

# Programa de asistencia alimentaria de emergencia



## ¿Que es el Programa de Asistencia Alimentaria de Emergencia (EFAP)?

El Programa de Asistencia Alimentaria de Emergencia (EFAP) es un programa del USDA que trabaja para mejorar la salud de las familias de bajos ingresos al complementar sus dietas con alimentos nutritivos. El Banco de Alimentos recibe alimentos del USDA y distribuye paquetes de alimentos en más de 80 ubicaciones en todo el condado de San Diego. Los paquetes de alimentos contienen una variedad de alimentos enlatados, granos secos, proteínas (carne de origen vegetal, enlatada o congelada) y otros artículos nutritivos.

## Cómo obtener comida EFAP:

Para ser elegible, los participantes deben ser residentes del condado de San Diego y cumplir con las pautas federales de ingresos \* que se detallan a continuación. Los solicitantes elegibles pueden llamar al 2-1-1 o al Banco de Alimentos para conocer la ubicación de su sitio de distribución más cercano. No se requiere documentación.

Tamaño Del Hogar	Ingresos Mensuales Del Hogar	Ingresos Anuales Del Hogar
1	\$2,445.96	\$29,351.50
2	\$3,311.54	\$39,738.50
3	\$4,177.13	\$50,125.50
4	\$5,024.71	\$60,512.50
Cada Miembro Adicional	Añada \$865.58 per person	Añada \$10,387 por cada persona

\* Las pautas federales de ingresos son proporcionadas por el USDA. Las directrices se actualizaron en enero de 2020 y serán válidas hasta enero de 2021.



La imagen de arriba es un ejemplo de un paquete EFAP, que incluye una variedad de alimentos estables. El menú cambia mensualmente.

Para su sitio de distribución local, llame al Banco de Comida al  
**1-866-350-FOOD (3663) o llame 2-1-1**  
[SanDiegoFoodBank.org](http://SanDiegoFoodBank.org) | [NorthCountyFoodBank.org](http://NorthCountyFoodBank.org)

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA tienen prohibido discriminar por raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, edad o represalias o represalias por actividad previa de derechos civiles en cualquier programa o actividad (es decir, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas americano, etc.), debe comunicarse con la Agencia (estatal o local) donde solicitaron beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas o del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés.

Para presentar una queja de discriminación del programa, complete el Formulario de queja de discriminación del programa del USDA (AD-3027) que se encuentra en línea en: [Cómo presentar una queja](#), y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta todos de la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario o carta completa al USDA por:

(1) Correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410

(2) fax: (202) 690-7442; o

(3) Correo Electrónico:  
[program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov)