

# Your Guide to **Healthy Food Resources** in Alameda County

Su Guía de **Recursos de  
Alimentos Saludables**  
en el Condado de Alameda



# Food Helpline

Emergency food services near you



The Alameda County Community Food Bank operates a toll-free Food Helpline that connects callers to emergency food providers in their neighborhoods for same-day free hot meals or bags of food. The service is free and confidential.

Food Helpline

**1-510-635-3663**

Monday thru Friday, 9:00 a.m. to 4:00 p.m.

You can also get help for weekend and evening food distribution online by visiting: **foodnow.net**

## Who is Eligible?

- Alameda County residents
- Individuals and families needing help with emergency food

## What Verification is Needed?

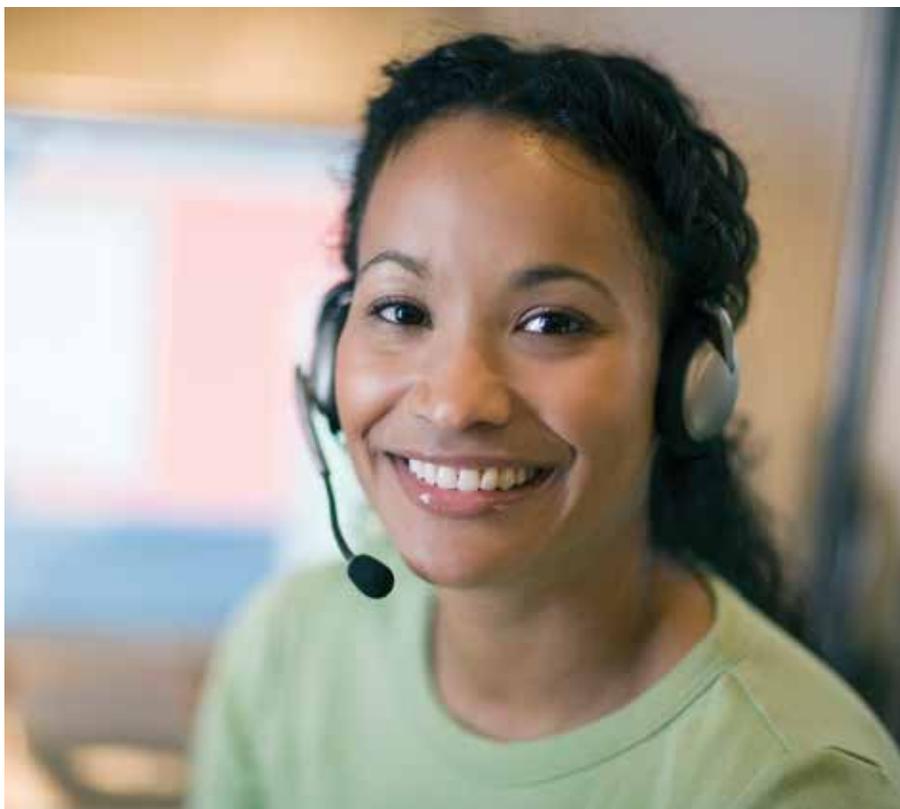
- No verification is required
- Anyone who needs help with food can call

## What happens when you call the Food Helpline?

When you call the Food Helpline at **1-510-635-3663**, press the option for “Food Today” and a Food Bank operator will ask you a few questions. Based on your zip code, the Helpline operator will identify emergency food providers who are distributing food bags or serving hot meals in your neighborhood the same day you call.

# Línea de Comida

Servicios de comida de emergencia cerca de usted



El Banco de Comida Comunitario del Condado de Alameda opera una línea de ayuda gratuita que conecta a las personas que llaman con proveedores que distribuyen alimentos el mismo día, en sus vecindarios; estas organizaciones proveen comida caliente o bolsas de comida. El servicio es gratis y confidencial.

Línea de Comida

**1-510-635-3663**

Lunes a viernes, 9:00 a.m. a 4:00 p.m.

