

SNAP Food Benefits:

Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) helps you buy food for good health. Some people might get help the next working day. This used to be called Food Stamps.

TANF:

Temporary Assistance for Need Families (TANF) helps pay for things like food, clothing and housing.

- **One-Time TANF Grandparent:** Helps grandparents caring for a child who gets TANF.

The Houston Food Bank Social Services Outreach Program Call Center (832) 369-9390 can help you:

- **Apply for Benefits** (SNAP, Medicaid, and TANF) over the phone;
- **Find pantries**, hot meals or produce distributions in your neighborhood;
- **Get information** about social services that can benefit you and your family.

Supplemental Security Income:

Supplemental Security Income (SSI) makes monthly payments to people who have low income and few resources, and who are age 65 or older, blind or disabled.

If you plan to apply for SSI, you can complete a large part of your application by visiting www.socialsecurity.gov. You can also call us toll-free at 1-800-772-1213 to ask for an appointment with a Social Security representative. If you plan to apply for Social Security or SSI disability benefits, a good place to start is www.socialsecurity.gov/disability.

Medicaid

When you get SSI, you also may get Medicaid, which helps pay doctor and hospital bills. Your local welfare or medical assistance office can give you information about Medicaid.

Help paying for Medicare

If you get Medicare, and have low income and few resources, your state may pay your Medicare premiums and, in some cases, other Medicare expenses such as deductibles and coinsurance. Only your state can decide if you qualify. To find out if you do, contact your state or local welfare office or medical assistance (Medicaid) office. You can get more information about these programs from the Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS) by calling the Medicare toll-free number, 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). If you're deaf or hard of hearing, call TTY 1-877-486-2048. You may be able to get Extra Help paying for annual deductibles, monthly premiums, and prescription copayments related to the Medicare prescription drug program (Part D). You may qualify for Extra Help if you have limited income (tied to the federal poverty level) and limited resources. These income and resource limits change each year and aren't the same as the SSI income and resource limits. Contact Social Security for the current limits. You can apply online for Extra Help or get more information at www.socialsecurity.gov/extrahelp. You can also apply or request an application by phone, or you can apply at your local Social Security office.

This institution is an equal opportunity provider

The Commodity Supplemental Food Program is sponsored by:

U.S Department of Agriculture (USDA)

Texas Department of Agriculture

Houston Food Bank

USDA Nondiscriminatory Statement

In accordance with Federal civil rights law and U.S Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, the USDA, its Agencies, offices, and employees, and institutions participating in or administering USDA programs are prohibited from discriminating based on race, color, national origin, sex, disability, age, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity in any program or activity conducted or funded by USDA.

Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g. Braille, large print, audiotope, American Sign Language, etc...), should contact the Agency (State or local) where they applied for benefits. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information may be made available in languages other than English.

To file a program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027) found online at: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, and at any USDA office, or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by: (1) mail: U.S Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Ave, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; or (3) email: program.intake@usda.gov.

Chương trình bổ sung dinh dưỡng:

Chương trình bổ sung dinh dưỡng (SNAP) giúp bạn mua thực phẩm tốt cho sức khỏe. Một số người có thể được giúp đỡ vào ngày làm việc tiếp theo. Chương trình này từng được gọi là Food Stamps.

TANF:

Chương trình hỗ trợ tạm thời cho các gia đình cần thiết (TANF) giúp thanh toán cho những thứ như: thực phẩm, quần áo và nhà ở cho các gia đình không đủ khả năng

- **ông bà / bà ngoại / nội có thể nhận trợ cấp TANF One-Time:** Giúp ông bà chăm sóc một đứa trẻ được nhận trợ cấp dưới chương trình TANF

Trung tâm dịch vụ khách hàng của Ngân hàng thực phẩm Houston (832) 369-9390 có thể giúp bạn:

- **Đăng ký cho những chương trình phúc lợi xã hội (SNAP, Medicaid và TANF)** qua điện thoại;
- **Tìm trung tâm phân phối thực phẩm từ thiện**, bữa ăn nóng hoặc sản phẩm tươi.
- **Cung cấp cho bạn thông tin về các dịch vụ xã hội** có thể mang lại lợi ích cho bạn và gia đình bạn.

