

Un resumen de los beneficios de SNAP, WIC y P-EBT

Julio, 2022

SNAP, WIC y P-EBT son algunos de los programas nutricionales del estado de Washington. Este documento servirá para aclarar dónde puede usar sus beneficios, qué puede comprar y cómo aprovecharlos al máximo.

¿Qué significa?

SNAP: Programa de Asistencia para Suplementar la Nutrición (también conocido como Programa de Alimentos Básicos)

EBT: Transferencia electrónica de beneficios

P-EBT: EBT por pandemia

WIC: Programa Especial de Asistencia para Suplementar la Nutrición para Mujeres, Infantes y Niños

WIC FMNP: Programa de Nutrición del Mercado de Granjeros de WIC

Según cuántos miembros tenga su hogar, además de otros factores, es posible que sea elegible para alguno de estos programas nutricionales.

La mejor forma de averiguar si es elegible es a través de estas herramientas:

- **Washington Connection**

https://www.washingtonconnection.org/home/?locale=es_es

Una herramienta en línea donde puede consultar los beneficios para los que es elegible. Completar el formulario le llevará aproximadamente 15 minutos.

- **Parent Help 123**

<https://www.parenthelp123.org/es/>

Un sitio donde los padres o madres pueden encontrar recursos y beneficios.

- Llame a la **línea directa de Help Me Grow (Ayúdame a crecer) de Washington** al 1-800-322-2588 para solicitar ayuda para recibir apoyo y servicios comunitarios.

<https://helpmegrowwa.org/es/>

Programas de frutas y verduras adicionales

Aumento de los beneficios del programa WIC

Hasta el 31 de marzo del 2022, los participantes tendrán más \$\$\$ cada mes para comprar frutas y verduras frescas y congeladas. Los beneficios en \$\$\$ son: \$24 para los niños participantes (de 1 a 5 años), \$43 para participantes embarazadas y que no amamantan, \$47 para participantes que amamantan.

WIC FMNP

De junio a octubre de cada año, diríjase a la clínica WIC para obtener \$28 en cheques de WIC FMNP. Estos cheques solo se pueden usar en mercados y tiendas agrícolas participantes.

Bonificación en mercados agrícolas del SNAP en mercados agrícolas

<https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/NutritionandPhysicalActivity/HealthyEating/SNAPMatchPrograms/BonificacionenmercadosagricolasdelSNAP>



¿Quién es elegible? Cualquier persona que tenga una tarjeta SNAP/EBT o P-EBT.

¿Cómo funciona?

En mercados y puestos agrícolas participantes en Washington, **duplique sus beneficios de SNAP/EBT** para gastar en frutas y verduras. Solo tiene que deslizar su tarjeta de EBT para comprar cualquier producto elegible de SNAP en los puestos de información y recibirá la misma cantidad en dólares de la bonificación en mercados agrícolas del SNAP, hasta \$40. Los dólares de la bonificación en mercados agrícolas del SNAP vencen al final de cada año.

¿Qué puede comprar?

Use sus dólares de la bonificación en mercados agrícolas del SNAP para comprar frutas, verduras, hongos, hierbas y semillas.

¿Dónde puede usar la bonificación en mercados agrícolas del SNAP?

Consulte el sitio web para obtener una lista de más de 100 mercados agrícolas participantes.



Bonificación en productos agrícolas del SNAP en tiendas de comestibles

<https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/NutritionandPhysicalActivity/HealthyEating/SNAPMatchPrograms/Cuponesdefrutasyverduras>



¿Quién es elegible? Cualquier persona que tenga una tarjeta SNAP/EBT o P-EBT.

¿Cómo funciona?

Aproveche al máximo sus beneficios de SNAP/EBT

cuando compre frutas y verduras frescas o congeladas. Cada vez que gaste \$10 en frutas y verduras en tiendas de comestibles participantes, reciba un cupón de bonificación en productos agrícolas del SNAP por \$5 en su próxima compra. Los dólares de bonificación en productos agrícolas del SNAP vencen un mes después de su emisión.



¿Qué puede comprar?

La bonificación en productos agrícolas del SNAP se puede utilizar para frutas y verduras frescas o congeladas sin sal, azúcar ni grasa agregadas.

¿Dónde puede usar la bonificación en productos agrícolas del SNAP?

Consulte el sitio web para obtener la creciente lista de las tiendas de comestibles participantes.

Este verano aproveche al máximo los programas nutricionales

	WIC 	WIC FMNP * 	SNAP 	Bonificación en mercados agrícolas del SNAP 	Bonificación en productos agrícolas del SNAP 	P-EBT 
Se puede usar en mercados agrícolas participantes		✓	✓	✓		✓
Se puede usar en tiendas de comestibles participantes	✓		✓		✓	✓

*Los cheques de WIC FMNP también se pueden usar en tiendas agrícolas participantes.