También puede obtener información en línea sobre centros que distribuyen comida los fines de semana y en las noches visitando: [comidaahora.net](http://comidaahora.net)

## ¿Quién califica?

- Residentes del Condado de Alameda
- Familias e individuos que necesitan ayuda con alimentos de emergencia

## ¿Qué verificación se necesita?

- No se necesita ninguna verificación
- Cualquier persona que necesite comida puede llamar

## ¿Qué puedo esperar cuando llame a la Línea de Comida?

Cuando usted llame a la Línea de Comida al **1-510-635-3663**, presione la opción de “español” y “Línea de Comida”, y un operador bilingüe le hará unas preguntas. Basado en su código postal, el operador de la Línea de Comida buscará proveedores de alimentos de emergencia que distribuyen bolsas de comida o sirven comida caliente en su vecindario, el mismo día que usted llame.

# CalFresh Food

Helping you stretch your food dollars



CalFresh Food is a nutrition program that can help you get healthy food for you and your family. CalFresh Food benefits are deposited to a convenient card that can be used at most farmers' markets, grocery stores, as well as some restaurants. It works just like a debit card.

For help with your application, call your friends at the Alameda County Community Food Bank: **1-877-847-3663**

You can also apply online: **[GetCalFresh.org/s/accfb](https://www.getcalfresh.org/s/accfb)**

Refer someone to CalFresh Food at: **[Foodnow.net](https://www.foodnow.net)**

## Who is Eligible?

- U.S. Citizens
- Most immigrants who are legal permanent residents
- Most refugees and asylees
- Beginning June 1, 2019 SSI recipients may be eligible too!

## What Verification is Needed?

- Identification such as driver license, library card, or birth certificates
- Proof of Alameda County Residency such as driver license, check stub, rent receipt, or utility bill
- Legal Permanent Resident Card for household members who have one
- Social security number for everyone in household who has one
- Proof of all income

## Optional Verification

- Proof of expenses such as rent, utility bills, and childcare
- Proof of medical expenses for applicants who are elderly (60 years of age or older) or disabled



# CalFresh Food

## Ayudando a hacer rendir más su presupuesto



CalFresh Food es un programa nutricional que puede ayudarle a obtener alimentos saludables para usted y su familia. Los beneficios son depositados en una práctica tarjeta que puede ser utilizada en la mayoría de mercados al aire libre y en tiendas de comida, y hasta en algunos restaurantes. Funciona igual que una tarjeta de débito.

Para recibir ayuda con su solicitud, llame a sus amigos del Banco de Comida Comunitario del Condado de Alameda al: **1-877-847-3663**

También puede solicitar en línea:

**[GetCalFresh.org/s/accfb](https://getcalfresh.org/s/accfb)**

Recomiende a alguien para que solicite CalFresh Food en:

**[comidaahora.net](https://comidaahora.net)**

### ¿Quién califica?

- Ciudadanos americanos
- La mayoría de inmigrantes que son residentes legales permanentes
- La mayoría de refugiados y asilados
- ¡A partir del 1 de junio de 2019, las personas que reciben SSI también pueden calificar!

### ¿Qué verificación se necesita?

- Identificación tales como licencia de conducir, tarjeta de biblioteca o certificado de nacimiento
- Prueba de residencia del Condado de Alameda tales como licencia de conducir, talonario de cheque, recibo de renta, o factura de servicio público
- Tarjeta de residente permanente legal para todo el que tenga una en el hogar
- Número de Seguro Social para todo el que tenga uno en el hogar
- Prueba de todos los ingresos

### Verificación opcional

- Prueba de gastos tales como renta, servicios públicos, o cuidado de niños
- Prueba de gastos médicos para solicitantes que son mayores (de 60 años de edad o más) o están incapacitados



# Women, Infants and Children Program

Families grow healthy with WIC



## Who is Eligible?

- Income eligible pregnant, postpartum, and breastfeeding women
- Income eligible children under five years of age
- Medi-Cal, CalWORKs, and CalFresh recipients may qualify for WIC with verification

## What Verification is Needed?

- Identification such as Medi-Cal card, photo ID or driver license
- Proof of income such as pay stubs or letter from employer
- Proof of address such as any postmarked mail received or utility bill

The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children (WIC) is a public health nutrition program under the U.S. Department of Agriculture. It provides nutrition education, nutritious foods, breastfeeding support, and healthcare referrals for income-eligible women who are pregnant or post-partum, infants, and children up to age 5.



