



## *¿Necesita ayuda para comprar comestibles? Solicite CalFresh*

El Mes de Concientización de CalFresh es un esfuerzo integral en el Condado de Santa Cruz para aumentar el acceso y la participación en este programa de asistencia alimentaria. Mientras que muchas familias en nuestra comunidad utilizan CalFresh para ayudar a poner comida en la mesa, creando un comienzo saludable para los niños y fomentando hábitos alimenticios saludables, muchos más son elegibles.

Los estudios sugieren que el hambre en el hogar tiene un impacto negativo en el desarrollo intelectual, físico y emocional de los niños y los pone en mayor riesgo de obesidad, diabetes y otras enfermedades. La investigación también indica que los efectos de la inseguridad alimentaria siguen a los niños al salón de clases, lo que a menudo resulta en un rendimiento académico deficiente. El Condado de Santa Cruz ha implementado varios métodos innovadores para ayudar a los beneficiarios a solicitar y mantener los beneficios para combatir estos impactos negativos.

CalFresh es fundamental para una buena nutrición para muchas familias, y casi la mitad de los beneficiarios son niños. Este programa aumenta los presupuestos de alimentos del hogar, lo que permite a las familias poner alimentos saludables y nutritivos en la mesa y facultar a las familias para mantener generaciones saludables.

## **Cliquee, Llame, o Venga...**

[www.GetCalFresh.org](http://www.GetCalFresh.org),

1-888-421-8080, o

1020 Emeline Avenue, Santa Cruz and 18 W. Beach Street, Watsonville CA 95076

### **¿Quién cumple con los requisitos?**

- Familias con niños, adultos solteros, parejas y estudiantes, si cumplen con los requisitos de ingresos y residencia.
- A partir del verano 2019 personas que reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) si cumplen con los requisitos de ingresos y residencia.

### **Ayuda en la que puede confiar:**

- Los beneficios de CalFresh se pueden usar para comprar alimentos de las tiendas de abarrotes y mercados de agricultores participantes.
- El dinero que queda en su tarjeta EBT al final del mes se transfiere para usarlo el mes siguiente.

Asegúrese de visitar el sitio web del [Departamento de Servicios Humanos](#) para obtener un calendario de eventos

*Cocinen juntos. Coman juntos. Hablen juntos. Hagan de la hora de la comida un momento para la familia.*