Trợ cấp An Sinh Xã hội (SSI):

Trợ cấp An Sinh Xã hội (SSI) giúp đỡ tiền hàng tháng cho những người có thu nhập thấp và ít tài sản cá nhân và những người từ 65 tuổi trở lên, bị mù hoặc tàn tật.

Nếu bạn dự định nộp đơn xin SSI, bạn có thể hoàn thành hầu hết đơn đăng ký của mình bằng cách truy cập trang web www.socialsecurity.gov. Bạn cũng có thể gọi cho chúng tôi miễn phí theo số 1- 800-772-1213 để yêu cầu một cuộc hẹn với đại diện An sinh Xã hội. Nếu bạn dự định nộp đơn xin trợ cấp An Sinh Xã hội hoặc trợ cấp cho người khuyết tật, một nơi tốt để bắt đầu là trang web www.socialsecurity.gov/disability.

Trợ cấp y tế (Medicaid)

Khi bạn nhận được Trợ cấp An Sinh Xã hội (SSI), bạn cũng nhận được Trợ cấp y tế (Medicaid), chương trình này giúp thanh toán hóa đơn cho bác sĩ và bệnh viện. Văn phòng phúc lợi địa phương (welfare office) hoặc văn phòng hỗ trợ y tế (medical assistance office) có thể cung cấp thông tin về Trợ cấp y tế (Medicaid).

Giúp thanh toán cho Medicare

Nếu bạn có Medicare, và có thu nhập thấp và ít tài sản cá nhân, tiểu bang của bạn có thể trả chi phí bảo hiểm Medicare của bạn và, trong một số trường hợp, các chi phí khác của Medicare như deductible và coinsurance. Chỉ tiểu bang của bạn có thể quyết định nếu bạn đủ điều kiện. Để tìm hiểu xem bạn có đủ điều kiện không, hãy liên hệ với văn phòng phúc lợi địa phương (welfare office) hoặc văn phòng hỗ trợ y tế (medical assistance office - Medicaid). Bạn có thể nhận thêm thông tin về các chương trình này từ Trung tâm Dịch vụ Medicare & Medicaid (CMS) bằng cách gọi số điện thoại miễn phí của Medicare, 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Nếu bạn bị điếc hoặc lảng tai, hãy gọi TTY 1-877-486-2048. Bạn có thể nhận Trợ Giúp Bổ Sung (extra help) để thanh toán cho các khoản deductibles hàng năm, chi phí bảo hiểm hàng tháng và các copay theo toa thuốc liên quan đến chương trình Medicare (Phần D). Bạn có thể đủ điều kiện nhận Trợ Giúp Bổ Sung (extra help) nếu bạn có thu nhập hạn chế (theo mức nghèo dưới quy định liên bang) và ít tài sản cá nhân. Các quy định thu nhập và tài sản này thay đổi mỗi năm và không giống như quy định thu nhập và tài sản của chương trình SSI. Liên lạc với An sinh xã hội để biết các quy định hiện hành. Bạn có thể đăng ký trực tuyến để được Trợ Giúp Bổ Sung (extra help) hoặc được biết thêm thông tin tại www.socialsecurity.gov/extrahelp. Bạn cũng có thể nộp đơn hoặc yêu cầu đơn đăng ký qua điện thoại hoặc bạn có thể nộp đơn tại văn phòng An sinh xã hội địa phương.

Đây là cơ quan cung cấp cơ hội bình đẳng

Chương trình thực phẩm bổ sung hàng hóa được tài trợ bởi:

Bộ Nông nghiệp Hoa Kỳ

Bộ Nông nghiệp bang Texas

Ngân hàng thực phẩm Houston Food Bank

Theo luật pháp dân quyền Liên Bang và các quy định và chính sách về quyền dân sự của Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ (USDA), USDA, các cơ quan, văn phòng và nhân viên của họ và các tổ chức đang tham gia hoặc quản lý các chương trình của USDA bị cấm phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu sắc, nguồn gốc quốc gia, giới tính, khuyết tật, tuổi tác. Hơn nữa, cơ quan USDA cấm phân biệt đối xử dựa trên hành động trả thù người có hoạt động dân quyền trước đó trong bất kỳ chương trình hoặc hoạt động nào do USDA thực hiện hoặc tài trợ.

