



Πληροφοριακά δελτία για το Πρόγραμμα Αρωγής Επικουρικής Σίτισης (SNAP)

Τι υπάρχει μέσα

Τι είναι το SNAP;	1
Μπορείτε να λάβετε SNAP;	1
Εάν ζείτε στην Καλιφόρνια	2
Απαιτήσεις Εισοδήματος	2
Απαιτήσεις Πόρων	2
Απαιτήσεις Εργασίας	3
Άλλες Απαιτήσεις Καταλληλότητας	3
Πώς μπορείτε να κάνετε αίτηση για SNAP;	3
Τι απολαβές θα έχετε;	4
Πώς επικοινωνείτε με την Κοινωνική Ασφάλιση	4

Τι είναι το SNAP;

Το Συμπληρωματικό Πρόγραμμα Βοήθειας Σίτισης [Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)], γνωστό στο παρελθόν ως κουπόνια τροφίμων, βοηθά άτομα με χαμηλό εισόδημα να αγοράσουν τρόφιμα. Αν και το SNAP είναι ομοσπονδιακό πρόγραμμα, εκτελείται από τις πολιτειακές και τοπικές υπηρεσίες. Μπορεί να είστε κατάλληλοι να λάβετε παροχές SNAP εάν πληροίτε ορισμένα κριτήρια που αφορούν απαιτήσεις εισοδημάτων και πόρων.

Μπορείτε να λάβετε SNAP;

Για να λάβετε παροχές SNAP, η οικογένειά σας πρέπει να πληροί ορισμένες συνθήκες και απαιτήσεις. Μια οικογένεια περιλαμβάνει κάθε άτομο που ζει μαζί σας, αγοράζει και προετοιμάζει φαγητό μαζί σας.

Εάν είστε άστεγος, μπορείτε να λάβετε επίσης παροχές SNAP ακόμη και εάν δεν έχετε διεύθυνση, σπίτι να μείνετε, ή ένα μέρος για να μαγειρεύετε φαγητό. Σε γενικές γραμμές, θεωρείστε άστεγος εάν δεν έχετε μια ορισμένη κατοικία διανυκτέρευσης ή εάν η πρωταρχική σας κατοικία διανυκτέρευσης είναι ένα προσωρινό καταφύγιο σε:

- Επιτηρούμενο καταφύγιο
- Κέντρο αποκατάστασης

- Οικία άλλου ατόμου, ή
- Μέρος που δεν ορίζεται για διανυκτέρευση, όπως ένα χολ, σταθμός λεωφορείων, ή αίθουσα αναμονής.

Εάν ζείτε στην Καλιφόρνια

Εάν ζείτε στην Καλιφόρνια και λαμβάνετε SSI, δεν είστε συνήθως κατάλληλοι για παροχές SNAP. Αυτό γίνεται επειδή η Καλιφόρνια περιλαμβάνει παροχές SNAP στο πρόγραμμα Πολιτειακών Συμπληρωματικών Πληρωμών [State Supplementary Payment (SSP)] που παρέχει. Ωστόσο, εάν οι παροχές σας SSI έχουν διακοπεί ή εάν περιμένετε για απόφαση σχετικά με την αίτηση σας για SSI, ίσως είστε κατάλληλοι. Εάν θέλετε να υποβάλλετε αίτηση για παροχές, επικοινωνήστε με το τοπικό σας γραφείο SNAP ή το τοπικό σας γραφείο Κοινωνικής Ασφάλισης για περισσότερες πληροφορίες.

Απαιτήσεις Εισοδήματος

Τα νοικοκυριά πρέπει να πληρούν ορισμένα όρια εισοδημάτων για να είναι κατάλληλα για παροχές SNAP. Υπάρχουν δύο όρια εισοδήματος: μικτό και καθαρό. Τα περισσότερα νοικοκυριά πρέπει να πληρούν τα όρια και για μικτό και για καθαρό εισόδημα.

Το «μικτό εισόδημα» είναι το συνολικό σας εισόδημα πριν από τους φόρους ή άλλες κρατήσεις. Υπάρχουν ορισμένα πράγματα που μπορείτε να βγάλετε από το μικτό σας εισόδημα όπως το κόστος στέγασης, οι πληρωμές υποστήριξης παιδιών και πληρωμές για τη φροντίδα παιδιών ή εξαρτώμενων ατόμων. Εσείς ή άλλα άτομα στην οικογένειά σας που είναι 60 ετών ή πάνω, ή που λαμβάνουν ορισμένες πληρωμές αναπηρίας μπορούν επίσης να βγάλουν από το οικογενειακό εισόδημα τα έξοδα που ξοδεύουν από την τσέπη τους για ιατρικές υπηρεσίες και ξεπερνούν τα \$35, εάν τα έξοδα δεν πληρώνονται από κάποιον άλλον, όπως η Medicaid, Medicare, ή άλλη ασφαλιστική

εταιρεία. Το ποσό που παραμένει μετά τις κρατήσεις από το μικτό σας εισόδημα αποκαλείται «καθαρό εισόδημα».