Resumen detallado de los diferentes programas

Programa	Quién lo puede usar	Cómo aprovechar al máximo sus beneficios	Qué puede comprar	Cuándo vence	Dónde lo puede usar	Página web
WIC 	<ul style="list-style-type: none"> Participante embarazada Participante lactante o no lactante Niño (de 1 a 5 años) <p>Use alguna de las herramientas anteriores para averiguar si es elegible.</p>	<p>Hasta el 31 de marzo de 2022, los participantes tendrán más \$\$\$ cada mes para comprar frutas y verduras frescas y congeladas. Los beneficios en \$\$\$ son:</p> <ul style="list-style-type: none"> \$24 para los niños participantes (de 1 a 5 años) \$43 para participantes embarazadas y que no amamantan \$47 para participantes que amamantan. 	<p>Además de frutas y verduras frescas o congeladas, WIC incluye los siguientes alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Alimentos para bebés Frijoles/chícharos/lentejas Cereal para bebés Queso, huevos Pescado: enlatado Lácteos, soja Mantequilla de maní Pan, arroz y pasta integrales 	<p>Sus beneficios de WIC vencen todos los meses.</p> <p>El aumento de los beneficios a \$35 por mes para frutas y verduras se debe gastar todos los meses.</p> <p>Los beneficios regresarán a sus montos normales en octubre.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Tiendas de comestibles participantes 	https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/WICenEspañol
WIC FMNP 	<p>Participantes de WIC</p> <ul style="list-style-type: none"> Participante embarazada Participante lactante o no lactante Niño (de 1 a 5 años) 	<p>Reciba cheques por \$28 en las clínicas WIC participantes todos los años.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Frutas, verduras y hierbas locales, frescas y sin procesar. “Locales” significa que se la cosecha en Washington y en condados limítrofes de Idaho y Oregón. 	<p>Los cheques son válidos hasta el 31 de octubre de cada año.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mercados agrícolas participantes Tiendas agrícolas participantes Consulte la lista completa en el sitio web. 	https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/WICenEspañol/MercadosAgrícolas/WICFMNP

Resumen detallado de los diferentes programas

Programa	Quién lo puede usar	Cómo aprovechar al máximo sus beneficios	Qué puede comprar	Cuándo vence	Dónde lo puede usar	Página web
SNAP/EBT	Use alguna de las herramientas anteriores para averiguar si es elegible.	Si usa SNAP/EBT, puede recibir beneficios adicionales de la bonificación en mercados agrícolas de SNAP (en mercados agrícolas) y la bonificación en productos agrícolas de SNAP (en tiendas de comestibles).	<ul style="list-style-type: none"> • Panes y cereales • Frutas y verduras • Queso, leche y otros productos lácteos • Carnes, pescado, aves y huevos • Casi todo el resto de los alimentos que no se venden como comidas calientes preparadas • Semillas y plantas que producen alimentos 	Los beneficios vencen después de un año si no se los usa.	Cualquier revendedor autorizado de SNAP	https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/basic-food (solo en inglés)
Bonificación en mercados agrícolas del SNAP 	Cualquier persona que tenga una tarjeta de SNAP/EBT o P-EBT.	Obtenga una bonificación en mercados agrícolas de SNAP de \$1 por cada \$1 de EBT (hasta \$40 por día) en el puesto de información de su mercado.	<ul style="list-style-type: none"> • Verduras frescas • Frutas frescas • Hongos • Hierbas frescas • Semillas y plantas que producen alimentos 	Los dólares de la bonificación en mercados agrícolas de SNAP vencen al final de cada año calendario.	<ul style="list-style-type: none"> • Mercados agrícolas participantes • Consulte la lista completa en el sitio web. 	https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/NutritionandPhysicalActivity/HealthyEating/SNAPMatchPrograms/BonificacionenmercadosagricolasdelSNAP
Bonificación en productos agrícolas del SNAP 	Cualquier persona que tenga una tarjeta de SNAP/EBT o P-EBT.	Use los \$10 de SNAP/EBT para comprar frutas y verduras seleccionadas, y obtenga un cupón de \$5 para su próxima compra.	Frutas y verduras frescas y congeladas sin sal, azúcar ni grasa agregadas.	Los cupones de bonificación en productos agrícolas de SNAP vencen un mes después de su emisión.	<ul style="list-style-type: none"> • Tiendas de comestibles participantes • Consulte la lista completa en el sitio web. 	https://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/NutritionandPhysicalActivity/HealthyEating/SNAPMatchPrograms/Cuponesdefrutasyverduras
EBT por pandemia (P-EBT por sus siglas en inglés) 	Niños que reciben una tarjeta P-EBT. Consulte la página web de P-EBT para ver si su hijo recibirá la ayuda.	Si usa P-EBT, puede recibir beneficios adicionales a través de la bonificación en mercados agrícolas del SNAP (en mercados agrícolas) y la bonificación en productos agrícolas del SNAP (en tiendas de comestibles).	Lo mismo que con SNAP/EBT	Los beneficios vencen después de 247 días si no se los usa.	Cualquier revendedor autorizado del SNAP	https://www.dshs.wa.gov/esa/community-services-offices/pandemic-ebt-p-ebt (solo en inglés)

WIC

WIC@doh.wa.gov

Bonificaciones del SNAP

FVIP@doh.wa.gov



DOH 340-383 July 2022 Spanish

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (Washington Relay) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.