



# 3SquaresVT

Programme d'Assistance Nutritionnelle Complémentaire  
du Vermont (anciennement Food Stamps)

## Les Bases

### Qu'est-ce que 3SquaresVT ?

- 3SquaresVT aide les habitants du Vermont à augmenter leur budget nourriture et à mettre trois vrais repas par jour sur la table.
- Vos allocations mensuelles sont versées sur une carte EBT (transfert électronique des allocations) qui fonctionne comme une carte de retrait.
- Si toutes les personnes de votre foyer ont plus de 65 ans ou perçoivent des SSI (Revenu Supplémentaire de Sécurité), vous pouvez faire transférer vos allocations directement sur votre compte bancaire, mensuellement.

### Qui à droit aux Allocations 3SquaresVT ?

- Les foyers à revenu limité : les plafonds de revenu ont été augmentés, permettant maintenant à plus d'habitants du Vermont d'être éligibles.
- 3SquaresVT est ouvert à toute personne éligible, incluant les personnes seules, les familles, les seniors et les personnes handicapées.
- De nombreuses personnes sont éligibles à 3SquaresVT sans le savoir.
- Des règles spéciales rendent plus facile l'éligibilité aux allocations des foyers comprenant un senior ou une personne handicapée.
- Pour savoir si vous êtes éligible aux allocations, allez sur [www.vermontfoodhelp.com](http://www.vermontfoodhelp.com).

### Combien puis-je obtenir ?

- Les allocations mensuelles sont basées sur le revenu et la taille du foyer. Quand vos revenus baissent, vos allocations 3SquaresVT peuvent augmenter.
- L'allocation maximum est de **200 \$** pour une personne seule sans revenus. Elle est de **368 \$** pour une famille de 4 personnes ayant un revenu net (après déductions) de **1 000 \$**.
- Votre conseiller 3SquaresVT examinera votre revenu et vos dépenses mensuels pour déterminer le montant de vos allocations.

### Comment postuler ?

- Appelez le **1-800-287-0589** ou visitez [www.vermontfoodhelp.com](http://www.vermontfoodhelp.com) pour obtenir le formulaire.
- Pour obtenir de l'aide pour remplir le formulaire : composez le **2-1-1** sur votre téléphone et demandez l'**Agence d'Action Communautaire** la plus proche de chez vous.
- Si vous êtes un senior, appelez le **1-800-642-5119** pour joindre l'**Assistance Téléphonique des Seniors du Vermont**.