Ένα νοικοκυριό με ένα γηραιό άτομα ή ένα άτομο που λαμβάνει πληρωμές αναπηρίας χρειάζεται να πληροί μόνο τη δοκιμή καθαρού εισοδήματος. Τα νοικοκυριά θεωρούνται κατάλληλα σύμφωνα με το εισόδημά τους εάν κάθε άτομο σε αυτά λαμβάνει Συμπληρωματικό Εισόδημα Κοινωνικής Ασφάλισης [Supplemental Security Income (SSI)] ή Προσωρινή Βοήθεια για Οικογένειες με Ανάγκη [Temporary Assistance for Needy Families (TANF)]. Τα όρια εισοδήματος διαφέρουν ανά νοικοκυριό και ίσως να αλλάξουν κάθε χρόνο.

Απαιτήσεις Πόρων

Τα νοικοκυριά πρέπει να πληρούν επίσης το όριο πόρων. Οι πόροι είναι πράγματα που κατέχετε. Σε γενικές γραμμές, τα νοικοκυριά μπορούν να έχουν σε πόρους \$2.250, όπως ένας τραπεζικός λογαριασμός. Τα νοικοκυριά μπορούν να έχουν \$3.250 σε πόρους εάν τουλάχιστον ένα άτομο είναι 60 ετών ή μεγαλύτερο, ή ανάπηρο. Ορισμένα πράγματα δεν θεωρούνται πόροι. Για παράδειγμα, το σπίτι σας και το οικόπεδό σας δεν θεωρούνται πόροι. Επίσης, σε ορισμένες πολιτείες μπορείτε να έχετε τουλάχιστον ένα αυτοκίνητο. Οι πόροι ατόμων που λαμβάνουν SSI ή TANF δεν λαμβάνονται επίσης υπόψη.

Απαιτήσεις Εργασίας

Εάν είστε υγιές άτομο που μπορεί να εργαστεί χωρίς εξαρτώμενα άτομα (ABAWD), μεταξύ 18 και 49 ετών, και μπορείτε να εργαστείτε αλλά είστε τώρα άνεργος, μπορεί να είστε κατάλληλος μόνο για παροχές SNAP για περίοδο τριών μηνών σε χρονική περίοδο τριών ετών. Αυτό αποκαλείται «χρονικό όριο». Για να είναι ένα ABAWD άτομο κατάλληλο για SNAP πέρα από το χρονικό όριο, πρέπει είτε να εργαστείτε ή να συμμετάσχετε σε κατάλληλη εκπαίδευση ή δραστηριότητα εκπαίδευσης για τουλάχιστον 80 ώρες το μήνα. Ωστόσο, το χρονικό όριο δεν ισχύει για άτομα που δεν μπορούν να εργαστούν λόγω φυσικής ή πνευματικής αναπηρίας, εγκυμοσύνης, επειδή φροντίζουν ένα παιδί ή ένα ανίκανο οικογενειακό μέλος, ή επειδή εξαιρούνται από τις γενικές απαιτήσεις εργασίας. Η απαίτηση αυτή δεν χρειάζεται σε ορισμένα μέρη. Σε ορισμένες περιπτώσεις, εάν εργάζεστε, ίσως απαιτείται να συμμετάσχετε σε ειδικό πρόγραμμα απασχόλησης ή εκπαίδευσης στην πολιτεία.

Άλλες Απαιτήσεις Καταλληλότητας

Για να είναι κατάλληλα για παροχές SNAP, τα νοικοκυριά πρέπει να πληρούν επίσης και άλλες συνθήκες εκτός από τις απαιτήσεις εισοδήματος και πόρων, όπως το να κατέχει κάθε άτομο στο νοικοκυριό σας, ή να έχει υποβάλλει αίτηση για, αριθμό κοινωνικής ασφάλισης.

Μπορείτε να είστε επίσης κατάλληλοι για παροχές SNAP εάν διαμένετε νόμιμα εδώ αλλά δεν είστε πολίτης και πληροίτε τα όρια εισοδήματος και πόρων. Τα περισσότερα άτομα που είναι κατάλληλα αλλά δεν είναι πολίτες πρέπει να περιμένουν πέντε χρόνια προτού λάβουν παροχές SNAP. Ωστόσο, ορισμένοι μη πολίτες δεν χρειάζεται να περιμένουν πέντε χρόνια για να λάβουν παροχές, και αυτά περιλαμβάνουν ορισμένα παιδιά μου μένουν εδώ νόμιμα και είναι κάτω των 18 ετών, άτομα με αναπηρίες, πρόσφυγες, και άτομα που έχουν ζητήσει άσυλο. Μπορεί να είστε επίσης

κατάλληλοι για παροχές εάν μένετε νόμιμα εδώ και έχετε επαρκή ιστορικό απασχόλησης ή σύνδεσμο με το στρατό.

