

Tôi sẽ nhận được bao nhiêu trợ cấp CalFresh Food (Thực Phẩm CalFresh) mỗi tháng?

- Số tiền quý vị nhận được tùy thuộc vào số người trong hộ gia đình, thu nhập và các chi phí như tiền thuê nhà và các chi phí tiện ích của quý vị.
- Các hộ gia đình có ít nhất một người lớn tuổi hoặc người khuyết tật có chi phí y tế trên \$35 mỗi tháng có thể đủ điều kiện nhận thêm trợ cấp.
- Các hộ gia đình có thể khai báo chi phí phải trả cho dịch vụ chăm sóc ban ngày cho trẻ em hoặc người lớn phụ thuộc để quý vị đi làm, tìm việc hoặc đi học.

Tôi sẽ đợi khoảng bao lâu để nhận được trợ cấp CalFresh Food?

- Nếu đủ điều kiện, quý vị sẽ nhận được trợ cấp CalFresh Food của quý vị trong vòng 30 ngày.
- Nếu thu nhập và khoản tiết kiệm của quý vị đáp ứng một số điều kiện nhất định, quý vị có thể nhận được trợ cấp CalFresh Food trong vòng 3 ngày hoặc ít hơn. Nhân viên dịch vụ xã hội quận của quý vị sẽ cho quý vị biết nếu quý vị đủ điều kiện để nhận được trợ cấp khẩn cấp.



Nếu tôi có tiền, tôi vẫn có thể nhận được trợ cấp CalFresh Food không?

Có, quý vị có thể:

- Có thu nhập từ công việc làm, tự làm việc hoặc có cơ sở kinh doanh của riêng quý vị.
- Nhận trợ cấp thất nghiệp.
- Nhận trợ giúp/trợ cấp tiền mặt chung của chính phủ.
- Nhận tiền cấp dưỡng nuôi con.
- Nhận trợ cấp cho người khuyết tật.
- Nhận trợ cấp An Sinh Xã Hội.
- Nhận Trợ Cấp An Sinh Bổ Sung (SSI)/Khoản Trợ Cấp Bổ Sung của Tiểu Bang (SSP).
- Có tiền trong tài khoản tiết kiệm, tài khoản hưu trí hoặc tài khoản giáo dục.

*Xem mức giới hạn về thu nhập và khả năng đủ điều kiện của chương trình CalFresh Food để biết liệu quý vị có đủ tiêu chuẩn hay không.

Nếu quý vị là người lớn tuổi (trên 60 tuổi) hoặc người khuyết tật, quý vị hãy cho nhân viên dịch vụ xã hội của quận biết. Bảng này có thể không áp dụng cho quý vị. Quý vị có thể có thu nhập cao hơn và vẫn hội đủ điều kiện.

*Vui lòng xem hướng dẫn đính kèm về thu nhập.



Gavin Newsom, Thống Đốc
Tiểu Bang California

Kim Johnson, Thư Ký
Cơ Quan Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh

Jennifer Triola, Giám Đốc
Sở Dịch Vụ Xã Hội

Được tài trợ bởi USDA, một tổ chức cung cấp dịch vụ, nhà tuyển dụng và tổ chức cho vay theo nguyên tắc cơ hội bình đẳng.

CalFresh Food cung cấp hỗ trợ dinh dưỡng cho những người có thu nhập thấp. Hãy sử dụng trợ cấp CalFresh Food để mua trái cây và rau củ tươi, ngũ cốc nguyên hạt, các loại thịt ít mỡ và nhiều loại thực phẩm khác.



Nhấp vào trang web **BenefitsCal.com** để nộp đơn trực tuyến



Gọi **1-877-847-3663 (FOOD)**
Để được hỗ trợ về lời nói và/hoặc thính giác,
vui lòng gọi Dịch Vụ Chuyển Tiếp 711



Đến trực tiếp/tìm một văn phòng
trên trang web **CalFreshFood.org**

Nộp đơn xin trợ cấp CalFresh Food ngay hôm nay tại:



rev. 4/2026



Những thông tin nào sẽ hữu ích khi tôi nộp đơn xin trợ cấp CalFresh Food?

- Giấy tờ nhận dạng** – Quý vị có thể mang bằng lái xe hoặc thẻ căn cước, thẻ y tế hoặc giấy tờ nhận dạng khác.
- Số An Sinh Xã Hội** – Sẵn sàng cung cấp số của quý vị và số của tất cả những người mà quý vị đang nộp đơn thay mặt cho họ, nếu họ có số an sinh xã hội.
- Đối với những người không phải là công dân Hoa Kỳ** – Mang theo thẻ thường trú nhân hoặc giấy tờ chứng minh tình trạng nhập cư khác.

