



Cov Lus Tseeb Ntawm Kev Pab Khoom Noj Kom Txaus

Muaj dabtsi nyob sab hauv

SNAP yog dabtsi?	1
Koj puas muaj feem txais tau SNAP?	1
Yog tias koj nyob California	2
Cov Nyiaj Khwv Tau Uas Teev Tseg Kom Muaj	2
Cov Hauv Kev Pab Uas Teev Tseg Kom Muaj	2
Cov Haujlwm Uas Teev Tseg Kom Muaj	3
Lwm Cov Muaj Feem Tsim Nyog Uas Teev Tseg Kom Muaj	3
Koj yuav ua ntawv thov SNAP li cas?	3
Koj yuav tau txais peb tsawg?	4
Tiv Tauj Xaus Saus	4

SNAP yog dabtsi?

Txoj kev pab cuam Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP), thaum ub sawv daws paub lub npe tias nyiaj muas noj, pab cov neeg khwv tau nyiaj tsawg mus yuav khoom zoo noj pab rau lub cev. Txawm tias nws yog ib qho kev pab cua nom tswv loj, lub xeev khiav cov haujlwm los ntawm cov hoob kas hauv zej zos. Tej zaum koj muaj feem yuav tau txais cov nyiaj SNAP yog tias koj khwv tau nyiaj thiab muaj kev pab raws li tej qhov lawv tau teev tseg kom yuav tsum muaj.

Koj puas muaj feem txais tau SNAP?

Yuav kom koj txais tau cov nyiaj SNAP, koj tsev neeg yuav tsum muaj kom raws li tej qhov lawv tau teev tseg kom yuav tsum muaj. Ib tse neeg yog xam txhua leej neeg uas nyob nrog koj, yuav noj, thiab npaj zaub mov noj ua ke.

Yog tias koj tsis muaj tsev nyob, koj tseem txais tau cov txiaj ntsim kev pab SNAP thiab tab txawm tias koj tsis muaj ib lub chaw nyob, ib lub chaw nyob, los yog ib lub chaw ua zaub mov noj. Feem ntau, peb xam tias koj yog ib tug neeg tsis muaj tsev nyob yog tias koj tsis muaj ib lub vaj tse uas koj niaj hnuv pw thaum mo ntuj los yog koj lub chaw pw thaum mo ntuj yog ib lub vaj tse nyob tsis ruaj khov rau hauv ib lub:

- Ib lub chaw muaj neeg saib pab tiv thaiv;

- Ib lub tsev dhau kev;
- Lwm tus neeg lub vaj tse; los yog
- Ib lub chaw uas tsis yog teev ua chaw pw, xws li lub chaw taug kev, lub chaw tsheb loj nres, los yog lub chaw txais qhua.

Yog tias koj nyob California

Yog tias koj nyob hauv California thiab koj tau txais SSI, feem ntau koj tsis muaj feem txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP. Qhov no yog vim California muab qhov txiaj ntsim kev pab SNAP xam nrog rau hauv lawv qhov State Supplementary Payment (SSP) lawm. Tiamsis, yog tias koj cov txiaj ntsim kev pab SSI nyob rau qhov tias lawv muaj ncuu tseg lawm los yog koj tseem tab tom tos lawv txiaj txim rau koj qhov kev thov SSI, tej zaum koj yuav muaj feem txais thiab. Yog tias koj xav ua ntawv thov cov txiaj ntsim kev pab, tiv tauj koj lub hoob kas SNAP hauv zwj zos los yog lub hoob kas SSA yog tias xav paub ntxiv.

Cov Nyiaj Khwv Tau Uas Teev Tseg Kom Muaj

Cov yim neeg yuav tsum muaj cov nyiaj khwv tau txog rau qhov tsis pub tshaj mas thiaj li tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP. Muaj ob qho tsis pub tshaj txog cov nyiaj khwv tau los: qhov nyiaj khwv tau tseem tsis tau rho se thiab qhov nqa los tsev. Feeb coob cov yim neeg yuav tsum tau txog rau qhov tsis pub tshaj qhov nyiaj khwv tau tseem tsis tau rho se thiab qhov nqa los tsev.