Εάν τα παιδιά σας παραμένουν νόμιμα εδώ ή είναι Αμερικανοί πολίτες, τα παιδιά σας μπορούν επίσης να είναι κατάλληλα για παροχές SNAP ακόμη και αν δεν είστε εσείς κατάλληλοι. Μπορείτε να υποβάλλετε αίτηση για τα παιδιά σας χωρίς να παρέχετε πληροφορίες σχετικά με τη δική σας κατάσταση μετανάστευσης.

Πώς μπορείτε να κάνετε αίτηση για SNAP;

Οι αιτήσεις για SNAP είναι διαθέσιμες σε κάθε γραφείο Κοινωνικής Ασφάλισης. Εάν εσείς και κάθε άτομο στο νοικοκυριό σας υποβάλλετε αίτηση για, ή λαμβάνετε ήδη πληρωμές, **SSI**, κάθε γραφείο Κοινωνικής Ασφάλισης θα σας βοηθήσει να συμπληρώσετε την αίτηση SNAP και θα την στείλει στο τοπικό γραφείο SNAP εκ μέρους σας.

Όλοι οι άλλοι αιτώντες, συμπεριλαμβανομένων και αυτών που **κάνουν αίτηση** για ή **λαμβάνουν μόνο Κοινωνική Ασφάλιση**, πρέπει να πάρουν ή να στείλουν τις αιτήσεις τους για SNAP στο τοπικό γραφείο SNAP. Για να βρείτε το τοπικό σας γραφείο SNAP ή για να κάνετε αίτηση ονλάιν, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **www.fns.usda.gov/snap/apply**.

Θα σας ζητήσουν να κάνετε μια συνέντευξη αφότου ολοκληρώσετε την αίτησή σας για SNAP. Στις περισσότερες περιπτώσεις, ίσως να σας πάρουν τη συνέντευξη μέσω τηλεφώνου. Εκτός από την αίτηση και τη συνέντευξη, θα χρειαστείτε επίσης να παρέχετε επαλήθευση ορισμένων πληροφοριών. Ορισμένοι τρόποι με τους οποίους μπορείτε να επαληθεύσετε τις πληροφορίες στην αίτησή σας για SNAP περιλαμβάνουν:

- Ταυτότητα όπως η άδεια οδήγησης, κάρτα ταυτότητας από την πολιτεία, πιστοποιητικό γέννησης, κάρτα εργασίας ή σχολική, κάρτα

ιατρικής περίθαλψης, κάρτα εγγραφής ψηφοφόρων, ή απόδειξη μεταναστευτικής κατάστασης.

- Απόδειξη εισοδήματος για κάθε μέλος της οικογένειάς σας, όπως αποκόμματα μισθοδοσίας, δήλωση από εργοδότη, γράμμα επαλήθευσης για τρέχοντες παροχές πληρωμών που λαμβάνονται από την Κοινωνική Ασφάλιση, παροχές βετεράνων, παροχές από το ταμείο ανεργίας, και τεκμηρίωση για υποστήριξη παιδιών ή διατροφή.
- Απόδειξη για το πόσα χρήματα ξοδεύετε για φροντίδα εξαρτώμενων ατόμων.
- Αποδείξεις ενοικίου ή απόδειξη πληρωμών του στεγαστικού σας δανείου.
- Αρχεία των εξόδων σας για κοινόχρηστα, και
- Ιατρικούς λογαριασμούς για τα μέλη της οικογένειάς σας που είναι 60 ετών ή άνω, και για αυτούς που λαμβάνουν παροχές αναπηρίας, όπως αναπηρική σύνταξη από την Κοινωνική Ασφάλιση ή SSI.

Αφότου κάνετε την αίτηση, το γραφείο SNAP που επεξεργάζεται την αίτησή σας θα αποφασίσει εάν η οικογένειά σας είναι κατάλληλη για παροχές. Θα μάθετε εάν είστε κατάλληλοι εντός 30 ημερών. Τα νοικοκυριά που είναι κατάλληλα για ταχεία εξυπηρέτηση θα λάβουν παροχές εντός επτά ημερών. Εάν δεν μάθετε τίποτα εντός 30 ημερών αφότου κάντε αίτηση για παροχές, τηλεφωνήστε ή επισκεφθείτε το γραφείο SNAP.

Τι απολαβές θα έχετε;

Εάν το νοικοκυριό σας είναι κατάλληλο, το ποσό παροχών SNAP που θα λάβετε εξαρτάται από το μέγεθος της οικογένειάς σας, το μηνιαίο οικογενειακό εισόδημα και τα έξοδα για πράγματα όπως το στεγαστικό δάνειο ή το ενοίκιο, και τη φροντίδα παιδιών ή γηραιών ατόμων που χρειάζονται για να μπορεί κάποιος να εργαστεί. Ωστόσο, μπορείτε να βρείτε τι απολαβές θα έχετε μέσω του ονλάιν Εργαλείου Προ-Επιλεξιμότητας για SNAP στη διεύθυνση www.snap-step1.usda.gov/fns. Για

πληροφορίες σχετικά με άλλα προγράμματα βοήθειας σίτισης που ενδέχεται να είναι διαθέσιμα για εσάς, διαβάστε το έντυπο *Nutrition Assistance Programs* (Publication No. 05-10100) [*Προγράμματα Βοήθειας Σίτισης* (Αρ. Εντύπου. 05-10100)], ή επισκεφθείτε τη διεύθυνση www.fns.usda.gov.

Πώς επικοινωνείτε με την Κοινωνική Ασφάλιση

Υπάρχουν διάφοροι τρόποι με τους οποίους μπορείτε να επικοινωνήσετε με την Κοινωνική Ασφάλιση, συμπεριλαμβανομένων και της σύνδεσης μέσω ονλάιν, μέσω τηλεφώνου, καθώς και προσωπικά. Είμαστε εδώ για να απαντήσουμε τις ερωτήσεις σας και για να σας εξυπηρετήσουμε. Για πάνω από 80 έτη, η Κοινωνική Ασφάλιση έχει βοηθήσει την εξασφάλιση του σήμερα και του αύριο παρέχοντας οφέλη και οικονομική προστασία σε εκατομμύρια ανθρώπους κατά τη διάρκεια της ζωής τους.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

Ο πιο άνετος τρόπος για τη διεξαγωγή εργασιών που σχετίζονται με την Κοινωνική Ασφάλιση από οπουδήποτε ανά πάσα στιγμή, είναι να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.socialsecurity.gov. Εκεί, μπορείτε:

- Να δημιουργήσετε ένα λογαριασμό *my Social Security* για να δείτε τη σας *Social Security Statement* (Δήλωσή προς την Κοινωνική Ασφάλιση), να επαληθεύσετε τις αποδοχές σας, να εκτυπώσετε μια επιστολή επαλήθευσης οφελών, να αλλάξετε τις πληροφορίες άμεσης κατάθεσής σας, να πάρετε μια αντικατάσταση του SSA-1099/1042S, και άλλα.
- Να υποβάλετε αίτηση για Extra Help (μεγαλύτερη βοήθεια) με τα προγράμματα κόστους για τα συνταγογραφούμενα φάρμακα της Medicare.
- Να υποβάλετε αίτηση για συνταξιοδότηση, αναπηρία και επιδόματα της Medicare
- Να βρείτε αντίγραφα των εκδόσεών μας.

- Να πάρετε απαντήσεις σε συχνά τιθέμενες ερωτήσεις, και
- Τόσα άλλα πολλά!

Ορισμένες από αυτές τις υπηρεσίες είναι διαθέσιμες μόνο στα Αγγλικά. Επισκεφθείτε την Πύλη Πολλαπλών Γλωσσών που έχουμε για πληροφορίες στα Ελληνικά. Παρέχουμε δωρεάν υπηρεσίες διερμηνείας για να σας βοηθήσουμε να διεξάγετε τις συναλλαγές σας με την Κοινωνική Ασφάλιση. Αυτές οι υπηρεσίες διερμηνείας είναι διαθέσιμες είτε επικοινωνήσετε μαζί μας μέσω τηλεφώνου ή εάν επισκεφθείτε ένα γραφείο Κοινωνικής Ασφάλισης.

Τηλεφωνήστε μας

Εάν δεν έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο, προσφέρουμε πολλές αυτοματοποιημένες υπηρεσίες μέσω τηλεφώνου, 24 ώρες το 24ωρο, 7 ημέρες την εβδομάδα. Τηλεφωνήστε μας χωρίς χρέωση στον αριθμό **1-800-772-1213** ή στον αριθμό τηλεκτύπωσης μας ΤΤΥ, **1-800-325-0778**, εάν είστε κουφοί ή πάσχετε από βαρηκοΐα.

Εάν χρειάζεστε να μιλήσετε με κάποιο άτομο, μπορούμε να απαντήσουμε στις κλήσεις σας από τις 7πμ έως τις 7μμ, Δευτέρα έως Παρασκευή. Παρακαλούμε να είστε υπομονετικοί κατά τη διάρκεια πολυάσχολων χρονικών περιόδων επειδή ενδέχεται να περιμένετε περισσότερο για να μας μιλήσετε. Ανυπομονούμε για να σας εξυπηρετήσουμε.



Securing today
and tomorrow