

# ¿Necesita ayuda para comprar alimentos o recibir dinero en efectivo?

¿Sabía que los miembros de CalOptima Medi-Cal también pueden ser elegibles para los programas CalFresh, CalWORKs o WIC? Averigüe qué programa puede ayudarle a usted y a su familia, y cómo presentar una solicitud.

## ¿Qué es CalFresh?

CalFresh (anteriormente conocido como estampillas para comida) es un programa federal de asistencia nutricional que ayuda a las personas y familias elegibles a comprar alimentos nutritivos. Los hogares elegibles recibirán una tarjeta de transferencia electrónica de beneficios (EBT), similar a una tarjeta de banco ATM, para comprar alimentos en las tiendas de comestibles y en los mercados de agricultores que acepten tarjetas EBT.

## ¿Qué es CalWORKs?

El California de Oportunidades de Trabajo y Responsabilidad hacia los Niños (CalWORKs) es un programa de asistencia pública que proporciona ayuda con dinero en efectivo y servicios a familias elegibles con uno o más niños en casa. CalWORKs puede ayudar a pagar la vivienda, los alimentos y otros gastos.

## ¿Cómo solicitar CalFresh y CalWORKs?

Para ayudar a prevenir la propagación del COVID-19 y evitar largos tiempos de espera en persona, le pedimos que haga su solicitud en línea, por teléfono o fax. Puede averiguar si es elegible y presentar su solicitud a través de la Agencia de Servicios Sociales (SSA) del condado de Orange.

- En línea: [www.MyBenefitsCalWIN.org](http://www.MyBenefitsCalWIN.org) or [www.GetCalFresh.org](http://www.GetCalFresh.org) (solamente para CalFresh).
- Por teléfono: centro de llamadas de la SSA al 1-800-281-9799
- Por fax: 1-714-645-3489 (solamente para CalFresh).
- Presente su solicitud en persona en una de las oficinas regionales de la SSA. Para buscar una ubicación, visite [www.ssa.ocgov.com/about/locations/office\\_location\\_list](http://www.ssa.ocgov.com/about/locations/office_location_list).

## ¿Qué es WIC?

El programa para Mujeres, bebés y niños (Women, Infants & Children, WIC) ofrece educación nutricional, apoyo para la lactancia materna, beneficios para alimentos saludables y referencias a atención médica y otros servicios comunitarios. Se deben cumplir las pautas de elegibilidad e ingresos para calificar para WIC.

## ¿Cómo solicitar WIC?

WIC tiene oficinas en todo el condado de Orange. Llame para hacer una cita en una oficina cerca de usted.

- Por teléfono: 1-888-WIC-WORKS o 1-888-942-9675.
- En línea: <https://myfamily.wic.ca.gov>.

¡Presente su solicitud hoy mismo para obtener ayuda con los alimentos de su familia o para asistencia inmediata a corto plazo!

