

APPENDIX F3: CalFresh Outreach Q&As (Spanish)

CalFresh: preguntas y respuestas

Aquí le presentamos algunas preguntas y respuestas sobre CalFresh. Las respuestas proporcionan más información sobre los recursos que están a su disposición.

¿Qué es CalFresh?

CalFresh es financiado por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, conocido como el USDA, y administrado a través del Departamento de Servicios Sociales de California. CalFresh ayuda a personas de bajos ingresos a comprar los alimentos que necesitan para una mejor salud y nutrición. Su ingreso debe ser igual o menos del nivel de pobreza federal. Para una familia de cuatro personas eso significa un salario mensual de no más de \$2,498¹. Los límites de ingreso pueden ser diferentes para hogares con personas mayores o discapacitadas, o para hogares donde hay inmigrantes con estatus migratorios diferentes. Póngase en contacto con la oficina de CalFresh en su condado para más información.

¿Por qué es importante promover CalFresh?

Según reportes federales, en el año fiscal 2009, sólo el 53 por ciento de las personas que calificaban para CalFresh en California recibieron los beneficios; cuando el promedio de participación a nivel nacional fue del 72 por ciento². Si se aplica este índice a los más recientes números de participación de CalFresh, esto significa que aproximadamente 3.5 millones de personas que podrían calificar para CalFresh no están recibiendo los beneficios³.

En 2011 en California, el beneficio mensual promedio por persona fue de \$147 o casi \$5 al día para alimentos⁴. Ya que CalFresh puede ser utilizado para comprar alimentos saludables, el presupuesto familiar puede pagar otras facturas

y comprar cosas necesarias. Esto también ayuda a las economías locales.

¿Qué son SNAP y EBT?

El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, por sus siglas en inglés) es el nombre federal de CalFresh. En vez de cupones de papel, usted recibe una tarjeta de transferencia electrónica de beneficios (EBT, por sus siglas en inglés); similar a una tarjeta de débito. Dependiendo de sus requisitos, se le deposita cierta cantidad de beneficios en su tarjeta cada mes.

¿Dónde pueden los participantes de CalFresh utilizar su tarjeta EBT?

Usted puede comprar alimentos en cualquier supermercado, tienda de comestibles y algunos mercados sobre ruedas.

¿Cómo beneficia CalFresh a las economías locales?

Cada \$1 adicional de CalFresh que se entrega a las comunidades de California devuelve \$1.79 a las economías locales⁵. Se calcula que si todo el que califica para CalFresh participara en el programa, California tendría una entrada de aproximadamente \$4.9 mil millones en dólares federales de SNAP. Este dinero federal generaría aproximadamente \$8.7 mil millones en actividad económica adicional a nivel estatal⁶.

¿Cuántos californianos pasan hambre y necesitan CalFresh?

Muchos californianos pasan hambre o viven con miedo de pasar hambre. Muchas de estas personas están empleadas pero aún así no tienen suficiente dinero para proveer alimentos saludables para ellas y sus familias. En 2009, casi 4 millones de adultos californianos con bajos ingresos vivieron momentos difíciles por no tener con qué comprar alimentos suficientes⁷.

¿Qué información sobre CalFresh tiende la gente a malinterpretar?

- a. Usted no tiene que devolver sus beneficios al gobierno si califica para CalFresh. Además, sus hijos no serán reclutados al servicio militar. De hecho, uno de los objetivos principales de CalFresh es ayudar a sus niños a obtener los alimentos saludables que necesitan.
- b. Si usted es propietario de autos o del hogar donde vive, o está empleado, aún puede calificar para CalFresh. Llame al 1-888-9-COMIDA o acuda a su oficina local de CalFresh para más información sobre cómo calificar.
- c. Los niños que son ciudadanos pueden obtener CalFresh. Los niños nacidos en los Estados Unidos califican para CalFresh, sin importar dónde hayan nacido sus padres. Además, el solicitar CalFresh para sus hijos no le descalificará para la residencia legal o la ciudadanía de los Estados Unidos. La oficina de asistencia social de su condado (*welfare*) no tiene permitido compartir sus datos personales con Inmigración.
- d. CalFresh es un programa nutricional, NO un programa de asistencia social (*welfare*). CalFresh le ayuda a usted y a su familia a comprar los alimentos que necesitan para estar sanos.

¿Hay algún otro beneficio por recibir CalFresh?

Sí. Cuando las familias reciben CalFresh sus niños también califican para recibir desayuno y almuerzo gratis en la escuela. Los estudios han comprobado que los niños que no tienen hambre se desempeñan mejor en la escuela que los niños que tienen hambre⁸.

