CalFresh puede ayudarle a usted y a su familia.

- Si usted es la única persona en su hogar, usted puede solicitar CalFresh.
- Usted y su familia podrían calificar para recibir CalFresh, aun si trabajan de tiempo completo.
- Usted puede comprar alimentos en cualquier tienda de comestibles o mercado sobre ruedas que acepte tarjetas EBT.
- Si usted califica, nunca tendrá que regresar los beneficios que reciba para CalFresh.

¿Cuánto recibiré cada mes con CalFresh?

- La cantidad que reciba dependerá de sus ingresos, gastos y tamaño de su familia.
- La mayoría de las familias que reciben CalFresh obtienen más de $200 cada mes.

¿Cuándo empezaré a recibir CalFresh?

- Si califica, obtendrá CalFresh dentro de 30 días.
- Es posible obtener CalFresh en tres días si sus ingresos son menos de $150 en el mes en que lo solicita y si tiene menos de $100 en efectivo. Cuando haga su solicitud pregunte a su trabajador de CalFresh si califica para el servicio de emergencia.

¿Cuánto dinero puedo tener y aún obtener CalFresh?

Usted puede:

- Ganar sueldo de un empleo.
- Recibir prestaciones de desempleo.
- Recibir asistencia/ayuda general.
- Recibir manutención de menores.
- Ser parte de CalWORKs.
- Recibir prestaciones de discapacidad.
- Tener dinero en una cuenta de ahorro.
- Tener ciertas cuentas de retiro.
- Tener ciertas cuentas de ahorro para la educación.

Consulte la tabla para ver si su ingreso le permite calificar.

Informe a su trabajador de CalFresh si está discapacitado o si tiene 60 años de edad o más. Es posible que la tabla no corresponda a sus circunstancias. Usted puede ganar más dinero y todavía calificar.*

¿Qué pertenencias personales puedo tener?

Usted puede calificar para CalFresh aun teniendo casa propia y automóviles. Pida más información a su trabajador de CalFresh.

*Las personas que reciben **Seguridad de Ingreso Suplementario/Pagos Suplementarios del Estado (SSI/SSP)** ***no califican*** para CalFresh, pero otras personas que viven en su hogar podrían calificar.

cal fresh
COMER MEJOR PARA VIVIR MEJOR

EDMUND G. BROWN JR.
GOBERNADOR
Estado de California

Diana S. Dooley, Secretaria
Agencia de Salud y Servicios Humanos

Will Lightbourne, Director
Departamento de Servicios Sociales

Ron Chapman, MD, MPH, Director
Departamento de Salud Pública

Financiado por el *Supplemental Nutrition Assistance Program* del USDA, un proveedor y empleador que ofrece oportunidades equitativas. CalFresh – Comer Mejor para Vivir Mejor. Departamento de Servicios Sociales de California y Departamento de Salud Pública de California.

CalFresh ofrece asistencia nutricional para gente con bajos ingresos. Le puede ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor alimentación. Para obtener más información sobre CalFresh, llame al **1-888-9-COMIDA (1-888-926-6432) o visite www.calfresh.ca.gov.**

Solicite CalFresh hoy mismo en:

CDSS

CDPH California Department of PublicHealth

Rev.1011.BGS

cal fresh
COMER MEJOR PARA VIVIR MEJOR

Comer Mejor Para Vivir Mejor

CalFresh, antes conocido como Estampillas de Comida

¿Qué debo tener cuando solicite CalFresh?

- **Identificación –** Traiga su licencia de conducir o tarjeta de identificación o una tarjeta médica u otro documento de identificación.
- **Números de Seguro Social –** Esté listo para dar su número y un número para todas las personas para las que está solicitando, si tienen uno.
- **Si no es ciudadano americano –** Traiga su tarjeta de residente extranjero u otro comprobante de su estado migratorio.

Es posible que también necesite estos documentos:

- **Comprobante de ingresos –** Traiga talones de cheques, órdenes de manutención de menores y comprobantes de beneficios.
- **Comprobante de gastos –** Traiga recibo de la renta o del pago de la hipoteca, cobro de servicios públicos (teléfono, calefacción, gas/electricidad y agua/basura), recibos del costo por el cuidado de niños, pagos de manutención de menores y comprobantes de otros gastos.

La Tarjeta *Golden State Advantage*

Si califica para CalFresh, usted podrá:

Recibir una tarjeta plástica de transferencia electrónica de beneficios (EBT) junto con su Número de Identificación Personal (PIN). Sus beneficios de CalFresh se agregarán a su cuenta cada mes. (Si no tiene domicilio, usted y su trabajador de CalFresh se pondrán de acuerdo sobre cómo puede recoger su tarjeta EBT.)

Comprar en cualquier tienda de comestibles o mercado sobre ruedas autorizado a aceptar las tarjetas EBT.

Deslizar su tarjeta EBT, como lo hace con una tarjeta de débito, en el aparato colocado junto a la caja registradora.

Marcar su PIN (Número de Identificación Personal). La cantidad que gaste se restará de su cuenta de CalFresh.

Disfrutar de alimentos saludables y nutritivos para usted y su familia. Así podrá comer mejor para vivir mejor.

Si tiene 60 años or más, no tiene domicilio o está discapacitado, usted puede calificar para comprar alimentos preparados en restaurantes certificados en algunos condados.

¿Cómo puedo solicitar CalFresh?

Usted puede solicitar:

- en persona en la oficina de servicios humanos de su condado
- por correo o por fax
- por Internet visitando www.calfresh.ca.gov

Soy inmigrante. ¿Podemos mis hijos y yo solicitar CalFresh?

¡Sí! Todos los niños nacidos en los Estados Unidos pueden obtener CalFresh si califican, sin importar dónde nacieron los padres. Los padres pueden calificar si tienen un número de seguro social válido y si reúnen ciertos requisitos. Si los padres no califican, deberán de solicitar CalFresh para sus hijos nacidos en los Estados Unidos.

Inmigración

Si recibe CalFresh, **esto no le afectará** cuando desee hacerse ciudadano o residente legal permanente de los Estados Unidos.

¡Coma frutas y verduras y sea activo cada día para una mejor salud!

CalFresh estirará su presupuesto de comida. Puede comprar más fruta, verdura y otros alimentos saludables para toda la familia.

El comer más frutas y verduras cada día ayuda a que usted y su familia se mantengan saludables.

- Coman fruta con su desayuno.
- Coman frutas y verduras como bocadillos.
- Compre frutas y verduras frescas, congeladas, enlatadas y secas en la tienda de comestibles o en el mercado sobre ruedas.
- Ponga frutas y verduras donde las pueda ver fácilmente y estén al alcance.
- Estén activos todos los días para que usted y su familia se mantengan saludables.

¡Llame hoy al 1-888-9-COMIDA (1-888-926-6432) para saber si califica para CalFresh!