

What is Food and Nutrition Services (FNS)?

FNS benefits help eligible low-income people supplement their food budgets so they can purchase food.

If you qualify, you will receive an Electronic Benefit Transfer (EBT) card to help you buy food at authorized FNS grocery stores and farmers markets. Look for signs that say, "We accept SNAP benefits."

Benefits are put on the card each month that you are approved to receive them. After that if you still want to receive FNS, you will have to apply again to see if you are eligible.

What are the financial requirements to qualify for FNS benefits?

Your resources and income must be below certain limits.

WHAT IS A RESOURCE IN FNS?

Checking or savings accounts are resources in FNS.

Your home is not a resource in FNS. The resources of people who receive Work First Family Assistance or Supplemental Security Income (SSI) do not count as resources in FNS eligibility.

Maximum Allowable Resource Limits:

1. \$3,750 for FNS each member of the household 60 or older or have a disability.
2. \$2,500 for all other FNS members of the household.
3. No limit for members of the household who receive Work First benefits or SSI, and certain households whose income is below 200% of the federal Poverty level.

WHAT IS INCOME IN FNS?

There are two types of income in FNS. There are limits for both types.

Gross Income is your total income from all sources including wages from work, disability payments, veterans' benefits, or pensions.

Net Income is the amount left over after certain deductions from income.

WHAT DEDUCTIONS ARE ALLOWED?

Deductions from income are items such as utility costs, child support payments, child or dependent care payments, and monthly medical expenses over \$35 for people age 60 or older or have a disability, which are subtracted from your gross income to determine your net income.

WHAT ARE THE INCOME LIMITS?

The gross income limit for FNS varies by household size and is updated every year.

Most households must meet both gross and net income limits. If everyone in your household receives Supplemental Security Income (SSI) or Work First Family Assistance (WF), there are no income limits to meet. Households with people age 60 or older or a member with a disability do not have to meet the gross income limit.

The income levels effective October 1, 2021 are:

Food and Nutrition Services Unit Size	200% Maximum Allowable Gross Income Limit	130% Maximum Allowable Gross Income Limit	100% Maximum Allowable Net Income
1	\$2,148	\$1,396	\$1,074
2	\$2,904	\$1,888	\$1,452
3	\$3,660	\$2,379	\$1,830
4	\$4,418	\$2,871	\$2,209
5	\$5,174	\$3,363	\$2,587
6	\$5,930	\$3,855	\$2,965
7	\$6,688	\$4,347	\$3,344
8	\$7,444	\$4,839	\$3,722
Each additional member	(+) \$758	(+) \$492	(+) \$379

What are the non-financial requirements for FNS?

- People convicted of drug-related felonies may not be eligible.
- College students are not eligible, unless they meet certain work requirements or exceptions.
- Undocumented immigrants are not eligible for FNS.

What are the work requirements for FNS?

Most people register for work, not voluntarily quit their job, take a job if offered, or participate in an employment and training program if assigned.

If you are an able-bodied adult with no children, there may be other work requirements and limitations on participating in the program.

What can I buy with my FNS benefits?

Items you can buy with FNS:

- Breads, cereals, fruits, vegetables
- Meats, fish, poultry, dairy
- Bottled water, non-alcoholic beverages
- Seeds and plants that produce food

Items you cannot buy with FNS:

- Beer, wine, liquor, cigarettes
- Any nonfood items such as pet foods, soaps, household supplies
- Vitamins and medicines
- Hot foods or foods already prepared





How much can I receive in FNS benefits?

The amount of benefits each household receives is based on several eligibility factors such as number of people in the household, total income, and allowable deductions. Most households do not receive the maximum benefit amount.

Effective October 1, 2021 the maximum amount for each household size:

# of People	Maximum Benefit
1	\$250
2	\$459
3	\$658
4	\$835
5	\$992
6	\$1,190
7	\$1,316
8	\$1,504
Each additional	(+) \$188

How did COVID-19 change FNS benefits?

During the pandemic, North Carolina was given special approval by the U.S. Department of Agriculture (USDA) to issue the maximum benefit amount each month to all eligible households based only on the FNS household size.

USDA approval is given on a monthly basis and may end at any time.

When the special approval ends all regular FNS rules will apply and things such as income and deductions will be used to calculate your monthly benefit amount. When this happens, some FNS households may experience large decreases in their monthly benefit amount.

How do I get my benefits?

The FNS benefits are issued on an Electronic Benefit Transfer (EBT) card. FNS recipients use EBT cards to access FNS benefits at any USDA authorized retailer. Most major grocery stores are USDA authorized retailers.

Questions about lost or stolen cards, changing PIN, or checking balances can be answered by calling 1-888-622-7328.

When will I get my benefits?