Những người khuyết tật cần các phương tiện liên lạc khác để biết thông tin chương trình (ví dụ: Chữ nổi, chữ in lớn, tệp âm thanh, Ngôn ngữ ký hiệu của Mỹ, v.v.), nên liên hệ với cơ quan (cơ quan tiểu bang hoặc cơ quan địa phương) nơi họ nộp đơn xin trợ cấp. Những người bị điếc, lảng tai hoặc khiếm thính có thể liên hệ với USDA thông qua Dịch vụ Chuyển tiếp Liên bang theo số (800) 877-8339. Ngoài ra, thông tin chương trình có thể được cung cấp bằng các ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh.

Để nộp đơn khiếu nại phân biệt đối xử, hãy điền vào mẫu đơn khiếu nại của cơ quan USDA, (mẫu đơn số AD-3027) được tìm thấy trực tuyến tại:

http://www.ASCR.usda.gov/complaint_filing_cust.html và tại bất kỳ văn phòng USDA nào hoặc viết thư gửi đến USDA và cung cấp trong thư tất cả các thông tin được yêu cầu trong mẫu đơn. Để yêu cầu một bản sao của mẫu đơn khiếu nại, hãy gọi (866) 632-9992. Gửi mẫu đơn tới cơ quan USDA bằng cách: (1) Gửi thư : U.S Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Ave, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax mẫu đơn tới: (202) 690-7442; hoặc (3) email mẫu đơn tới: program.intake@usda.gov.

Social service referral information

SNAP 补充营养协助项目

补充营养协助项目将帮助您更健康的购买食品。有时候您将在下一个工作日获取协助。本项目曾被命名为“食品补助券”。

TANF

贫困家庭临时补助项目将帮助购买食品，衣物及房租。

一次性祖父母补助：帮助祖父母照顾领取本项目的儿童。

休斯顿食品银行社会外勤项目联系中心：832-369-9390 将帮助你：

- 通过电话申请福利项目（补充营养协助项目，德州医疗保险，和贫困家庭临时补助项目）
- 寻找所在地的食品援助中心。
- 了解个人和家庭可以申请的政府福利项目。

SSI

社会安全生活补助金将每月发放给：低收入人群，年满六十五周岁及以上，失明及残障人士。

如果您有意申请本项目，请在：www.socialsecurity.gov填写申请。您也可以拨打免费电话：800-772-1213和工作人员预约时间来完成申请。如果您有意真情社会安全补助或社会安全残障福利，请在www.socialsecurity.gov/disability了解相关内容。

德州医疗保险

当您获得社会安全生活补助金，可能同时获取德州医疗保险，医疗保险将帮助你支付医疗支出。更多详情请咨询当地福利协助中心或医疗协助中心。

联邦医疗保险

如果你是低收入人群，并拥有联邦医疗保险，州政府将帮助您支付基本保险费用，在特定情况下，州政府将支付其它医疗支出例如减免部分及联合保险费用。州政府有权对您的申请做出决定。更多详情请咨询当地福利协助中心或医疗协助中心，或拨打联邦医疗保险热线：1-877-486-2048。你有可能获得对于医疗费用，药品支出及其他医疗费用的额外补助。收入标准将每年变动，请注意这和社会安全生活补助金的标准并不一致。您可以在网上申请：www.socialsecurity.gov/extrahelp 或拨打以上电话和工作人员预约时间。

根据联邦民权法和美国农业部（USDA）民权法规和政策，美国农业部，其代理机构，办事处，员工以及参与或管理美国农业部计划的机构不得基于以下任何原因区别对待申请者：种族，肤色，国籍，宗教，性别，性别认同（包括性别表达），性取向，残疾，年龄，婚姻状况，家庭/父母身份，公共援助计划的收入，政治信仰，或对先前可疑活动的记录，在由USDA进行或资助的任何计划或活动中（并非所有基础都适用于所有计划）。补救措施和投诉申请截止日期因计划或事件而异。

需要以通信方式以获取项目信息的残障人士（如盲文，大字体，录音带，美国手语等）应与负责机构或美国农业部的服务中心联系，电话：（202）720-2600（语音和TTY）或通过联邦中转服务联系USDA，电话：（800）877-8339。此外，项目信息将由多种语言传达。

要提交计划歧视投诉，请完成美国农业部计划歧视投诉表格AD-3027，链接：http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html，或写信给美国农业部，并在信中提供所有表格中要求的信息。如需索取投诉表格副本，请致电（866）632-9992。

您可以通过以下方式将完成的表格或信件提交给美国农业部：

（1）邮寄：

U.S. Department of Agriculture

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C.

