



Su camino por las reglas de trabajo o actividad de SNAP

Lo que puede esperar al solicitar o renovar sus beneficios de alimentos SNAP si tiene estatus de ABAWD

Las reglas federales requieren que algunos adultos cumplan con las reglas de trabajo o actividad de SNAP para seguir recibiendo sus beneficios de alimentos. Existen dos tipos de reglas: las reglas de trabajo generales y las reglas de trabajo para personas con estatus de ABAWD (Adultos Sanos sin Dependientes). Esta  guía es para personas con **estatus de ABAWD**.

Paso 1: Solicitar o renovar sus beneficios de alimentos SNAP

Solicite o renueve los beneficios de SNAP

Entrevista

Un trabajador de elegibilidad se comunicará con usted para programar una entrevista para revisar su solicitud. [Encuentre más información sobre cómo prepararse para su entrevista de SNAP.](#)

Encuentre información para saber si tiene una exención

Esto significa que no necesita cumplir con las reglas de trabajo o actividad para recibir SNAP. Encuentre más información sobre las exenciones en la siguiente página.

Vea la siguiente página para más detalles →

Lea su aviso de renovación de ODHS

Recibirá un aviso 45 días antes de la fecha límite para renovar sus beneficios. El aviso le dirá si necesita cumplir con las reglas de trabajo o actividad.

Conzca su estatus

Durante su entrevista se enterará si tiene el estatus de "ABAWD" y si debe cumplir con las reglas de trabajo o actividad.

Ayuda del equipo de ABAWD

Cumpla con las reglas de trabajo o actividad.

Si se necesita más información, su trabajador de elegibilidad lo conectará con un trabajador ABAWD.

Vea la siguiente página para más detalles →

⌚ Tiempo estimado para conectar con un trabajador ABAWD: **de 1 a 2 días**



¿Qué significa "ABAWD"?

- "ABAWD" significa Adultos Sanos sin Dependientes. Puede tener el estatus de ABAWD si tiene entre 18 y 64 años y **no tiene** un hijo menor de 14 años en su caso de SNAP.
- Si usted no cumple con una exención, las reglas federales requieren que cumpla con las reglas de trabajo o actividad de SNAP para seguir recibiendo beneficios de alimentos.

Paso 2: Pregunte si está exento de las reglas de trabajo o actividad

Hable con un trabajador de ABAWD

Esa persona le ayudará a saber si tiene una exención, si ya está cumpliendo con las reglas o si debe cumplir con las reglas de trabajo.

Usted tiene una exención

No necesita hacer nada.

No necesita cumplir con las reglas de trabajo o actividad para recibir SNAP.

Usted cumple con las reglas de trabajo o actividad

Muestre comprobantes.

Si ya está trabajando o haciendo actividades como voluntario, es posible que deba mostrar un comprobante.

Reporte cambios

Es importante dejarle saber a ODHS si su situación cambia para mantener la cantidad correcta de sus beneficios de SNAP y recibirlos a tiempo.

Para más información, visite.
oregon.gov/snapnormastrabajo.

Debe cumplir con las reglas de trabajo o actividad

Vea la siguiente página para más detalles →

?

¿Qué es una exención?

Algunas personas no necesitan cumplir con las reglas de trabajo o actividad. A esto se le llama una exención. Puede estar exento si:

- ✓ Tiene un hijo menor de 14 años que recibe SNAP junto con usted
- ✓ Usted es un estudiante
- ✓ Usted cuida a alguien que no puede cuidarse por sí mismo.
- ✓ No puede trabajar debido a una discapacidad o condición de salud.
- ✓ Usted cumple con **otra exención**.

Visite oregon.gov/snapnormastrabajo para ver la lista completa de exenciones.

Paso 3: Pregunte si debe cumplir con las reglas de trabajo o actividad

Hable sobre las reglas de trabajo o actividad con el trabajador de ABAWD

Si usted no tiene una exención, deberá cumplir con las reglas de trabajo o actividad.



Cumpla con las reglas de trabajo o actividad

Si no está exento, cumpla con las reglas completando al menos 80 horas al mes de:

- ✓ Trabajo pagado o trabajo por cuenta propia
- ✓ Actividades como voluntario
- ✓ Intercambio de trabajo por vivienda u otras necesidades
- ✓ Participación en el programa de ABAWD del Departamento de Empleo de Oregon
- ✓ **Cualquier combinación de las actividades anteriores**



Reciba ayuda gratuita para cumplir con las reglas

Puede recibir ayuda gratuita para encontrar empleo y recibir capacitación con el programa de ABAWD del Departamento de Empleo de Oregon. Su trabajador de ABAWD lo conectará. Usted decide si quiere participar.

[Vea la siguiente página para más detalles →](#)

Límites de Tiempo de SNAP

Si usted no cumple con las reglas de trabajo o actividad de SNAP y no tiene una exención, las reglas federales establecen que solo puede recibir SNAP durante 3 meses en un periodo de 3 años. **Comuníquese con ODHS si pierde sus beneficios y necesita ayuda para recuperarlos.**



Paso 4: Si quiere ayuda para cumplir con las reglas de trabajo o actividad

1

Haga una cita

Su trabajador de ABAWD programará su primera cita con un especialista en empleo en su [centro de WorkSource local del Departamento de Empleo de Oregon](#).

⌚ Tiempo estimado para conectarse con un especialista en empleos: de 1 a 2 semanas

2

Trabaje con un especialista en empleo

Esta persona le ayudará a crear un plan para cumplir con sus objetivos de empleo. Esto puede incluir:

- ✓ Ayuda para pagar por capacitación o educación
- ✓ Ayuda para buscar trabajos y la prepararse para trabajar
- ✓ Ayuda para comprar las cosas que necesita para tener éxito en su plan de caso
- ✓ Asistencia continua durante 90 días después de que empiece un nuevo trabajo

Reciba ayuda

No espere hasta que se detengan sus beneficios de SNAP.

Comuníquese con ODHS hoy mismo.

Llame al: 833-947-1694

Mande un correo electrónico: snap.abawdteam@odhs.oregon.gov

Puede comunicarse con ODHS para:

- ✓ Hacer preguntas sobre las reglas de trabajo
- ✓ Obtener más información sobre las exenciones
- ✓ Reportar un cambio en su situación
- ✓ Presentar una comprobante de su trabajo o actividades
- ✓ Recibir ayuda para cumplir con las reglas de trabajo o actividad

Reciba más información en:

oregon.gov/snapnormastrabajo