

NYS SNAP WORK REQUIREMENTS FOR ABLE-BODIED ADULTS WITHOUT DEPENDENTS (ABAWDS) EFFECTIVE MARCH 1ST, 2026



As of March 1, 2026, significant changes to the Supplemental Nutrition Assistance Program (**SNAP**) work requirements for Able-Bodied Adults Without Dependents (**ABAWDs**) are in effect. These changes affect eligibility and access to benefits for thousands of New Yorkers.

The Health and Welfare Council of Long Island (HWCLI) is committed to providing partners and SNAP clients with clear, up-to-date information to help them navigate evolving SNAP program requirements. To streamline access to critical resources, HWCLI launched **LongIslandJobs.org** in partnership with **NAKA Technologies**, a community-focused platform that connects job seekers with meaningful employment opportunities while centralizing access to job trainings, career centers, and required documentation needed to fulfill new guidelines, all while strengthening Long Island's workforce.

KEY UPDATES TO ABAWD WORK REQUIREMENTS:



Expanded Populations:

- ABAWDs aged 18 to 64 (Previously, the cutoff was age 54)
- Veterans
- Those Aging Out of Foster Care
- Homeless Individuals

Monthly Work Obligation:

ABAWDs **are required to complete up to 80 hours per month**** of qualifying activities, which **include:**



- **Paid employment**
- **Approved job training program** participation
- **Volunteer work** (Volunteer with local nonprofit or public service organizations, i.e. food pantries, parks, or libraries)

****Monthly benefit determines the exact amount of hours**



Time Limit Returns:

If you are an ABAWD, you can only get SNAP benefits for 3 months unless you meet the federal ABAWD work rules.

Compliance & Documentation:



ABAWDs must **document their hours monthly** to maintain eligibility. Acceptable documentation includes pay stubs, volunteer logs, or training program attendance records.

Please use these documents to fulfill requirements:

- [Job Search Activity Record \(Fillable\)](#)
- [Job Search Activity Record \(Printable\)](#)
- [Education & Training Participation Record](#)
- [Volunteer Participation Record](#)



Failure to meet the 80-hour threshold may result in benefit termination after the three-month limit.



Exemptions:

Some individuals may be exempt from ABAWD requirements, **including:**

- Pregnant individuals
- Those **medically certified as unable to work**
- Residents in households with children under 14
- Participants in drug or alcohol treatment programs
- Individuals experiencing homelessness or domestic violence (case-by-case basis)

Support & Resources:

- NYS Office of Temporary Disability Assistance: [SNAP Work Requirements](#), [SNAP](#), [OTDA](#)
- [Legal Services NYC](#) and [Hunger Solutions NY](#) offer guidance on exemptions, documentation, & appeals
- [SNAP Employment & Training \(E&T\)](#) programs are available to help meet work requirements.

LongIslandJobs.Org

You can search and apply for local job opportunities, explore workforce training programs, connect with career centers, and access the documentation and resources needed to meet new work requirements all in one convenient place. Visit www.LongIslandJobs.org to access.



REQUISITOS DE TRABAJO DEL SNAP DEL ESTADO DE NUEVA YORK (NY) PARA ADULTOS SIN DEPENDIENTES APTOS PARA EL TRABAJO (ABAWDS) EFECTIVO A PARTIR DEL 1 DE MARZO DE 2026



A partir del 1 de marzo de 2026 entraron en vigor cambios significativos en los requisitos de trabajo del Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (**SNAP**) para adultos sin dependientes aptos para el trabajo (**ABAWDs**), afectando la elegibilidad y el acceso a beneficios para miles de neoyorquinos.

Health and Welfare Council of Long Island (HWCLI) continúa comprometido a ofrecer información clara y actualizada a sus socios y a los clientes de SNAP para ayudarlos a entender estos cambios. Para facilitar el acceso a recursos esenciales, HWCLI lanzó **LongIslandJobs.org** en colaboración con **NAKA Technologies**, una plataforma comunitaria que conecta a quienes buscan empleo con oportunidades laborales significativas y centraliza el acceso a capacitaciones, centros de empleo y la documentación necesaria para cumplir con las nuevas directrices, fortaleciendo así la fuerza laboral de Long Island.