（2）传真：（202）690-7442

美国农业部为平权机构。

Social Service Referral Information

Beneficios de los alimentos de SNAP:

El Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas en) le ayuda a comprar alimentos para una buena salud. Algunas personas podrían obtener ayuda al siguiente día laborable. Esto se utiliza ser llamados cupones de alimentos.

Tanf:

La Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF, por sus días, por sus) ayuda a pagar cosas como alimentos, ropa y vivienda.

- **Abuelo TANF de una sola vez:** Ayuda a los abuelos que cuidan a un niño que recibe TANF.

El Centro de Llamadas del Programa de Alcance de Servicios Sociales del Banco de Alimentos de Houston (832) 369-9390 puede ayudarlo a:

- **Solicitar Beneficios** (SNAP, Medicaid y TANF) por teléfono;
- **Encontrar despensas**, comidas calientes o distribuciones de productos en su vecindario;
- **Obtenga información sobre los servicios sociales que pueden beneficiarle a usted y a su familia.**

Ingreso suplementario de seguridad:

El Ingreso Suplementario de Seguridad (SSI, por sus días) hace pagos mensuales a personas que tienen bajos ingresos y pocos recursos, y que tienen 65 años o más, o discapacitados. Si planea solicitar SSI, puede completar una gran parte de su solicitud visitando www.socialsecurity.gov. También puede llamarnos gratis al 1-800-772-1213 para solicitar una cita con un representante de la Seguridad Social. Si planea solicitar beneficios de incapacidad para el Seguro Social o SSI, un buen lugar para empezar es www.socialsecurity.gov/disability.

Medicaid

Cuando recibe SSI, también recibes Medicaid, que ayuda a pagar las facturas del médico y del hospital. Su oficina local de asistencia médica o de bienestar puede información sobre Medicaid.

Ayuda para pagar Medicare

Si recibe Medicare y tiene bajos ingresos y pocos recursos, su estado puede pagar sus primas de Medicare y, en algunos casos, otros como deducibles y coseguros. Solo su estado puede decidir si califica. Para averiguar si lo hace, comuníquese con su oficina de bienestar estatal o local o asistencia médica (Medicaid). Puede obtener más información sobre estos programas en los Centros para & Medicare & Servicios de Medicaid (CMS) llamando al número gratuito de Medicare, 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Si usted es sordo o tiene problemas de audición, llame al TTY 1-877-486-2048. tú puede obtener ayuda adicional para pagar deducibles anuales, primas mensuales y copagos de recetas relacionados con la receta de Medicare (Parte D). Usted puede calificar para Ayuda Extra si tiene ingresos limitados (vinculados al nivel federal de pobreza) y recursos limitados. Estos los límites de ingresos y recursos cambian cada año y no son los mismos que los límites de ingresos y recursos de SSI. Comuníquese con el Seguro Social para conocer los límites actuales. Puede solicitar ayuda adicional en línea u obtener más información en www.socialsecurity.gov/extrahelp. También puede solicitar o solicitar una solicitud teléfono, o puede solicitarlo en su oficina local del Seguro Social.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades

El Programa de Alimentos Suplementarios de Productos Básicos está patrocinado por:

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) ♦ Departamento de Agricultura de Texas ♦ Banco de Alimentos de Houston

Declaración no discriminatoria del USDA

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus) participar o administrar programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, edad o represalias o represalias por derechos civiles anteriores actividad en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA.

Las personas con discapacidad que requieren medios alternativos de comunicación para la información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con el (Estado o local) donde solicitaron beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas o con discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en idiomas distintos del inglés.

Para presentar una queja del programa de discriminación, complete el Formulario de Queja por Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que se encuentra en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario o carta completa al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Oficina del Secretario Adjunto de Civil Rights, 1400 Independence Ave, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.