FNS benefits are issued on the same day each month according to the last digit of your social security number (SSN), even if that day is on a weekend or holiday.

*Benefits are available on the 3rd day every month if you do not have a SSN.

If your SSN ends in:	Benefits will be available on the:
1	3rd
2	5th
3	7th
4	9th
5	11th
6	13th
7	15th
8	17th
9	19th
0	21st

How do I apply for benefits?

- Online at ePASS.nc.gov.
- In person at your local county Department of Social Services.
- Complete a paper application and mail or drop off at your local county Department of Social Services.

For more information visit: www.ncdhhs.gov/divisions/social-services/food-and-nutrition-services-food-stamps



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND HUMAN SERVICES
Division of Social Services

www.ncdhhs.gov • NCDHHS is an equal opportunity employer and provider. • 348,000 copies of this public document were printed at a total cost of \$23,698.80 or \$0.06810 each. • 02/2022

NC DEPARTMENT OF HEALTH
AND HUMAN SERVICES



North Carolina Food and Nutrition Services (FNS)



www.ncdhhs.gov/divisions/social-services/food-and-nutrition-services-food-stamps

¿Qué son los Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS)?

Los beneficios se ponen en la tarjeta cada mes que se le aprueba para recibirlos. Después de ese tiempo, si aún desea recibir FNS, tendrá que solicitar nuevamente para ver si es elegible.

Si califica, recibirá una tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT) para ayudarlo a comprar alimentos en tiendas de comestibles y mercados de agricultores autorizados por FNS. Busque señales que digan: "Aceptamos los beneficios de SNAP".

Los beneficios se ponen en la tarjeta cada mes que se aprueba para recibirlos. Después de eso, si aún desea recibir FNS, tendrá que solicitar nuevamente para ver si es elegible.

¿Cuáles son los requisitos financieros para calificar para los beneficios de FNS?

Sus recursos e ingresos deben estar por debajo de ciertos límites.

¿QUÉ ES UN RECURSO EN FNS?

Las cuentas de cheques o de ahorro son recursos que se toman en cuenta en FNS.

Su casa no es un recurso en FNS. Los recursos de las personas que reciben Asistencia Familiar de Work First o Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) no cuentan como recursos en la elegibilidad de FNS.

Límites máximos de recursos permitidos:

1. \$3,750 por cada miembro del hogar FNS que tenga 60 años o más o que tenga una discapacidad.
2. \$2,500 para todos los demás miembros del hogar FNS.
3. No hay límite para los miembros del hogar que reciben beneficios de Work First o SSI, y ciertos hogares cuyos ingresos son inferiores al 200% del nivel federal de pobreza.

¿QUÉ SON LOS INGRESOS EN FNS?

Hay dos tipos de ingresos en FNS. Hay límites para ambos tipos.

El ingreso bruto es su ingreso total de todas las fuentes, incluidos los salarios del trabajo, los pagos por discapacidad, los beneficios de los veteranos o las pensiones.

El ingreso neto es la cantidad remanente después de ciertas deducciones de los ingresos.

¿QUÉ DEDUCCIONES ESTÁN PERMITIDAS?

Las deducciones de los ingresos son elementos tales como los costos de servicios públicos, los pagos de manutención infantil, los pagos de cuidado de niños o dependientes y los gastos médicos mensuales de más de \$ 35 para personas de 60 años o más o que tienen una discapacidad, que se restan de su ingreso bruto para determinar su ingreso neto.

¿CUÁLES SON LOS LÍMITES DE INGRESOS?

El límite de ingresos brutos para FNS varía según el tamaño del hogar y se actualiza cada año.

La mayoría de los hogares deben cumplir con los límites de ingresos brutos y netos. Si todos en su hogar reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) o Asistencia Familiar de Trabajo Primero (WF), no hay límites de ingresos que cumplir.

Los hogares con personas de 60 años o más o un miembro con una discapacidad no tienen que cumplir con el límite de ingresos brutos.

Los niveles de ingresos efectivos a partir del 1 de octubre de 2021 son:

Tamaño de la Unidad de Servicios de Alimentos y Nutrición	Límite máximo permitido de ingresos brutos permitidos del 200%	Límite máximo de ingresos brutos permitidos del 130%	100% de ingreso neto máximo permeable
1	US \$2,148	US \$1,396	US \$1,074
2	US \$2,904	US \$1,888	US \$1,452
3	US \$3,660	US \$2,379	US \$1,830
4	US \$4,418	US \$2,871	US \$2,209
5	US \$5,174	US \$3,363	US \$2,587
6	US \$5,930	US \$3,855	US \$2,965
7	US \$6,688	US \$4,347	US \$3,344
8	US \$7,444	US \$4,839	US \$3,722
Cada miembro adicional	(+) \$758	(+) \$492	(+) \$379

¿Cuáles son los requisitos no financieros del Programa FNS?

