



Các mức giới hạn thời gian CalFresh ABAWD

Bắt đầu từ ngày **01 tháng Sáu năm 2026**, Sở Dịch vụ Xã hội California sẽ thực hiện giới hạn thời gian cho người nhận CalFresh là Người lớn có khả năng lao động không có người phụ thuộc (Able-Bodied Adults Without Dependents, ABAWD). Các thông tin sau đây sẽ giải thích các quy định mới và cách thức quý vị có thể duy trì các quyền lợi thực phẩm thiết yếu của mình.

Ai được coi là một ABAWD?

Quý vị được coi là ABAWD nếu quý vị trong độ tuổi từ **18 đến 64**, có thể làm việc và không đủ điều kiện để được miễn trừ giới hạn thời gian ABAWD.

Giới hạn thời gian abawd là gì?

ABAWD chỉ có thể nhận CalFresh đủ **3 tháng trong khoảng thời gian 36 tháng** trừ khi họ đáp ứng các yêu cầu công việc hoặc đủ điều kiện để được miễn trừ.

Làm thế nào để duy trì quyền lợi của quý vị?

Để tiếp tục **nhận** CalFresh sau 3 tháng, quý vị phải đáp ứng các **yêu cầu công việc** hoặc đủ điều kiện để được miễn trừ.

Tôi cần làm gì hôm nay?

Để biết thêm thông tin về giới hạn thời gian ABAWD hoặc để **hoàn thành Biểu mẫu Sàng lọc Miễn trừ ABAWD**, vui lòng sử dụng **mã QR** để truy cập trang web ABAWD. Quý vị cũng có thể truy cập socialservices.alamedacounty.gov.

Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập:



Hoặc gọi cho chúng tôi:
510-263-2420



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

Yêu cầu công việc:

Quý vị phải thực hiện một hoặc nhiều điều sau đây:

- Làm việc ít nhất **20 giờ mỗi tuần** (hoặc 80 giờ mỗi tháng)
- **Kết hợp số giờ** làm việc và các hoạt động công việc được phê duyệt để đáp ứng yêu cầu 20 giờ mỗi tuần (hoặc 80 giờ mỗi tháng)
- Kiếm được ít nhất **\$217.50 mỗi tuần**
- **Tham gia vào các hoạt động công việc được phê duyệt** như Chương trình Đào tạo và Việc làm CalFresh (CalFresh Employment and Training), các hoạt động WIOA, các dự án dịch vụ cộng đồng **hoặc công việc tình nguyện**

Các trường hợp miễn trừ:

Quý vị có thể được miễn trừ nếu quý vị:

- Là học sinh
- Đang mang bầu
- Không thể làm việc do tình trạng thể chất hoặc tinh thần
- Được miễn trừ các quy định về công việc của CalFresh
- Sống với trẻ em dưới 14 tuổi
- Đang tham gia chương trình của Văn phòng Tái định cư người tị nạn (Office of Refugee Resettlement, ORR)
- Là Thổ dân da đỏ, Thổ dân da đỏ thành thị hoặc Thổ dân da đỏ California