ACTUALIZACIONES CLAVE DE LOS REQUISITOS DE TRABAJO PARA ABAWD:



Poblaciones ampliadas:

- ABAWD entre 18 y 64 años (antes, el límite de edad era de 54 años)
- Veteranos
- Aquellos que cumplen la mayoría de edad en el sistema de crianza/cuidado temporal
- Personas sin hogar

Obligación de trabajo mensual:

A partir de esa fecha, los ABAWDs (Adultos capaces sin dependientes) deberán completar hasta 80 horas de actividades calificadas por mes, que incluyen:



- Empleo remunerado
- Participación en un programa de capacitación laboral aprobado
- Trabajo voluntario (voluntario en organizaciones locales sin fines de lucro o de servicio público, es decir, bancos de alimentos, parques o bibliotecas)

****El beneficio mensual determina la cantidad exacta de horas.**



Devoluciones con límite de tiempo:

Si usted es un ABAWD, solo puede obtener beneficios SNAP durante 3 meses a menos que cumpla con las reglas federales de trabajo ABAWD.

Cumplimiento y documentación:



Los ABAWD deben documentar sus horas mensualmente para mantener su elegibilidad. La documentación aceptable incluye talonarios de pago, registros de voluntariado o registros de participación en programas de capacitación.

Use estos documentos para cumplir los requisitos de documentación:

- [Registro de actividad de búsqueda de empleo \(para llenar\)](#)
- [Registro de actividad de búsqueda de empleo \(para imprimir\)](#)
- [Registro de participación en educación y capacitación](#)
- [Registro de participación como voluntario](#)

No cumplir con el requisito mínimo de 80 horas puede resultar en la terminación de los beneficios después del límite de tres meses.



Excepciones:

Algunas personas pueden o estar sujetas a los requisitos de ABAWD, **incluyendo:**

- Personas embarazadas
- Personas [con certificación médica que acredite que no pueden trabajar](#)
- Residentes en viviendas con niños menores de 14 años
- Participantes en programas de tratamiento de drogas o alcohol
- Personas sin hogar o afectadas por violencia doméstica (según cada caso)

Apoyo y recursos:

- [Oficina de Asistencia Temporal y Asistencia para Incapacitados del Estado de Nueva York \(NYS Office of Temporary and Disability Assistance, OTDA\): Requisitos de trabajo de SNAP, SNAP, OTDA](#)
- [Legal Services NYC \(servicios legales gratuitos en la ciudad de Nueva York\) y Hunger Solutions NY \(organización que apoya el acceso a alimentos en Nueva York\) ofrecen orientación sobre excepciones, documentación y apelaciones](#)
- [Los programas SNAP de Empleo y Capacitación \(Employment & Training, E&T\) están disponibles para ayudar a cumplir con los requisitos de trabajo.](#)

LongIslandJobs.org

Puede buscar y postularse a oportunidades de empleo locales, explorar programas de capacitación laboral, conectarse con centros de empleo y acceder a la documentación y recursos necesarios para cumplir con los nuevos requisitos laborales, todo en un solo lugar conveniente. Visite www.LongIslandJobs.org para acceder.



EGZIJANS TRAVAY PWOGRAM ASISTANS NITRISYON SIPLEMANTE (SUPPLEMENTAL NUTRITION ASSISTANCE PROGRAM, SNAP) NY POU GRANMOUN KI AN SANTE SAN MOUN KI DEPANN DE YO (ABLE-BODIED ADULTS WITHOUT DEPENDENTS, ABAWDs)

APATI 1YE NOVANM 2025



Apati 1ye mas 2026, gwo chanjman nan egzijans travay Pwogram Asistans Nitrisyon Sipleman (SNAP) pou Granmoun ki an sante ki pa gen moun ki depann de yo (**ABAWDs**) antre an vigè. Chanjman sa yo afekte kalifikasyon ak aksè a benefis pou plizyè milye moun nan New York.

