



May Mga Paparating na Pagbabago sa CalFresh

Simula sa **Hunyo 1, 2026**, may mga bagong pederal na panuntunan para sa ilang tao na nakakatanggap ng CalFresh. Para patuloy na matanggap ang iyong mga benepisyo, posibleng kailanganin mong sumali sa mga aktibidad na nauugnay sa trabaho kapag nag-apply ka para sa o ni-renew mo ang iyong CalFresh.

Naaangkop ba sa akin ang mga panuntunang ito?

Naaangkop ang mga panuntunang ito sa mga nasa hustong gulang na may edad na 18 hanggang 64 na may kakayahang magtrabaho at walang kasamang bata sa bahay na wala pang 14 na taong gulang.

Bakit ito mahalaga?

Kung naaangkop sa iyo ang mga panuntunang ito at hindi ka nakakatugon sa mga pag-aatas sa trabaho, **tatlong buwan** lang sa loob ng tatlong taon mo puwedeng matanggap ang mga benepisyo ng CalFresh.

Kanino hindi naaangkop ang mga panuntunang ito?

Hindi naaangkop sa iyo ang pag-aatas sa trabaho kung ikaw ay:

- Edad: Wala pang 18 at may edad na 65 pataas
- Kalusugan: Buntis, may kundisyon sa pangangatawan o pag-iisip na nakakahadlang sa pagtatrabaho mo, o nasa isang programa para sa disorder sa paggamit ng substance
- Pag-aalaga: May inaalagaan na may kapansanan, o na isang dependent na anak na wala pang 14 na taong gulang
- Iba Pang Benepisyo: Nakakatanggap ng (o nag-a-apply para sa) mga benepisyo sa may kapansanan (gaya ng Karagdang Panseguridad na Kita (Supplemental Security Income, SSI) o Panseguridad na Insurance sa May Kapansanan (Security Disability Insurance, SDI)) o ng mga benepisyo para sa pagkawala ng trabaho
- Mga Partikular na Grupo: Isa kang miyembro ng tribong kinikilala ng pederal
- Nakakatugon o exempted sa mga pag-aatas sa trabaho ng CalWORKs
- Pumapasok sa paaralan nang kahit part-time lang (puwedeng may mga panuntunan sa pagiging kwalipikado ng mag-aaral)



Paano ko matutugunan ang mga bagong panuntunang ito?

Kung hindi ka exempted, dapat kang kumumpleto ng 20 oras na aktibidad sa trabaho bawat linggo (o ng average na 80 oras bawat buwan). Ang mga aktibidad na ito sa trabaho ay kailangan ding idokumento at puwedeng pagsama-samahin para sa kabuuang 80 oras bawat buwan. Kasama sa mga nagkakwalipikang aktibidad ang:

- Pagpasok sa trabaho
- Pagboboluntaryo o pagseserbisyo sa komunidad
- Pagsali sa isang programa ng pagsasanay sa trabaho o pagtatrabaho sa pamamagitan ng Ahensya ng Mga Serbisyong Pantao ng San Francisco (San Francisco Human Services Agency, SFHSA)
- Naka-enroll sa paaralan nang wala pang part-time o sa isang programa ng pagsasanay

Makipag-ugnayan sa iyong programa ng benepisyo para matuto pa tungkol sa mga exemption sa pag-aatas sa trabaho.

Puwede ba akong sumali sa isang aktibidad na nauugnay sa trabaho nang wala pang 80 oras bawat buwan at makatugon pa rin sa pag-aatas? Mayroon bang anumang exemption sa ganoon karaming oras?

Oo, may ilang partikular na uri ng mga aktibidad na nauugnay sa trabaho sa mga nonprofit at ahensya ng Lungsod na mas kaunti ang kinakailangang oras. Magtanong sa iyong Programa ng Mga Benepisyo para sa mga detalye.

Matuto pa

Narito kami para tulungan kang manatiling kwalipikado. Makipag-ugnayan sa iyong programa ng benepisyo para makatanggap ng referral sa mga serbisyo sa empleyado na naaangkop para sa iyo.

Bumisita sa [SFHSA.org/keep-benefits](https://www.sfhsa.org/keep-benefits) para sa higit pang impormasyon.

Na-update noong: 4/30/2026