“Qhov nyiaj khwv tau los tseem tso tau rho se” yog tas nrho koj cov nyiaj khwv tau los ua ntej them se los yog rho lwm yam tawm. Muaj ob peb yam uas koj rho tau tawm los ntawm koj cov nyiaj khwv tau los uas tseem tsis tau rho se xws li cov nuj nqis vaj tse, cov kev them nyiaj yug menyuam, thiab cov kev them rau kev zov thiab tu menyuam los yog cov uas tsis tau muaj hnuv nyoog. Koj los yog lwm tus neeg hauv ib yim neeg uas muaj hnuv nyoog 60 xyos los yog laus dua, los yog tau txais tej qhov kev them cov nyiaj muaj mob lub cev tsis taus yuav tau

rho tawm cov nuj nqis rho hnab tshos los them nqi kho mob uas yog tshaj \$35 los ntawm tsev neeg cov nyiaj khwv tau los yog tias cov nuj nqis siv ntawd tsis tau muaj lwm tus neeg them tag lawm, Medicaid, Medicare, los yog lwm us chaw muag ntawv faj seeb kho mob. Qhov uas seem tom qab muab cov kev rho tawm tag los ntawm koj cov nyiaj khwv tau uas tseem tsis tau rho se yog muab hu ua koj cov “nyiaj khwv tau nqa los tsev.”

Ib yim neeg uas muaj ib tug laus nrog los yog muaj ib tus neeg uas tau txais cov nyiaj muaj mob lub cev tsis taus tsuas muaj txog qhov kev tswj saib ntawm cov nyiaj khwv tau nqa los tsev nkaus xwb. Cov yim neeg uas muab xam tias yeej tsim nyog raws li cov nyiaj khwv tau los yog tias txhua leej neeg hauv yim neeg tau txais Supplemental Security Income (SSI) los yog Temporary Assistance for Needy Families (TANF). Cov kev tsis pub tshaj rau cov nyiaj khwv tau los ntawm ib yim neeg yuav coob los tsawg yuav hloov txhua lub xyoo los kuj muaj.

Cov Hauv Kev Pab Uas Teev Tseg Kom Muaj

Cov yim neeg yuav tsum ua kom txog rau qhov hauv kev pab uas tsis pub tshaj. Cov hauv kev pab yog tej yam uas yog koj li. Feem ntau, cov yim neeg tej zaum yuav muaj nyiaj txog \$2,250, xws li nyiaj nyob rau hauv ib lub chaw cia nyiaj tom txhab nyiaj. Cov yim neeg tej zaum yuav muaj nyiaj txog \$3,250 yog tias qhov tsawg kawg twb yog ib leeg uas muaj hnuv nyoog 60 xyoo los yog laus dua, los yog muaj mob lub cev tsis taus. Muaj tej yam yuav tsis muab xam tias yog ib qho hauv kev pab. Muab piv txwv, koj lub tsev thiab lub qua tsev yuav tsis muab xam tias yog ib qho hauv kev pab. Thiab, nyob rau tej lub xeev, koj ua tswv rau qhov tsawg yog ib lub tsheb. Cov hauv kev pab ntawm cov tib neeg uas tau txais SSI los yog TANF yuav tsis muab suav tib yam li ntawd thiab.