¿De qué manera puedo ahorrar tiempo y dinero en la comida?

Muchas tiendas de alimentos, mercados sobre ruedas y remates aceptan CalFresh. Usted puede hacer rendir su presupuesto de alimentos utilizando cupones y comprando cuando los alimentos estén a precios especiales. Planee sus comidas. Haga un plan de comidas semanal con alimentos que ya tiene y sólo compre lo que necesite. Cocine varias comidas al mismo tiempo y congélelas para comerlas después. Haga una lista de compras, y lo más importante, no vaya de compras cuando tenga hambre.

¿Cómo puedo comprar y comer de forma más inteligente?

Elija alimentos recomendados por MiPlato (www.choosemyplate.gov). Compre frutas y verduras coloridas de temporada. Elija más granos integrales tales como avena, arroz, pan, tortillas y pasta integral (*whole grain, whole wheat*). Consuma proteínas bajas en grasa tales como frijoles, chícharos, lentejas, nueces, semillas y pescado. Cambie a leche baja en grasa o sin grasa. Estos alimentos le proporcionarán los nutrientes que necesita, son más económicos y más saludables. Todos estos alimentos se pueden comprar con CalFresh.

¿De qué otra forma puedo ahorrar dinero cuando compre alimentos?

Compre a granel. Compre productos de las marcas de las tiendas en vez de productos de marcas conocidas. Usualmente cuestan mucho menos y son igual de buenas. Compre frutas y verduras de temporada; generalmente son más frescas y baratas.

¿Qué es la Red para una California Saludable?

La Red para una California Saludable (Red) ayuda a los californianos de bajos ingresos a vivir mejor creando colaboraciones que motivan a las personas a aumentar el consumo de frutas y verduras, la actividad física, y la seguridad alimentaria con el fin de prevenir la obesidad y otras enfermedades crónicas relacionadas a la dieta.

¿Cómo ayuda la Red para que familias con dificultades económicas puedan servir alimentos saludables en sus hogares?

La Red provee información sobre cómo comprar y preparar alimentos de bajo costo. La Red promueve la participación en CalFresh para que las familias de bajos ingresos puedan hacer rendir su presupuesto y comprar más alimentos saludables.

Para obtener recetas saludables que ayudan a rendir su presupuesto, visite: www.CampeonesDelCambio.net

- ¹ Information on Cost-Of-Living Adjustments (COLAs): Maximum Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) Allotments, Standard Deduction, Shelter Deduction, Homeless Household Shelter Allowance, Standard Utility Allowance (SUA), Limited Utility Allowance (LUA), Income Eligibility Standards and CalFresh Tables of Coupon Issuance –Effective October 1, 2012. All County Informing Notice (ACIN) 1-46-12, California Department of Social Services, September 18, 2012.
- ² Cunnynham, KE, *Reaching Those in Need: State Supplemental Nutrition Assistance Program Participation Rates in 2009*, Mathematica Policy Research, U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, <http://www.fns.usda.gov/ora/menu/Published/snap/FILES/Participation/Reaching2009.pdf>
- ³ Shimada T., *Lost Dollars, Empty Plates: The Impact of CalFresh Participation on State and Local Economies*, California Food Policy Advocates, February 2012. Accessed November 2012, <http://cfpa.net/CalFresh/CFPAPublications/LDEP-FullReport-2012.pdf>
- ⁴ Supplemental Nutrition Assistance Program Data, Annual State Level Data, 2007-2011. <http://www.fns.usda.gov/pd/snapmain.htm>
- ⁵ Hanson, K., *The Food Assistance National Input-Output Multiplier (FANIOM) Model and Stimulus Effects of SNAP*. ERR-103, U.S. Department of Agriculture, Econ. Res. Serv., October 2010. Accessed November 1, 2012, http://www.ers.usda.gov/media/134117/err103_1.pdf
- ⁶ Shimada T., *Lost Dollars, Empty Plates: The Impact of CalFresh Participation on State and Local Economies*, California Food Policy Advocates, February 2012. Accessed November 2012, <http://cfpa.net/CalFresh/CFPAPublications/LDEP-FullReport-2012.pdf>
- ⁷ Chaparro M.P., Langellier B., Birnbach K., Sharp M., and Harrison G., “Nearly Four Million Californians Are Food Insecure,” Health Policy Brief, UCLA Health Policy Research Center, June 2012. Accessed December 2012, <http://healthpolicy.ucla.edu/publications/Documents/PDF/FoodPBrevised7-11-12.pdf>
- ⁸ Ibid.