



## 無受撫養者的健全成人 (ABAWD) 領取 CalFresh 糧食補助的期限

由 2026 年 6 月 1 日起，加州社會服務處將為無受撫養者的健全成人 (ABAWD) 實施領取 CalFresh 糧食補助的期限。以下內容將解釋新規定，以及您如何繼續保留必要的糧食福利。

### 誰會被視為「無受撫養者的健全成人 (ABAWD)」？

如果您年齡介於 18 至 64 歲、有工作能力，且無 ABAWD 期限豁免資格，您就會被視為是「無受撫養者的健全成人 (ABAWD)」。

### 什麼是 ABAWD 期限？

ABAWD 只能在 36 個月內取得 3 個月的 CalFresh 糧食補助，除非他們滿足所規定的工作要求或符合期限豁免資格。

### 如何保留您的福利？

若要在 3 個月後繼續領取 CalFresh 糧食補助，您必須滿足所規定的**工作要求**或符合**期限豁免資格**。

### 我現在需要做什麼？

若要了解更多關於領取 ABAWD 的期限或填寫 ABAWD 豁免篩查表，請使用 QR 碼瀏覽 ABAWD 網頁。您也可瀏覽網站 [socialservices.alamedacounty.gov](https://socialservices.alamedacounty.gov)。

### 了解更多資訊：



或致電我們：  
**510-263-2420**

### 工作要求：

您必須滿足以下一項或多項的要求：

- 每星期至少工作 20 小時 (或每月 80 小時)
- 每星期工作時數及獲准的工作活動時數合計至少 20 小時 (或每月合計至少 80 小時)
- 每星期賺取至少 \$217.50
- 參與獲准的工作活動，如 CalFresh 就業和培訓、WIOA 計劃、社區服務項目或志願工作

### 豁免：

如果您符合以下情況，即可獲得豁免：

- 您是學生
- 您已懷孕
- 因身體或精神狀況沒有能力工作
- 獲得 CalFresh 的工作規則豁免
- 與未滿 14 歲的孩子同住
- 參與難民安置辦公室 (ORR) 計劃
- 您是印第安人、都市印第安人或加州印第安人



Alameda County  
**Social Services Agency**  
A safety net. A way forward.