Để tránh chậm trễ, quý vị cũng nên mang theo:

- Giấy tờ chứng minh thu nhập** – Mang theo cuốn phiếu lương, lệnh cấp dưỡng nuôi con và giấy xác nhận trợ cấp.
- Giấy tờ chứng minh chi phí của gia đình** – Mang theo hóa đơn điện nước, biên lai chi phí chăm sóc trẻ em, tiền cấp dưỡng con cái, giấy tờ chứng minh chi phí y tế cho các thành viên trong hộ gia đình là người lớn tuổi hoặc người khuyết tật.



Thẻ Golden State Advantage

Nếu quý vị hội đủ điều kiện nhận trợ cấp CalFresh Food, quý vị sẽ:

Nhận được một thẻ chuyển khoản trợ cấp điện tử (EBT) bằng nhựa và một Mã Số Nhận Dạng Cá Nhân (PIN). Tiền trợ cấp CalFresh Food của quý vị sẽ được nạp vào tài khoản của quý vị mỗi tháng.



Mua thực phẩm tại bất kỳ siêu thị hay chợ nông sản nào chấp nhận thẻ EBT.

Quẹt thẻ EBT giống như một thẻ rút tiền tự động (ATM) tại máy xử lý thẻ ATM/ thẻ ghi nợ/thẻ tín dụng tại quầy thu ngân.

Nhập mã PIN của quý vị vào máy. Số tiền quý vị chi tiêu sẽ được trừ từ tài khoản trợ cấp CalFresh Food của quý vị.

Thưởng thức những thực phẩm lành mạnh, bổ dưỡng dành cho quý vị và gia đình.

Nếu quý vị là người lớn tuổi (trên 60 tuổi), người khuyết tật hoặc người vô gia cư, quý vị có thể đủ điều kiện để mua các bữa ăn chế biến sẵn tại các nhà hàng tham gia Chương Trình Bữa Ăn tại Nhà Hàng (RMP) trên toàn tiểu bang.

Để biết thêm thông tin về RMP, vui lòng liên hệ với văn phòng dịch vụ xã hội quận tại địa phương của quý vị hoặc xem trang web www.cdss.ca.gov/RMP.



Tôi là một người nhập cư. Con tôi và tôi có thể nộp đơn xin trợ cấp CalFresh Food không?

Có! Tất cả trẻ em sinh ra tại Hoa Kỳ đều có thể nhận được trợ cấp CalFresh Food nếu các em hội đủ điều kiện, bất kể cha mẹ của các em sinh ra ở đâu. Cha mẹ nhập cư và trẻ em nhập cư có thể hội đủ điều kiện nếu quý vị đã có hoặc đang nộp đơn xin một Số An Sinh Xã Hội hợp lệ. Bản thân cha mẹ không đủ điều kiện thì vẫn có thể nộp đơn cho người con sinh ra ở Hoa Kỳ của họ.

Để xem quý vị có đủ điều kiện nhận trợ cấp CalFresh Food hay không,

- Nhấp vào trang web **BenefitsCal.com** để nộp đơn trực tuyến
- Gọi **1-877-847-3663 (FOOD)**
Để được hỗ trợ về lời nói và/hoặc thính giác, vui lòng gọi Dịch Vụ Chuyển Tiếp 711
- Đến trực tiếp/tìm một văn phòng trên trang web **CalFreshFood.org**

Ăn trái cây và rau củ và vận động mỗi ngày để có sức khỏe tốt hơn!

Tận dụng tối đa phúc lợi CalFresh Food của quý vị để có thể mua nhiều trái cây, rau củ hơn và nhiều thực phẩm lành mạnh khác cho cả gia đình.

Hãy sống khỏe mạnh! Một số lời khuyên hữu ích cho quý vị và gia đình:

- Thêm các loại trái cây và rau củ vào các bữa ăn trong ngày.
- Mua trái cây và rau củ tươi, đông lạnh, đóng hộp và đồ sấy khô tại siêu thị hay chợ nông sản.
- Đặt trái cây và rau củ nơi quý vị có thể nhìn thấy và lấy chúng dễ dàng.
- Hãy vận động mỗi ngày để giúp quý vị và gia đình duy trì sức khỏe.

Truy cập trang web **CalFreshHealthyLiving.org** để biết thêm các lời khuyên hữu ích cho sức khỏe.