## Call for an appointment:

Alameda County  
WIC Program Offices  
Oakland, Hayward, Fremont  
**1-510-595-6400**  
[wicinfo@acgv.org](mailto:wicinfo@acgv.org)

Axis Community Health Center  
Pleasanton  
**1-925-462-2365**

City of Berkeley WIC  
**1-510-981-5360**

East Oakland Health Center  
**1-510-835-9610 ext. 2273**

La Clínica de La Raza WIC  
**1-510-535-4110**

Native American Health Center  
Oakland  
**1-510-434-5300**

Native American Health Center  
Alameda  
**1-510-814-8440**

San Antonio  
Neighborhood Health Center  
**1-510-272-1500**

Tiburcio Vasquez  
Health Center Offices  
**1-510-471-5913**

West Oakland Health Center  
**1-510-835-9610 ext. 2080**

The WIC Program is an equal opportunity provider.

# Programa para Mujeres, Bebés y Niños

Las familias crecen saludables con WIC



## ¿Quién califica?

- Mujeres embarazadas, postparto y lactantes, con ingresos que cumplen con los requisitos
- Niños menores de cinco años, con ingresos que cumplen con los requisitos
- Las personas que reciben Medi-Cal, CalWORKs, y CalFresh pueden calificar para WIC con verificación

## ¿Qué verificación se necesita?

- Identificación tales como tarjeta de Medi-Cal, identificación con foto o licencia de conducir
- Prueba de ingresos tales como talonarios de cheque o carta del empleador
- Prueba de dirección tales como cualquier carta con matasello o factura de servicios públicos

El Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) es un programa de nutrición de salud pública bajo el Departamento de Agricultura de Estados Unidos. Este programa proporciona educación sobre nutrición, alimentos nutritivos, apoyo para amamantar y referencias del cuidado de la salud para mujeres embarazadas o posparto con ingresos que cumplan con los requisitos, bebés, y niños de hasta cinco años de edad.



### Llame para hacer una cita:

Alameda County  
WIC Program Offices  
Oakland, Hayward, Fremont  
**1-510-595-6400**  
[wicinfo@acgv.org](mailto:wicinfo@acgv.org)

Axis Community Health Center  
Pleasanton  
**1-925-462-2365**

City of Berkeley WIC  
**1-510-981-5360**

East Oakland Health Center  
**1-510-835-9610 ext. 2773**

La Clínica de La Raza WIC  
**1-510-535-4110**

Native American Health Center  
Oakland  
**1-510-434-5300**

Native American Health Center  
Alameda  
**1-510-814-8440**

San Antonio  
Neighborhood Health Center  
**1-510-272-1500**

Tiburcio Vasquez  
Health Center Offices  
**1-510-471-5913**

West Oakland Health Center  
**1-510-835-9610 ext. 2080**

# Head Start

Giving children a healthier beginning



## Who is Eligible?

- Children under five years of age from low-income families
- Children under five years of age with special needs
- Fostered or homeless children, or families receiving public assistance
- Residency in the service areas

## What Verification is Needed?

- Proof of birth such as birth certificate, baptismal record
- Proof of family's annual income including any of the following, 1040 tax form, CalWORKs printout, SSI statement, employment check stubs
- Proof of residency/homelessness
- Immunization records

Head Start is an early childhood development program that participates in the U.S. Department of Agriculture's Child and Adult Care Food Program. Children enrolled in Head Start receive a free breakfast, lunch, and snack during the day.

### For information on enrollment to Head Start, please call:

Head Start Alameda  
**1-510-629-6350**

YMCA Head Start Berkeley  
**1-510-848-9092**

Early Head Start Hayward  
**1-510-796-9512**

Head Start/Early Head Start  
Oakland  
**1-510-238-3165**

Head Start South County  
**1-510-796-9512**



# Head Start

Ofreciendo a cada niño un comienzo más saludable



## ¿Quién califica?

- Niños menores de cinco años de edad, de familias de bajos ingresos
- Niños menores de cinco años de edad, con necesidades especiales
- Niños adoptados o sin hogar, o la familia recibe asistencia pública
- Domicilio en las áreas de servicio

## ¿Qué verificación se necesita?

- Prueba de nacimiento tales como certificado de nacimiento, registro de bautismo
- Prueba de ingreso anual familiar, incluyendo cualquiera de lo siguiente: formulario de impuestos 1040, carta de CalWORKs, declaración de SSI, talonarios de cheque de empleo
- Prueba de residencia/desamparo
- Tarjeta de vacunas

Head Start es un programa de desarrollo infantil que participa en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del Departamento de Agricultura de Estados Unidos. Esto permite que los niños inscritos en Head Start reciban gratuitamente desayuno, almuerzo y bocadillos durante el día.

