

Preguntas frecuentes

¿Cuáles son los nuevos requisitos de trabajo e interacción con la comunidad de CalFresh?

A partir del 1 de junio de 2026, puede que tenga que trabajar o participar en una actividad de interacción con la comunidad para seguir recibiendo CalFresh si:

- Tiene entre 18 y 64 años y
- No tiene una discapacidad.

Esto a veces se llama la regla de adultos físicamente hábiles y sin dependientes (Able-Bodied Adults Without Dependents o ABAWD). Si los nuevos requisitos corresponden a su caso, usted está limitado a recibir 3 meses de CalFresh cada 36 meses (3 años). Para seguir recibiendo CalFresh, tendrá que trabajar, participar en una actividad de interacción con la comunidad o estar exento de los requisitos.

¿Califico para estar exento de los nuevos requisitos?

Puede estar exento si:

- Es menor de 18 años o mayor de 64
- No puede trabajar regularmente 20 horas a la semana debido a un problema físico o mental
- Tiene un embarazo
- Es responsable del cuidado de un hijo dependiente menor de 14 años en su hogar de CalFresh
- Cuida a una persona enferma, lesionada o discapacitada
- Va a la escuela al menos a media jornada (pueden aplicarse reglas de elegibilidad para estudiantes)
- Cumple o está exento de las normas de Transición de la Asistencia Pública al Trabajo (WTW) de CalWORKs
- Está recibiendo o solicitando beneficios por desempleo
- Está recibiendo o solicitando beneficios por discapacidad, incluyendo, entre otros, beneficios por discapacidad para veteranos, compensación por lesiones en el trabajo, Ingresos Suplementarios de Seguridad (SSI) o beneficios por discapacidad (temporales o permanentes) emitidos por el estado
- Participa en un programa de capacitación de la Oficina de Relocalización de Refugiados
- Es indígena estadounidense, indígena urbano o indígena de California (miembro o descendiente de tribus reconocidas federalmente)

Si está experimentando dificultades físicas o mentales que dificultan cumplir con los nuevos requisitos, hable con su trabajador de elegibilidad para ver si puede estar exento.



EL USDA es un proveedor, empleador y prestamista de igualdad de oportunidades.

Preguntas frecuentes

Si no califico para estar exento, ¿cómo puedo cumplir con los nuevos requisitos?

Si no está exento de los nuevos requisitos, tendrá que trabajar o participar en una actividad de interacción con la comunidad durante un total de 20 horas semanales o un promedio de 80 horas al mes para mantener sus beneficios de CalFresh.

Las actividades de trabajo y de interacción con la comunidad incluyen, entre otras, las siguientes (puede hacer varias o solo una de estas actividades):

- Trabajar (incluyendo trabajo por cuenta propia) o ganar \$217.50 a la semana (sin descontar impuestos)
- Ir a la escuela o capacitación
- Participación en un programa de empleo y capacitación
- Voluntariado, servicio comunitario o trabajo en especie (trabajo a cambio de algo, como reducir los costes de la vivienda)

He oído que algunos condados no tienen los nuevos requisitos. ¿Se aplican los nuevos requisitos a mi condado?

El gobierno federal puede conceder a los condados exenciones que les dan un permiso temporal para no utilizar estos requisitos de trabajo e interacción con la comunidad. Si vive en uno de estos condados, puede seguir recibiendo CalFresh sin cumplir con los requisitos de trabajo e interacción con la comunidad desde el 1 de noviembre de 2025 hasta el 31 de octubre de 2026:

- Alpine
- Colusa
- Imperial
- Merced
- Monterey
- Plumas
- Tulare



El USDA es un proveedor, empleador y prestamista de igualdad de oportunidades.

Preguntas frecuentes

¿Qué son los meses contables?

Los meses contables son meses en los que una persona recibe un mes completo de beneficios de CalFresh y que:

- no está exenta de los nuevos requisitos de trabajo e interacción con la comunidad de CalFresh
- no cumple con los nuevos requisitos
- no vive en un condado (o área) exento
- no está recibiendo una exención discrecional

Esto significa que, si no cumple alguna de las condiciones anteriores, solo puede recibir los beneficios de CalFresh durante 3 meses cada 36 meses (3 años).

¿Cuándo entran en vigor los nuevos requisitos?

En California, la mayoría de los condados comenzarán a aplicar los nuevos requisitos de trabajo e interacción con la comunidad de CalFresh a partir del 1 de junio de 2026.

- **Si solicitó CalFresh antes del 1 de junio de 2026**, no tendrá que cumplir con las reglas hasta su recertificación.
- **Si solicita CalFresh después del 1 de junio de 2026**, su condado le dirá si está exento de los requisitos, si ya cumple con ellos o si estará limitado a 3 meses de beneficios al solicitarlo.

¿Dónde puedo obtener ayuda alimentaria si ya no soy elegible para CalFresh?

Si ya no es elegible para CalFresh, puede:

- Contactar con su banco de alimentos local para recibir ayuda alimentaria: <https://cdss.ca.gov/food-banks>
- Llamar a la línea de recursos 211

Si tengo preguntas, ¿dónde puedo obtener más información?



Oprima en: BenefitsCal.com



Llame al: **1-877-847-3663 (FOOD)**. Para asistencia del habla y/o audición llame al **711 Relay**



En persona: visite la oficina de servicios sociales de su condado. Encuentre ubicaciones en

CalFreshFood.org



EL USDA es un proveedor, empleador y prestamista de igualdad de oportunidades.