- Las personas condenadas por delitos graves relacionados con drogas pueden no ser elegibles.
- Los estudiantes universitarios no son elegibles, a menos que cumplan con ciertos requisitos o excepciones de trabajo.
- Los inmigrantes indocumentados no son elegibles para FNS.

¿Cuáles son los requisitos de trabajo para el Programa FNS?

La mayoría de las personas se tienen que registrar para trabajar, no renunciar voluntariamente a su trabajo, tomar un trabajo si se les ofrece o participar en un programa de empleo y capacitación si se les asigna.

Si usted es un adulto sano sin hijos, puede haber otros requisitos de trabajo y limitaciones para participar en el programa.

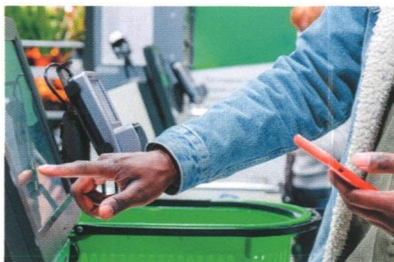
¿Qué puedo comprar con mis beneficios de FNS?

Artículos que puedes comprar con FNS:

- Panes, cereales, frutas, verduras
- Carnes, pescados, aves de corral, lácteos
- Agua embotellada, bebidas no alcohólicas
- Semillas y plantas que producen alimentos

Artículos que no puedes comprar con FNS:

- Cerveza, vino, licor, cigarrillos
- Cualquier artículo no alimentario como alimentos para mascotas, jabones, suministros para el hogar
- Vitaminas y medicamentos
- Alimentos calientes o alimentos ya preparados





¿Cuánto puedo recibir en beneficios de FNS?

La cantidad de beneficios que recibe cada hogar se basa en varios factores de elegibilidad, como el número de personas en el hogar, los ingresos totales y las deducciones permitidas. La mayoría de los hogares no reciben el monto máximo del beneficio.

A partir del 1 de octubre de 2021, la cantidad máxima para cada tamaño de hogar será:

# de Personas	Máximo beneficio
1	US \$250
2	US \$459
3	US \$658
4	US \$835
5	US \$992
6	US \$1,190
7	US \$1,316
8	US \$1,504
Cada adicional	(+) \$188

¿Cómo cambió el COVID-19 los beneficios de FNS?

Durante la pandemia, Carolina del Norte recibió una aprobación especial del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) para emitir el monto máximo del beneficio cada mes a todos los hogares elegibles basado solo en el tamaño del hogar FNS.

La aprobación del USDA se da mensualmente y puede terminar en cualquier momento.

Cuando finalice la aprobación especial, se aplicarán todas las reglas regulares de FNS y se utilizarán cosas como ingresos y deducciones para calcular el monto de su beneficio mensual. Cuando esto suceda, algunos hogares FNS pueden experimentar grandes disminuciones en el monto de su beneficio mensual.

¿Cómo obtengo mis beneficios?

Los beneficios de FNS se emiten en una tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT). Los beneficiarios de FNS usan tarjetas EBT para acceder a los beneficios de FNS en cualquier tienda minorista autorizada por el USDA. La mayoría de las principales tiendas de comestibles son minoristas autorizados por el USDA. Las preguntas sobre tarjetas perdidas o robadas, cambio de PIN o verificación de saldos se pueden responder llamando al 1-888-622-7328.

¿Cuándo recibiré mis beneficios?

Los beneficios de FNS se emiten el mismo día de cada mes de acuerdo con el último dígito de su número de seguro social (SSN), incluso si ese día es un fin de semana o día festivo.

**Los beneficios están disponibles el 3er día de cada mes si no tiene un SSN.*

Si su SSN termina en:	Los beneficios estarán disponibles en:
1	3ro.
2	5to.
3	7mo.
4	9no.
5	11º
6	13º
7	15º
8	17º
9	19º
0	21º

¿Cómo solicito beneficios?

- En línea en ePASS.nc.gov.
- En persona en el Departamento de Servicios Sociales de su condado local.
- Complete una solicitud en papel y envíe por correo o deje en el Departamento de Servicios Sociales de su condado local.

Para más información visite: www.ncdhhs.gov/divisions/social-services/food-and-nutrition-services-food-stamps



NC DEPARTMENT OF
**HEALTH AND
HUMAN SERVICES**
Division of Social Services

www.ncdhhs.gov • NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 349,000 copias de este documento público fueron impresas a un costo de \$23,784.35 o \$0.06815 cada una. • 02/2022



Servicios de Alimentos y Nutrición de NC (FNS)



www.ncdhhs.gov/divisions/social-services/food-and-nutrition-services-food-stamps