Cov Haujlwm Uas Teev Tseg Kom Muaj

Yog tias koj yog ib tug neeg muaj hnuv nyoog uas lub cev taus thiab tsis muaj cov menyuam tsis tau muaj hnuv nyoog (ABAWD), cov hnuv nyoog nyob rau ntawm nruab nrab 18 thiab 49 xyoos, thiab yeej ua tau haujlwm tiamsis tamsim no tsis muaj haujlwm ua, koj tsuas yuav muaj feem tau txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP rau peb lub hlis nyob rau ntawm lub caij peb xyoos nkaus xwb. Qhov no yog muab hu tias “tsis pub tshaj sijhawm.” Yuav kom ib tug ABAWD muaj feem los txais SNAP dhau tsis pub tshaj sijhawm, koj yuav tsum haujlwm los yog koom tes rau hauv ib qho kev kawm uas tsim nyog los yog kev cob qhia kom tsawg tshaj mas yog 80 xoob moos tau ib lub hlis. Tiamsis, qhov tsis pub tshaj sijhawm yuav tsis muab los siv rau cov neeg uas ua tsis tau haujlwm yeeb vim yog muaj tej yam kev mob rau lub cev los yog lub hlwb, muaj kev xeeb tub, kev saib tu ib tug menyuam los yog ib tus neeg hauv tsev neeg uas tuag tes tuag taw, los yog yeej txwv tsis pub ua tej haujlwm uas yeej tau teev tseg lawm. Qhov kev teev tseg no yuav tsis muab los siv ntawm tej qhov chaw. Nyob rau tej lub sijhawm, yog tias koj tsis ua haujlwm, tej zaum koj yuav tsum tau los koom tes nyob rau hauv ib qho kev pag nrhiav haujlwm tshwj xeeb los yog kev cob qhia nrog rau lub xeev.

Lwm Cov Muaj Feem Tsim Nyog Uas Teev Tseg Kom Muaj

Yuav kom muaj feem tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP, cov yim neeg yuav tsum ua kom tau raws li lwm cov ntxiv los rau qhov nyiaj khwv tau los thiab cov hauv kev pab, xws li qhov uas txhua leej txhua tus neeg hauv koj yim neeg yeej muaj, los yog tau ua ntawv mus thov, ib tug lej Xaus Saus.

Thiab koj yuav muaj feem tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP yog tias koj yeej yog ib tug neeg tsis tau xam xaj tiamsis muaj ntaub ntawv nyob raws cai thiab yeej ua tau raws li cov kev tsis pub tshaj txog cov nyiaj khwv tau los thiab cov hauv kev pab. Feem cob tej tus neeg uas tsis tau xam xaj yuav tsum tau tos tsib

xyoos ua ntej lawv tau txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP. Tiamsis, tej co neeg uas tsis tau xam xaj yuav tsis tas tos tsib xyoos ua ntej lawv tau txais cov txiaj ntsim kev pab; cov ntawm no yog xam ib txhia menyuam uas tsis tau muaj hnuv nyoog txog 18 xyoo thiab muaj ntaub ntawv raws cai nyob, cov neeg uas muaj mob lub cev tsis taus, cov neeg thoj nam, thiab cov tsiv teb tsaws chaw. Thiab koj yuav muaj feem tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab yog tias koj muaj ntaub ntawv raws cai nyob thiab muaj keeb kwm ua haujlwm txaus los yog muaj kev ntsig txog rau kev ua tub rog.

Yog tias koj cov menyuam yeej muaj ntaub ntawv raws cai nyob los yog lawv yeej yog neeg xam xaj, koj cov menyuam tej zaum tseem muaj feem tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP tab txawm tias koj ho tsis muaj feem tsim nyog txais. Koj ua ntawv thov rau koj cov menyuam yam uas tsis muab tej ntsiab lus hais txog koj cov ntaub ntawv tsiv teb tsaws chaw los yeej tau.

Koj yuav ua ntawv thov SNAP li cas?

Cov ntawv thov txais cov txiaj ntsim kev pab SNAP muaj nyob rau ntawm lub hoob kas Xaus Saus twg los muaj. Yog tias koj thiab txhua leej txhua tus neeg hauv koj yim neej ua ntawv thov los yog twg yeej tau txais nyiaj SSI lawm, **lub hoob kas Xaus Saus yuav pab koj ua daim ntawv thov thiab muab xa mus rau lub hoob kas SNAP rau koj.**

Tas nrho lwm cov neeg ua ntawv mus thov, xam tas nrho cov uas ua ntawv mus thov los yog tau txais cov txia ntsim kev pab Xaus Saus nkaus xwb, lawv yuav tsum muab thiab xa lawv cov ntawv thov mus rau lub hoob kas SNAP hauv zej zos. Yog yuav mus nrhiav koj lub hoob kas SNAP hauv zej zos los yog mus ua ntawv thov hauv Internet, mus saib **www.fns.usda.gov/snap/apply**.

