





Hazlo un Verano Saludable



Organización	Recursos	Información de Recursos y Contacto
	<p>QUÉ ES CALFRESH?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ CalFresh proporciona a las familias elegibles un impulso a su presupuesto de alimentos, lo que les permite comprar alimentos más saludables. ▪ Solicitar CalFresh es confidencial y puede tomar 30 minutos o menos! 	<p>En Línea: www.mybenefitscalwin.org Por Telefono: (800) 281-9799 En Persona: Encuentre una oficina de la SSA en https://ssaregionlocator.ocssa.net Por Correo: P.O. Box 7003, Anaheim, CA 92825-9922 Por Fax: (714) 645-3489</p>
	<p>COMIDAS DE VERANO PARA NIÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Desayuno, almuerzo y/o merienda GRATIS para todos los niños menores de 18 años en más de 150 sitios en todo el Condado de Orange. 	<p>Para Ubicaciones: Envíe "COMIDA" o "FOOD" al 304-304</p> <p>Preguntas: Llame: 2-1-1 o visite: ocfoodfoodhelp.org</p>
	<p>¿POR QUÉ REPENSAR SU BEBIDA?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Con el tiempo, beber y comer demasiada azúcar puede provocar obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardíacas. ▪ Beber agua en lugar de bebidas azucaradas puede tener un impacto positivo en su salud en general. 	<p>Pruebe el desglose de bebidas para averiguar cuánta azúcar agregada bebe usted y su familia todos los días.</p> <p>Escanee el código QR para comenzar:</p> 



Financiado por USDA SNAP, un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Visite www.CalFreshHealthyLiving.org para obtener consejos saludables.