



# CALFRESH TIENE NUEVAS REGLAS DE TRABAJO

## ¿Qué cambia?

Algunos adultos tendrán que cumplir con nuevas reglas de trabajo para seguir recibiendo CalFresh.

## ¿Cuándo?


Estos cambios empiezan el 1 de junio del 2026.


## ¿Quién?

Adultos entre 18 y 64 años.

## ¿Preguntas?

Puedes comunicarte con el condado:

 Por teléfono: Lunes a viernes, 8:00 a.m.–4:00 p.m.  
1-888-421-8080

 En persona: Lunes a viernes, 8:00 a.m.–5:00 p.m.  
1020 Emeline Avenue, Santa Cruz, CA 95010  
500 Westridge Drive, Watsonville, CA 95076



## ¿Estoy exento/a?

No tienes que cumplir con las reglas de trabajo si:

- Tienes menos de 18 años o más de 64
- Vives con un niño menor de 14 años
- Estás embarazada
- Tienes una condición de salud que te dificulta trabajar
- Ya trabajas lo suficiente (mínimo 20 horas por semana)
- Eres nativo americano
- Calificas para otra excepción bajo las reglas estatales o federales

 **Voltea  
para más  
información**





# Nuevas Reglas de Trabajo de CalFresh

## Lo que necesitas saber

A partir del 1 de junio de 2026, las reglas de CalFresh cambiarán para algunos adultos. Estas preguntas y respuestas te ayudarán a entender lo básico.

---

### ¿Cómo sabré si estoy exento/a?

El condado revisará tu caso. Ellos identificarán y explicarán cualquier excepción que pueda aplicar en tu situación.

### ¿Qué debo hacer para cumplir con las reglas de trabajo?

Para seguir recibiendo CalFresh, debes:

- Trabajar al menos 20 horas por semana (80 horas al mes), o
- Estar inscrito en un programa aprobado de trabajo o entrenamiento, o
- Hacer una combinación de trabajo y actividades que sumen al menos 20 horas por semana.

El condado puede pedir comprobantes, como talonarios de pago o formularios de entrenamiento.

### ¿Qué cuenta como trabajo?

Empleos con pago, trabajo por cuenta propia (como limpiar casas, cuidar niños o jardinería), entrenamiento en el trabajo, programas de work study, y algunos trabajos de intercambio (cuando alguien recibe bienes o servicios en lugar de dinero, con aprobación del condado).

### ¿Ir a la escuela me exenta?

Sí. Ir a la universidad o colegio cuenta como excepción.

### ¿Un programa de entrenamiento cumple el requerimiento?

Sí. Estar inscrito en un programa de entrenamiento aprobado es una excepción.

### ¿El condado me puede ayudar a encontrar entrenamiento?

Sí. El condado te puede conectar con programas de entrenamiento.

### ¿El trabajo voluntario cuenta?

Sí, siempre y cuando completes al menos 20 horas por semana (80 horas al mes).

### ¿Qué pasa si tengo una discapacidad pero no recibo beneficios?

Todavía puedes estar exento/a si tu condición de salud hace difícil trabajar. El condado puede pedir un comprobante médico.

### ¿Qué pasa si no cumplo con las reglas de trabajo?

Si no cumples con las reglas de trabajo y no tienes una excepción, solo puedes recibir CalFresh por 3 meses dentro de un período de 3 años.

Si después cumples con las reglas (ya sea trabajando, haciendo voluntariado, o entrando a un programa de entrenamiento), tus beneficios pueden empezar de nuevo antes de que termine el período de 3 años.