Koj yuav tsum raug xam phaj kom tiav tom qab koj muab daim ntawv thov SNAP ua kom tiav. Muaj ntau zaus, tej zaum koj yuav raug xam phaj hauv xov tooj. Ntxiv rau daim ntawv thov mus

thiab qhov kev xam phaj, koj yuav tau muab tej ntaub ntawv los ua pov thawj teev meej rau tej yam. Muaj tej txoj hauv kev rau koj teev meej tau txog tej ntaub ntawv nyob rau hauv koj daim ntawv thov SNAP yog xam nrog rau:

- Kev teev meej tias koj yog leej twg xws li daim ntawv tsav tshab, lub xeev daim npav ID, daim ntawv yug, daim npav ID ntawm lub chaw ua haujlwm los yog tsev kawm ntawv, daim npav mus teev npe xaiv nom, los yog kev teev pov thawj txog ntaub ntawv tsiv teb tsaws chaw;
- Ntawv pov thawj qhia txog nyiaj khwv tau los rau txhua tus neeg hauv koj yim neeg, xws li tw tshev, ib daim ntawv teev nyiaj los ntawm lub chaw haujlwm los, ib tsab ntawb teev cov nyiaj txiaj ntsim kev pab uas tau txais los ntawm Xaus Saus los, cov nyiaj qub tub rog, cov nyiaj poob haujlwm, thiab ntaub ntawv teev kev them nyiaj yug menyuam los yog pab rau tus txwj nkawm;
- Ntawv pov thawj tias koj siv nyiaj npaum cas rau kev saib tu menyuam uas tsis tau muaj hnuv nyoog;
- Cov ntawv teev nqi tsev xauj los yog pov thawj ntawm cov nyiaj them mus rau nyiaj txais yuav tsev;
- Cov ntaub ntawv teev tseg txog koj cov nuj nqis dej taws; thiab
- Cov nuj nqis kho mob rau cov neeg ntawm koj yim neeg uas muaj hnuv nyoog 60 xyoos los yog laus dua, thiab rau cov uas tau txais nyiaj txiaj ntsim kev pab muaj tus mob lub cev tsis taus, xws li nyiaj Xaus Xaus rau cov muaj mob lub cev tsis taus los yog SSI.

Tom qab koj ua ntawv thov tag, lub hoob kas SNAP uas txheeb saib xyuas koj daim ntawv thov yuav txiaj txim hais tias saib koj yim neeg puas muaj feem tsim nyog txais cov txiaj ntsim kev pab. Koj yuav tsum paub meej hais tias saib koj puas muaj feem tsim nyog txais ua ntej 30 hnuv. Cov yim neeg uas muaj feem tsim nyog rau qhov kev pab muab ua kom tau sai yuav tau txais cov txiaj ntsim kev pab ua ntej ntawm xya

hnuv. Yog tias koj tsis hnov ua ntej 30 hnuv tom qab koj ua ntawv thov cov txiaj ntsim kev pab, hu rau los yog mus saib SNAP lub hoob kas.

Koj yuav tau txais peb tsawg?

Yog tias koj yim neeg muaj feem tsim nyog txais, qhov ntau thiab tsawg ntawm cov txiaj ntsim kev pab SNAP uas koj tau yog nyob ntawm saib koj tsev neeg coob los tsawg, yim neeg cov nyiaj khwv tau los thiab cov kev siv txhua lub hlis rau tej yam xws li nqi tsev them rau cov nyiaj txais yuav tsev los yog nqi xauj, nqi dej nqi taws, thiab kev zov thiab saib tu menyuam los yog cov laus es ib tug neeg thiaj li xyeem mus ua haujlwm. Tiamsis, koj mus tshawb tau tawm hais tias koj yuav tau txais npaum li cas nyob rau hauv Internet qhov SNAP Pre-Screening Eligibility Tool ntawm www.snap-step1.usda.gov/fns. Yog xav paub ntxiv txog lwm cov kev pab cuam rau kev noj haus kom zoo, mus nyeem *Cov Kev Pab Cuam Rau Kev Noj Haus Kom Zoo* (Publication No. 05-10100) los yog mus saib www.fns.usda.gov.

