



Nyiaj Muas Noj rau Cov Neeg Laus

Food Support for Seniors

Tsuas yog 50% cov neeg laus nyob hauv lub xeev Minnesota uas tsim nyog tau nyiaj muas noj rau SNAP thiaj tau xwb.

Sau cia: Food Stamps “nyiaj muas noj” kuj hu uas Food Support Program lossis (Supplemental Nutrition Assistance Program).

Yuav uas li cas kuv thiaj paub tias kuv muaj feem tau nyiaj muas noj SNAP vim kuv yog ib tug neeg laus?

Qhov kev pab cuam SNAP muaj cov cai tshwj xeeb rau cov neeg laus uas muaj hnub nyoog 60 xyoo rov sau. Lawv tseem saib cov nyiaj tau los, lwm kev pab, thiab muaj kev pab ntau npaum li cas. Tab sis qhov txwv thiab txiav tawm txawv rau cov neeg laus. Tej zaum yuav nyuab. Zoo dua mus ua ntaub ntawv thov thiab cia lawv txiav txim seb koj puas tsim nyog tau kev pab.



Kuv uas ntaub ntawv li cas kuv thiaj li thov tau SNAP?

- Mus rau koj lub nroog pab neeg Human lossis Social Services hoobkas thiab mus nqa cov ntaub ntawm. Teb cov lus hauv thiab xa rov mus rau lawv.
- Yog koj mus tsis tau koj tus kheej, koj sau ib daim ntawv tso cai rau lwm tus mus rau koj. Lawv mam li nqa koj daim ntawv mus rau tom hoobkas thiab muab daim ntawv thiab pab thov rau koj.
- Koj mus thov tau online ntawm <https://mnbenefits.mn.gov>. (ua lus Askiv)

Yog koj tsim nyog tau, lawv muab koj cov nyiaj tso rau daim khoj hluav taws xob - li yam daim khoj nyiaj ntsuab. Koj siv daim khoj mus yuav zaub mov tom txhua lub khws uas kam txais nyiaj muas noj SNAP.

Puas muaj kev pab rau kuv?

Koj mus muab tau ntaub ntawv txog SNAP, mus ntsuas saib koj puas tsim nyog tau, thiab hu mus thov kev pab rau cov ntaub ntawv ntawm:

Rau MN FoodHelp xovtooj ntawm (651) 486-9860 los yog 1 (888) 711-1151
Rau Senior LinkAge xovtooj ntawm 1 (800) 333-2433

Lossis hu rau lub xeev kev pab cuam nyiaj muas noj:

(651) 431-4050 hauv zos
1 (800) 657-3698 thoob xeev
1 (800) 327-3259 yog koj tsis hnov lus zoo

Nhriav kev pab hauv vassab ntawm: www.MinnesotaHelp.info

→ Nias ntawm *Seniors*

→ Nias ntawm *Food Assistance and Other Nutrition*

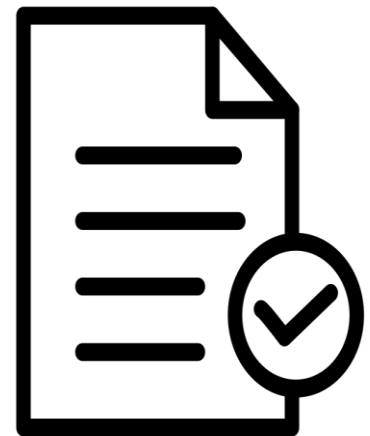
Qhov vassab no muaj ntawv teev cov [emergency food resources](#) nyob ncig thoob lub xeev.

Yog kuv hoobkas pab pej xeem hais tias kuv tsis tsim nyog tau nyiaj muas noj?

Yog lub nroog tsis pom zoo tias koj tsim nyog tau SNAP lossis lwm yam tsoom fww cov kev pab, koj muaj txoj cai rov mus hais dua. Daim ntawv lawv xa tuaj piav koj txoj cai rov mus hais dua thiab hnuv kawg uas koj muaj txoj cai mus hais dua. Lub hoobkas kev cai lij choj legal aid tej zaum yuav pab tau koj rov mus hais dua. Hu lawv sai li sai tau ntawm 1-(877) 696-6529.

Kuv puas yuav tsum ua hauj lwm thiaj li tau nyiaj muas noj?

Tsis tau. Yog koj muaj hnuv nyoog 53 xyoo los tshaj, koj tsis tas ua hauj lwm thiaj li txais tau nyiaj muas noj.



Lawv ntsuam xyuas kuv cov ntaub ntawv nyiaj muas noj pes tsawg zaug?

Yog tas nrog cov neeg nyob hauv koj lub cuab yig yog neeg laus lossis xiam oob qhab koj cov Nyiaj Muas Noj raug ntsuam xyuas 2 xyoo ib zaug. Tsis yog li ces 3 hli ib zaug.

Kuv puas tseem thov tau SNAP yog cov neeg kuv nyob nrog thov tsis tau?

Yog koj muaj hnuv nyoog tshaj 60 xyoo thiab koj nyob nrog lwm cov neeg koj yeej tsim nyog tau SNAP yog koj yog ib lub cuab yig txawv cov neeg koj nyob nrog txawm hais tias koj yuav tsis tau lossis ua zaub mov rau koj tus kheej.

Kuv thov puas tau SNAP yog kuv nyob ib lub tsev ib pawg neeg nyob uake?

