

# 10 datos que los adultos mayores (de 60 años o más) y las personas con discapacidades deben saber sobre Alimentos Básicos

**Dato #1:** Si usted es un adulto mayor, de 60 años de edad o más, puede ser elegible para Alimentos Básicos incluso si está empleado o jubilado, si recibe Seguro Social o si tiene otros ingresos.

**Dato #2:** Alimentos Básicos es un programa de asistencia nutricional; ayuda a las personas que satisfagan el límite de ingresos a comprar alimentos nutritivos.

**Dato #3:** Si tiene al menos 60 años de edad o tiene alguna discapacidad, y no tiene ingresos, puede ser elegible para un proceso simplificado que certifique sus beneficios hasta por 24 meses. También se le puede exentar de una entrevista cuando se recertifique.

**Dato #4:** Algunas personas creen que si usted tiene un automóvil o dinero en el banco entonces no puede cumplir los requisitos para recibir Alimentos Básicos. El DSHS tomará una decisión sobre su elegibilidad en base a sus ingresos y, aunque podríamos hacerle preguntas sobre sus recursos, en general estas respuestas no se utilizan para decidir si cumple los requisitos.

**Dato #5:** Los beneficios de Alimentos Básicos ahora se entregan en una tarjeta de Transferencia Electrónica de Beneficios (EBT, por sus siglas en inglés). Una tarjeta EBT se parece mucho a una tarjeta de débito y puede usarse en casi todas las tiendas de comestibles.

**Dato #6:** Los beneficios de Alimentos Básicos que no se utilicen se conservan. Es decir, si usted no utiliza todos sus beneficios un mes, ¡se transferirán para que los pueda utilizar el mes siguiente!

**Dato #7:** Puede designar a alguien para que use su tarjeta EBT en su nombre si no puede salir de la casa para ir de compras.

**Dato #8:** Puede usar sus beneficios EBT de Alimentos Básicos en mercados de agricultores. También puede usar sus beneficios de EBT para comprar plantas y semillas que produzcan alimentos.

**Dato #9:** Si cumple los requisitos para Alimentos Básicos, también puede ser elegible para otros servicios tales como servicios telefónicos con descuento de Asistencia Gratuita para Teléfono Celular de Lifeline o para tarjetas de tarifa reducida ORCA Lift del Condado de King.

**Dato #10:** ¡Solicitar Alimentos Básicos es fácil! Puede solicitar beneficios de Alimentos Básicos:

- 1) En línea en [www.WashingtonConnection.org](http://www.WashingtonConnection.org);
- 2) Enviando una solicitud impresa por fax o por correo;  
Fax: 1-888-338-7410  
Dirección postal:  
DSHS Customer Service Center  
PO Box 11699  
Tacoma, WA 98411-6699
- 3) O en persona en una oficina de servicios comunitarios (CSO) de su localidad. Para encontrar la CSO más cercana, visite <https://www.dshs.wa.gov/office-locations>

Para más información sobre Alimentos Básicos y para solicitarlos, llame al 877-501-2233.

*Esta institución es un proveedor que cumple con los principios de igualdad de oportunidades.*



DSHS 22-1610 SP (Rev. 9/20) Spanish



**Para obtener ayuda para solicitar Alimentos Básicos póngase en contacto con:**