### Para información sobre la inscripción en Head Start, por favor llame:

Head Start Alameda  
**1-510-629-6350**

YMCA Head Start Berkeley  
**1-510-848-9092**

Early Head Start Hayward  
**1-510-796-9512**

Head Start/Early Head Start  
Oakland  
**1-510-238-3165**

Head Start South County  
**1-510-796-9512**



# School Meals

Feeding our future



## Who is Eligible?

The following automatically qualify for free meals and no application is required:

- Homeless students
- Students receiving CalFresh, FDPIR, CalWORKs, or KinGap
- Foster children
- Students enrolled in migrant education programs

Other students may qualify for free or reduced cost meals based on the household income.

The School Meals Program provides nutritious well-balanced meals (breakfast, lunch, and snack) during the school day to children enrolled in K–12 schools. The program provides low-cost or free meals to students based on eligibility information. Supper is offered to at-risk students at participating schools.

### Contact your school district office or school site for enrollment.

Alameda Unified School District  
2200 Central Avenue, Alameda  
**1-510-337-7000**

Hayward Unified School District  
24411 Amador Street, Hayward  
**1-510-784-2600**

San Leandro Unified School District  
14735 Juniper Street, San Leandro  
**1-510-667-3500**

Emery Unified School District  
4727 San Pablo Avenue, Emeryville  
**1-510-601-4000**

Oakland Unified School District  
900 High Street, Oakland  
**1-510-434-3334**

For food assistance when schools are not in session, call:  
**Food Helpline 1-510-635-3663 or 1-800-870-3663**

# Comidas Escolares

Alimentando a nuestro futuro



## ¿Quién califica?

Los siguientes automáticamente califican para comidas gratis y no se requiere solicitud:

- Estudiantes sin hogar
- Los estudiantes que reciben CalFresh, FDPIR, CalWORKs, o KinGap
- Niños adoptados
- Estudiantes inscritos en programas educativos para migrantes

Otros estudiantes pueden calificar para comidas gratis o a bajo costo basado en el ingreso del hogar.

El Programa de Comidas Escolares provee comida nutritiva y balanceada (desayuno, almuerzo, y bocadillo) a los niños que están matriculados desde el kinder hasta el 12 grado. El programa provee comidas gratis o a bajo costo a estudiantes basado en datos de elegibilidad.

### Para solicitar, contacte a la oficina del distrito escolar o a la escuela.

Alameda Unified School District  
2200 Central Avenue, Alameda  
**1-510-337-7000**

Hayward Unified School District  
24411 Amador Street, Hayward  
**1-510-784-2600**

San Leandro Unified School District  
14735 Juniper Street, San Leandro  
**1-510-667-3500**

Emery Unified School District  
4727 San Pablo Avenue, Emeryville  
**1-510-601-4000**

Oakland Unified School District  
900 High Street, Oakland  
**1-510-434-3334**

Para recibir asistencia de alimentos cuando no haya clases, llame a:  
**La Línea de Comida al 1-510-635-3663 o al 1-800-870-3663**

# Summer Meal Program

Providing free meals for our children and teens



The Summer Food Service Program provides children and youth with free nutritious meals and snacks that they need to continue learning, playing, and growing when school is not in session. Summer meal sites are located at participating schools, libraries, and park and recreation centers.

## Who is Eligible?

- Children up to 18 years of age
- Persons over 18 years of age who are mentally or physically disabled and participate in special school programs

## What Verification is Needed?

No registration or verification needed

## What resources or income can I have?

The Summer Meal Program is open to all children up to 18 years of age regardless of family resources or income level.

