

## ¿NECESITAS AYUDA PARA EXTENDER TU PRESUPUESTO DE COMIDA?

¡Arkansas Foodbank puede ayudarte a conocer más sobre los beneficios de SNAP y a presentar tu solicitud hoy mismo!

**Llámanos para recibir ayuda con SNAP:**

# 870-532-8151

[arkansasfoodbank.org/SNAP](http://arkansasfoodbank.org/SNAP)



### Es posible que califiques para SNAP...

- Trabajas al menos 20 horas por semana
- Participas en un programa de estudio y trabajo (work-study)
- Participas en WIC, LIHEAP, TEA, CSFP o TEFAP
- Tienes 65 años o más
- Cuidas a un niño menor de 7 años



ARKANSAS  
**FOOD  
BANK**

[snap@arkansasfoodbank.org](mailto:snap@arkansasfoodbank.org)  
[arkansasfoodbank.org/snap](http://arkansasfoodbank.org/snap)

## Todo lo esencial sobre SNAP

### ¿Qué es SNAP?

SNAP (conocido como food stamps) significa Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria. Este programa ayuda a las personas a comprar los alimentos necesarios para una buena salud. Los beneficios de SNAP se depositan en una tarjeta electrónica que se usa como una tarjeta de cajero automático o de banco.

### ¿Dónde puedo usar SNAP?

Puedes usar SNAP en la mayoría de los supermercados, tiendas de abarrotes, tiendas de conveniencia y hasta en algunos mercados de agricultores!

### ¿Qué puedo comprar con SNAP?

Puedes usar SNAP para comprar cualquier alimento, excepto comida preparada y caliente. También puedes comprar semillas y plantas que produzcan alimentos. SNAP no se puede usar en restaurantes ni para comprar alcohol, cigarrillos, productos de papel o limpieza, medicinas o comida para mascotas.

### ¿Para quién es SNAP?

SNAP es para cualquier persona que califique y necesite ayuda. Hay diferentes grupos que pueden ser elegibles: niños, personas mayores, individuos y familias.

*The SNAP logo is a service mark of the U.S. Department of Agriculture. USDA does not endorse any goods, services, or enterprises. USDA is an equal opportunity provider, employer, and lender.*



# Guía de SNAP

**Encuentra ayuda en el interior**

[arkansasfoodbank.org/SNAP](http://arkansasfoodbank.org/SNAP)

# Rompiendo mitos sobre SNAP

## MITO 1:

“Alguien lo necesita más que yo.”

### Realidad:

SNAP es un programa de asistencia garantizada, lo que significa que todas las personas que califican pueden recibir ayuda. Al solicitar SNAP, no le estás quitando beneficios a nadie. No hay listas de espera.

## MITO 2:

“Es una limosna del gobierno.”

### Realidad:

SNAP es posible gracias a tus impuestos. Tú has contribuido al programa. Al recibir beneficios de SNAP, simplemente estás recuperando parte de tus impuestos para que la comida sea más accesible. Es algo parecido al programa del Seguro Social.

## MITO 3:

“Solicitar SNAP es demasiado difícil.”

### Realidad:

No es tan difícil como crees—y puedes recibir ayuda para inscribirte a través del SNAP Help Center a Arkansas Foodbank. Se te pedirá información básica como:

- El tamaño de tu hogar
- Tus ingresos anuales
- Cualquier activo que tengas (por ejemplo, efectivo, propiedad, etc.)



## MITO 4:

“No merece la pena. Solo recibiré \$23 al mes.”

### Realidad:

La cifra de \$23 al mes que a menudo se menciona representa solo el beneficio mensual mínimo que puedes recibir.

Y aún hay muchas formas de hacer rendir tu dinero para aprovechar al máximo incluso un beneficio mínimo.

¡Cada ayuda cuenta!

## ¿Cuánto puedes comprar por \$23?

*Aunque \$23 no cubren un mes completo de compras, pueden ayudar a tu hogar a adquirir productos básicos de despensa y aliviar un poco la presión sobre tu presupuesto de alimentos.*



ARKANSAS  
**FOOD BANK**  
*Encuentra comida cerca de ti*

## Visita nuestro sitio web



Ve a nuestro sitio web, haz clic en la pestaña “Find Food” o visita [arkansasfoodbank.org/food](https://arkansasfoodbank.org/food) para encontrar a los socios comunitarios más cercanos a ti por código postal, palabra clave o ubicación actual.



## Envía un text a nuestro número de FindFood

Envía “comida” a: **844.381.3663**

Se generará una lista de todos nuestros socios comunitarios más cercanos según el código postal que proporcionas.



## Qué esperar durante tu visita a una despensa de alimentos:

- No tienes que pagar por la comida
- La frecuencia con la que puedes visitar depende de cada despensa
- Algunas son tipo autoservicio (drive-thru) y otras requieren que entres al edificio
- Es posible que tengas que llenar formularios y mostrar una identificación
- En algunas despensas, no es necesario mostrar comprobante de ingresos o de residencia