Health and Welfare Council of Long Island (HWCLI) angaje pou bay patnè yo ak kliyan SNAP yo enfòmasyon ki klè epi ki ajou pou ede yo konprann epi suiv egzijans pwogram SNAP yo k ap chanje. Pou fè aksè a resous enpòtan yo vin pi fasil, HWCLI lanse **LongIslandJobs.org** an patenarya ak **NAKA Technologies**, yon platfòm ki santre sou kominote a ki konekte moun k ap chèche travay ak opòtinite travay ki gen sans, pandan li mete ansanm aksè a fòmasyon travay, sant karyè, ak dokiman obligatwa yo bezwen pou satisfè nouvo direktiv yo, tout pandan li ranfòse mendèv Long Island la.



MIZAJOU PRENSIPAL EGZIJANS PWOFESEYONÈL YO POU ABAWD:



Popilasyon Elaji:

- ABAWD ki gen laj 18 jiska 64 lane yo (Anvan sa, limit lan te rive 54 lane)
- Veteran yo
- Sa ki Gen Laj Limit pou Benefisyè Plasman nan Fanmi Akèy
- Moun ki pa gen kote pou yo rete

Obligasyon Travay Mansyèl:

ABAWD dwe fè omwen 80 èdtan aktivite pou kalifikasyon pa mwa, ki genyen:



- **Travay ki peye**
- Patisipasyon nan yon **pwogram fòmasyon pwofesyonèl apwouve**
- **Travay benevòl** (benevòl nan òganizasyon lokal ki pa la pou fè pwofi oswa sèvis piblik, tankou bank alimantè, plas ak bibliyotèk yo)

[Benefis mansyèl la detèmine kantite èdtan egzak la.](#)



Delè pou Retounen:

Si ou se yon ABAWD, ou ka sèlman jwenn benefis SNAP pandan 3 mwa sof si ou satisfè règleman travay federal ABAWD yo.

Konfòmite ak Dokimantasyon:



ABAWD dwe **dokimante èdtan yo chak mwa** pou konsève kalifikasyon yo. Dokimantasyon akseptab yo gen ladan yo bilten pèman, rejis benevòl oswa rejis prezans nan pwogram fòmasyon.

Tanpri sèvi ak dokiman sa yo pou satisfè egzijans yo nan zafè dokimantasyon:

- [Rejis Aktivite pou Chèche Travay \(Pou ranpli\)](#)
- [Rejis Aktivite pou Chèche Travay \(Ki ka enprime\)](#)
- [Rejis Patisipasyon pou Fòmasyon ak Edikasyon](#)
- [Rejis Patisipasyon Benevòl](#)



Si yo pa respekte nivo 80 èdtan an sa ka lakoz yo kape avantaj yo apre limit twa mwa a.



Franchiz:

Egzanpsyon pwogram ABAWD lan Kèk moun ka gen egzansyon pou egzijan pwogram ABAWD, **tankou:**

- Moun ki ansent
- [Moun ki sètifye medikalman ki pa ka travay](#)
- Moun ki abite nan fwaye ak timoun ki gen mwens pase 14 lane
- Moun ki abite nan fwaye ak timoun ki gen mwens pase 14 lane
- Moun ki sa rezidans fiks oswa viktim vyolans domestik (ka pa ka)

Sipò ak Resous yo:

- [Biwo Ed Tanporè ak Andikap NYS \(NYS Office Of Temporary & Disability Assistance, OTDA\) Egzijans Pwofesyonèl SNAP | SNAP | Biwo Ed Tanporè ak Andikap NYS \(NYS Office Of Temporary & Disability Assistance, OTDA\)](#)
- [Sèvis Jiridik Vil New York \(Legal Services NYC\) and Solisyon Kont Grangou \(Hunger Solutions NY\) ofri konsèy pou franchiz, dokimantasyon ak kontestasyon](#)
- [Travay ak Fòmasyon \(Employment & Training, E&T\) SNAP gen pwogram ki disponib pou ede respekte egzijans pwofesyonèl yo](#)

LongIslandJobs.org

Ou ka chèche epi aplike pou opòtinite travay lokal, eksplòre pwogram fòmasyon mendèv, konekte ak sant karyè, epi jwenn dokiman ak resous ou bezwen pou satisfè nouvo egzijans travay yo tout nan yon sèl kote ki pratik. Vizite www.LongIslandJobs.org pou jwenn aksè.