Yog koj nyob ib lub tsev ib pawg neeg nyob uake, lossis ib qhov chaw uas lawv muab zaub mov rau koj noj tej zaum kom yeej tseem tsim nyog tau nyiaj muas noj SNAP. Mus ua ntaub ntawv thov.

Kuv muaj nuj nqis kho mob thiab tshuaj kws kho mob muab?

Qhov nov puas yuav coj los suav thaum txiav txim saib kuv tau nyiaj muas noj ntau npaum li cas?

Yog koj muaj hnuv nyoog tshaj 60 xyoo koj rho tawm tau cov nyiaj koj them koj tus kheej rau cov nqi kho mob thiab kho hniav uas ntau tshaj \$35 ib hli. Tsuas yog qhov nqi tshaj \$35 thiaj li rho tau tawm. Nqa koj daim nqi kho mob thiab tshuaj kws kho mob muab mus rau koj lub Human Services hoobkas thiab lawv yuav suav tawm rau koj.

Cim cia: Koj ua tsis tau li no yog lub isalas tuam txhab lossis ib tug neeg tsis yog koj cuab yig them koj cov nuj nqis.



Yog kuv muaj ib txoj hauj lwm ib ntus pab rau zej zog. Kuv cov nyiaj tau los puas muab suav rau cov nyiaj yuav tau?

Yog cov nyiaj los ntawm ib qhov kev pab cuam nyob rau ntawm Community Service Employment Program (Title V of the Older Americans Act) tsis muab suav nrog. Cov kev pab cuam no xws li Experience Works thiab Senior Aides Program.

Kuv txais puas tau nyiaj dej siab ua hauj lwm pab dawb. Qhov no puas muab suav tias yog nyiaj tau los?

Nyiaj dej saib los them txoj hauj lwm pab dawb xws li Senior Companions thiab Foster Grandparents tsis muab suav nrog cov nyiaj tau los thaum lawv ntsuam xyuas seb koj yuav tau nyiaj muas noj ntau npaum li cas. Yog koj ua hauj lwm pab dawb es

tau nyiaj dej siab, nco ntsoov nug koj lub Human Servcies hoobkas txog qhov nov thaum koj mus ua ntaub ntawv thov Nyiaj Muas Noj. Yog koj twb tau nyiaj muas noj lawm thiab xav pib ua hauj lwm pab dawb, nrog koj tus neeg tuav ntaub ntawv tham.

Nug koj lub Human Services Hoobkas txog tej yam nyiaj uas rho tawm uas cov neeg laus muaj peev xwm tau.

Kuv tau nyiaj hli los ntawm kuv tus askhauj so tos haujlwm.

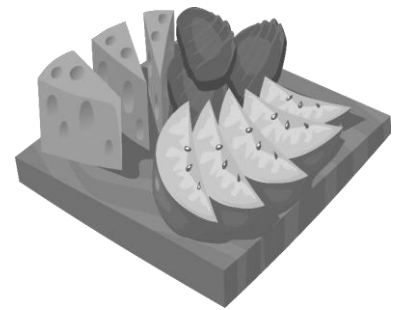
Nws puas yuav suav nrog nyiaj tau los lossis cov khoom cuab tam?

Suav. Cov nyiaj hli koj tau los ntawm tus askhauj so tos haujlwm raug suav nrog cov nyiaj koj yuav tau. Cov nyiaj tshuav nyob hauv lub askhauj feem ntau tsis suav nrog koj cov khoom cuab tam. Tab sis, tej nyiaj ntsuab koj muab tseg cia los ntawm koj cov nyiaj hli yuav raug suav nrog cov khoom cuab tam koj muaj.

Kuv yog ib tus neeg laus, tab sis kuv tsis yog xam xaj.

Puas muaj tej yam kev pab cuam nyiaj muas noj pab tau kuv?

Lub xeev muaj ib qhov kev pab cuam txawv, Minnesota Food Assistance Program (MFAP) muab rau cov neeg luas tsis yog xam xaj hnuv nyoog 50 xyoo lossis laus tshaj. Mus uas ntaub ntawv thov MFAP ntawm lub Human Services hoobkas nyob hauv koj lub nroog. Koj yeej tau nyiaj muas noj ib yam li yog koj tsim nyog tau los ntawm SNAP.



Mloog zoo Cov neeg khiav tebchaws!

Coob leej tau hnov hais tias Public Charge txhais hais tias yog tau nyiaj muas noj yuav tsis pab koj tau ntaub ntawv nyob. **Txoj cai Public Charge tshiab ua kom muaj kev nyab xeeb** los mus thov kev pab thiab tau nyiaj muas noj pab yog koj toobkas.

Saib peb daim ntawv qhia [Totaub Tsoomfwv Txoj Kev Pab.](#)

Cov ntawv Qhia Tseeb yog qhia kom paub txoj kevcai xwb TSIS yog muab txwv yim txog txoj kevcai. Mus ntsib ib tug kws lij choj rau tswv yim. Tsis txhob siv daim ntawv qhia tseeb yog tias nws qub tshaj ib xyoo lawm. Nug peb txog cov hloov tshiab, daim ntawv qhia txog cov ntawv qhia tseeb, lossis lwm hom ntawv.

© 2025 Minnesota Legal Services Coalition. Luam tau daim ntawv no los siv rau tus kheej tsis ua lag luam thiab qhia kom paub xwb. Tagnrho lwm cov cai ceev tseg. Qhov lus sau no yuav tsum nyob rau txhua daim ntawv. Txwv tsis pub muab luam, faib, thiab siv ua lag luam.