foodhelp.wa.gov](http://www.foodhelp.wa.gov) y seleccione **Benefit Estimator** (Cálculo de Beneficios.)

Escanee con un lector de código de barras para teléfono móvil



## ¿CÓMO PUEDO SOLICITAR LOS BENEFICIOS?

La manera más rápida de solicitar los beneficios es en línea, en [www.washingtonconnection.org](http://www.washingtonconnection.org).

Escanee con un lector de código de barras para teléfono móvil



También puede presentar la solicitud en la Oficina de Servicios a la Comunidad más cercana o por correo.



*Transforming lives*

DSHS 22-1301 SP (Rev. 3/16) Spanish

USDA es un proveedor, empleador y acreedor que cumple con los principios de igualdad de oportunidades.  
Esta institución es un proveedor que cumple con los principios de igualdad de oportunidades.

# Elección de alimentos saludables para un estilo de vida más sano

## Basic Food (Alimentos Básicos)



# SNAP

Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria

## ¿Qué es SNAP?

El Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (por sus siglas en inglés, "SNAP"), llamado Basic Food en Washington, es un programa de USDA que ayuda a las personas a llegar al fin de mes y mejorar su dieta.

Los hogares elegibles reciben una tarjeta electrónica de beneficios (por sus siglas en inglés, "EBT") con beneficios mensuales para comprar alimentos en las tiendas participantes.



**¿Sabía usted que?** Los hogares pueden utilizar los beneficios de EBT SNAP en los Mercados de Agricultores. También puede utilizar sus beneficios de EBT SNAP para comprar plantas o semillas productoras de alimentos.



## ¿Puede Basic Food ayudarme con capacitación o en búsqueda de un empleo?

- ¡Sí! Si usted recibe Basic Food, puede ser voluntario en el Programa de Capacitación y Empleo de Basic Food (por sus siglas en inglés, "BFET").
- BFET ofrece búsqueda de empleo, capacitación para buscar de empleo, servicios educativos, capacitación, en habilidades y otras oportunidades de empleo para personas que reciban Basic Food.

Muchas organizaciones pueden proporcionar ayuda con transporte, guardería y otros recursos que pueden ayudarle a alcanzar sus metas laborales. Los servicios se ofrecen a través de organizaciones basadas en la comunidad (por sus siglas en inglés, "CBO") y cubren una amplia variedad de sectores de empleo y campos laborales.

Para obtener más información sobre los servicios de BFET, ingrese en línea a:

[www.dshs.wa.gov/esa/employment-and-training-programs](http://www.dshs.wa.gov/esa/employment-and-training-programs)

## ¿Qué debo saber sobre beneficios de Basic Food?

### Tamaño de la familia Límite de ingreso mensual

1	\$1,980
2	\$2,670
3	\$3,360
4	\$4,050
5	\$4,740

No hay límites de recursos o ingresos netos para la mayoría de la gente.

- Usted puede hacer su solicitud:
  - En línea en [www.washingtonconnection.org](http://www.washingtonconnection.org).
  - Por correo.
  - En persona, en una Oficina de Servicio a la Comunidad (CSO) local.
- Las entrevistas telefónicas ahorran tiempo y podemos ayudarle a obtener la información que necesitamos.
- Llame a la línea gratuita 1-877-501-2233 para más información o para pedir una solicitud.
- Casi la mitad de todas las solicitudes son procesadas en menos de una semana.
- Si usted recibe beneficios de Basic Food:
  - Los niños en edad escolar quedan inscritos automáticamente en el programa de alimentos escolares gratuitos.
  - Su familia cumple con la prueba de ingresos para Mujeres, Infantes y Niños (por sus siglas en inglés, "WIC").