To find a Summer Meal Program site location near you:  
Call **1-510-635-3663**  
Visit [www.cde.ca.gov/ds/sh/sn/summersites.asp](http://www.cde.ca.gov/ds/sh/sn/summersites.asp)



# Programa de Comida para el Verano

Comidas gratis para nuestros niños y adolescentes



El Programa de Servicios de Alimentos para el Verano provee a los niños y jóvenes comidas y bocadillos nutritivos gratuitos y necesarios para aprender, jugar, y crecer cuando no hay clases. Los comedores de comidas de verano se encuentran en escuelas, bibliotecas, parques y centros recreativos participantes.

Para encontrar un Programa de Comida para el Verano cercano a usted:

Llame al **1-510-635-3663**

Visite [www.cde.ca.gov/ds/sh/sn/summersites.asp](http://www.cde.ca.gov/ds/sh/sn/summersites.asp)

## ¿Quién califica?

- Niños de hasta 18 años de edad
- Personas mayores de 18 años que están física y mentalmente discapacitadas y participan en programas especiales de la escuela

## ¿Qué verificación se necesita?

No se requiere registración y no necesita ninguna verificación

## ¿Qué recursos o ingresos puedo tener?

El Programa de Comida para el Verano está abierto a niños de hasta 18 años de edad, sin importar los recursos familiares o el nivel de ingresos.



# Food for Seniors

Food options for you or your loved one



## Senior Dining Centers

Tasty and healthy lunches for older adults are available at dining sites throughout Alameda County. A donation is requested but not required. Many sites provide additional activities, such as exercise classes or lifelong learning opportunities.

Call Senior Information at **1-800-510-2020** for a site near you.

## Meals On Wheels

The Meals on Wheels program delivers food to adults 60 years of age and older who are homebound and unable to buy or prepare meals. A donation is requested but is not required. Seniors can receive meals Monday-Friday and frozen meals for the weekend.

### Call the following numbers to find out if you qualify:

Albany, Berkeley, Emeryville  
**1-510-981-5250**

Hayward, Castro Valley,  
San Leandro  
**1-510-582-1263**

City of Alameda  
**1-510-865-6131**

Dublin, Pleasanton  
**1-925-931-5385**

Fremont, Newark,  
Union City  
**1-510-894-0370**

Livermore  
**1-925-421-4657**

Oakland  
**1-510-582-1263**

## Senior Brown Bag

You can pick up bags of healthy food two times each month at a location near you.

All low-income seniors over 60 years of age can call Mercy Brown Bag at **1-510-534-8540** to apply.

# Alimentos para personas mayores

Opciones de alimentos para usted o para sus seres queridos



## Comedores para personas mayores

Hay almuerzos deliciosos y nutritivos disponibles para adultos mayores en comedores a través del Condado de Alameda. Se pide una donación, pero ésta no es requerida. Muchos centros ofrecen actividades adicionales, tales como clases de ejercicio u oportunidades de aprendizaje de por vida.

Para más información sobre un centro cerca de usted, llame al **1-800-510-2020**.

## Comidas Sobre Ruedas

El Programa Comidas Sobre Ruedas entrega comida a adultos de 60 años de edad en adelante que no pueden salir de casa para comprar o preparar comidas por sí mismas. Se pide una donación, pero ésta no es requerida. Las personas mayores pueden recibir comidas de lunes a viernes y comidas congeladas durante el fin de semana.

### Llame a los siguientes números para saber si califica:

Albany, Berkeley, Emeryville  
**1-510-981-5250**

Hayward, Castro Valley,  
San Leandro  
**1-510-582-1263**

City of Alameda  
**1-510-865-6131**

Dublin, Pleasanton  
**1-925-931-5385**

Fremont, Newark,  
Union City  
**1-510-894-0370**

Livermore  
**1-925-421-4657**

Oakland  
**1-510-582-1263**

## Senior Brown Bag

Usted puede recoger bolsas de alimentos nutritivos dos veces por mes en un centro cercano a usted.

Si usted tiene bajos ingresos y más de 60 años de edad, llame a Mercy Brown Bag al **1-510-534-8540** para solicitar.



The information contained in this guide is brought to you by the Alameda County Nutrition Action Partners with funding support provided by Alameda County Social Services Agency and the Alameda County Community Food Bank.

La información que contiene esta guía es traída a usted por Alameda County Nutrition Action Partners con apoyo financiero proporcionado por la Agencia de Servicios Sociales del Condado de Alameda y el Banco de Comida Comunitario del Condado de Alameda.