



# ¿NECESITA ALIMENTOS?

Los californianos están viviendo tiempos difíciles debido al brote del nuevo coronavirus.

Hay muchos recursos en su comunidad que lo pueden ayudar.

## Recursos:



### Pídale ayuda a un vecino, pariente o amigo

Pídale que lo ayude a hacer las compras, que le traiga provisiones o que le enseñe a usar su teléfono inteligente para comprar comida a través de un servicio a domicilio.



### Solicite asistencia

Póngase en contacto con la oficina de servicios sociales de su condado para obtener recursos en su área. Estos recursos incluyen asistencia del programa CalFresh Food y servicios de apoyo en el hogar (IHSS), que ofrecen asistencia con la compra y la preparación de la comida. Visite las páginas web [www.GetCalFresh.org/es](http://www.GetCalFresh.org/es) y [www.cdss.ca.gov/in-home-supportive-services](http://www.cdss.ca.gov/in-home-supportive-services) (inglés) para saber más.



### Encuentre organizaciones locales que ofrezcan apoyo

Para obtener más información, **los adultos mayores** pueden comunicarse con los centros para personas mayores en su región o con la oficina local de servicios para personas mayores (Area Agency on Aging) (vea [www.aging.ca.gov](http://www.aging.ca.gov) [inglés]). Usted también puede visitar [www.mealsonwheelsamerica.org](http://www.mealsonwheelsamerica.org) (inglés) para obtener información sobre los grupos en su área que entregan comidas preparadas a domicilio.

**Los alumnos** deberían comunicarse con su distrito escolar para obtener información sobre los programas de alimentación que están disponibles durante los cierres.

**Las familias** deberían visitar [www.calwic.org](http://www.calwic.org) (inglés) para saber más sobre los recursos disponibles.



### Comuníquese con un banco de alimentos

Pregúntele a su banco de alimentos local si tienen recursos que usted pueda recoger o que ellos puedan traerle. Visite [serve.ca.gov](http://serve.ca.gov) (inglés) o [www.cafoodbanks.org](http://www.cafoodbanks.org) para localizar el banco de alimentos en su área.



### Compre comida a domicilio usando su teléfono

Muchos supermercados y restaurantes tienen servicios de entrega a domicilio y hay muchas aplicaciones que puede descargar en su teléfono inteligente para hacer el pedido.

Visite [serve.ca.gov](http://serve.ca.gov) (inglés)

Manténgase seguro: [covid19.ca.gov](http://covid19.ca.gov) (inglés)