Tiv Tauj Xaus Saus

Muaj ntau txoj kev tiv tauj Xaus Saus, tsis hais hauv Internet, hu xov tooj, thiab tuaj tim ntsej tim muag. Peb nyob ntawm no teb koj cov lus noog thiab pab ua haujlwm rau koj. Ntau tshaj li 80 xyoo los lawm, Xaus Saus yeej tau pab tuav tswj khov lub neej hnuv no thiab tag kis mus los ntawm txoj kev pab txiaj ntsim kev pab thiab kev tiv thaiv kev siv nyiaj txiaj rau tsheej laab tus tib neeg thoob plaws rau lawv txoj kev taug ua lub neej.

Mus saib peb lub vas sab

Txoj hauv kev yooj yim tshaj plaws rau koj mus khiav haujlwm nrog rau Xaus Saus nyob rau lub chaw twg los tau, ces yog mus saib www.socialsecurity.gov. Nyob rau ntawd, koj muaj feem ua tau:

- Tsim ib lub *my* Social Security lub chaw cia nyiaj los mus saib xyuas koj *Social Security Statement (Daim Ntawv Teev Nyiaj Xaus Saus)*, teev meej cov nyiaj koj khwv

tau los, luam ib tsab ntawv teev meej koj nyiaj pab thaum laus, hloov koj cov nyiaj koj tso ncaj qha rau hauv, thov ib daim npav Medicare tshiab, mus muab daim ntawv SSA-1099/1042S hloov tshiab, thiab ntau yam ntxiv;

- Ua ntawv thov Kev Pab Ntxiv (Extra Help) rau cov nuj nqis them tshuaj Medicare;
- Ua ntawv thov cov txiaj ntsim kev pab rau thaum laus so haujlwm, muaj mob lub cev tsis taus, thiab ntawv kho mob Medicare;
- Mus nrhiav saib peb cov ntawv luam tseg;
- Mus muab cov lus teb rau tej yam lus tig neeg nquag noog heev; thiab
- Ntau yam tshaj ntxiv!

Tej yam ntawm cov kev pab cuam ntawm no yog tsuas muaj muab hais ua lus Askiv nkaus xwb. Mus saib peb lub chaw Multilanguage Gateway yog xav paub ntxiv uas yog muab hais ua hom lus Hmoob. Peb yuav muab cov kev pab txhais lus pub dawb los pab koj khiav haujlwm nrog rau Xaus Saus. Cov kev pab txhais lus yog muaj rau koj siv tab txawm koj nrog peb tham hauv xov tooj los yog nyob rau hauv Xaus Saus lub chaw ua haujlwm.

Hu peb

Yog tias koj tsis muaj kev nkag mus siv Internet, peb muaj ntau txoj kev pab tamsim ntawd uas yog siv xov tooj, 24 teev tauj ib hnuv, 7 hnuv tauj ib asthiv. Hu rau peb tus xov tooj hu dawb ntawm **1-800-772-1213** los yog peb tus xov tooj TTY, **1-800-325-0778**, yog hais tias koj lag ntseg los yog hnov lus tsis zoo.

Yog tias koj xav hais lus nrog ib tug neeg, peb tau koj tsab xov tooj thaum 7 teev sawv ntxov mus txog rau 7 teev tsaus ntuj, Hnuv Vas Cas mus txog rau Hnuv Vas Xuv. Peb thov koj ua siab ntev thaum cov sijhawm peb tsis xyeej vim

hais tias tej zaum koj yuav hnov lub tswb xov tooj hais tias peb tsis tau khoom teb ntau tshaj thiab yuav tau tos ntev dua lim mam tau nrog peb tham. Peb tos ntsoov yuav pab ua haujlwm rau koj.



Securing today
and tomorrow

Social Security Administration
Publication No. 05-10101-HM | February 2017
Cov Lus Tseeb Ntawm Kev Pab Khoom Noj Kom Txaus
Supplemental Nutrition Assistance Program Facts (Hmong)
Produced and published at U.S. taxpayer expense

Tsim los thiab muab luam tawm los ntawm cov se uas tus Neeg Asmeskas them se rau