

Nutrición Infantil

DESAYUNO Y ALMUERZO ESCOLAR

Todos los niños de bajos recursos tienen derecho de recibir alimentos en la escuela, sin importar su estado migratorio. Los niños que comen sus comidas regulares aprenden mejor y se enferman menos que otros niños. Todas las escuelas públicas y algunas escuelas privadas y parroquiales ofrecen programas de desayuno y almuerzo.

Algunas escuelas en el Condado de Los Ángeles ofrecen alimentos gratis a todos los estudiantes, según el porcentaje de estudiantes que reúnen los requisitos, sin importar el ingreso familiar.

Muchas escuelas ofrecen desayunos en la clase, a la hora de recreo o en el autobús. Pregúntele al director. Además, usted y su niño pueden influir en el menú que se sirve en la escuela al involucrarse.

► 1. Cómo se solicita este programa

A usted se le dará una solicitud para el programa de alimentos en su propio idioma al principio del año escolar o cuando su niño se traslade. Usted también puede pedir una solicitud en la oficina de la escuela en cualquier momento, puesto que si su ingreso baja durante el año, su niño puede reunir los requisitos exigidos para este beneficio.

Si usted recibe CalWORKs, estampillas de comida, o comida del programa de distribución de alimentos en las reservaciones de indios americanos, la única información que usted tiene que dar es su número de caso para que su niño automáticamente tenga derecho de recibir alimentos gratis.

Si usted no recibe CalWORKs o estampillas de comida, tendrá que hacer una lista del ingreso total de su hogar, los nombres de las personas que viven con usted y el número de seguro social del adulto que llena la solicitud. Si usted no tiene un número, solamente escriba "ninguno". No tiene que solicitar un número o dar una razón por la cual no lo tiene.

En algunos casos, usted debe darles a las escuelas alguna prueba de ingreso (mostrando su talones de pago a la secretaria de la escuela, por ejemplo). Toda la información que usted les dé será confidencial y no se le podrá dar a ninguna otra agencia gubernamental.

► 2. Límite de ingreso

Su niño tiene derecho de recibir alimentos gratis o de precio rebajado si el ingreso mensual bruto de su familia (ingreso antes de impuestos o deducciones) es inferior a estos niveles:

Familia Tamaño	Alimentos gratis	Alimentos a precio rebajado
1	\$1037	\$1,476
2	\$1390	\$1,978
3	\$1744	\$2,481
4	\$2097	\$2,984
5	\$2450	\$3,486
6	\$2803	\$3,989
7	\$3509	\$4,491
8	\$3296	\$4,994
Cada extra +\$354		+\$503
(cantidades exactas hasta el 30 de junio del 2006)		

Si la información que usted da en la solicitud lo habilita para este beneficio, su niño puede empezar a recibir inmediatamente alimentos gratis o a precio rebajado.

Los niños en hogares transitorios a menudo tienen derecho de recibir alimentos gratis, sin importar el ingreso de los padres transitorios.

El distrito fija los precios rebajados, pero la ley indica que el precio rebajado del desayuno no puede exceder 30 centavos diarios y el almuerzo no puede exceder 40 centavos diarios. El distrito puede cobrar la cantidad que quiera por los alimentos.

Alimentos adicionales para estudiantes embarazadas

En muchas escuelas las estudiantes embarazadas o que les están dando pecho a un niño pueden recibir comida adicional en el desayuno, en el almuerzo

o puede recibir un refrigerio adicional. Para tener derecho a estos alimentos, la estudiante debe dar alguna verificación por escrito de un médico, enfermera, partera, clínica, WIC o del Programa CAL-Learn, indicando que la estudiante está embarazada o que está dando pecho.

PROGRAMA DE ALMUERZO DE VERANO

Todos los niños de 18 años y menores pueden comer alimentos gratis y nutritivos del Programa de Alimentos de Verano durante el verano o en cualquier momento cuando las vacaciones escolares duren más de 15 días. No necesita una solicitud ni ningún otro papel. En las escuelas, en los parques y en los centros recreativos se sirven alimentos y refrigerios. Algunas veces hay otras actividades deportivas, juegos y artes manuales. En algunos lugares solamente sirven almuerzos, pero otros también sirven desayunos o refrigerios.

Algunos parques operan todo el año y pueden alimentar a los niños cuando están en "periodo de vacaciones" en las escuelas de año completo.

El Programa de Alimentos de Verano está en las áreas donde por lo menos la mitad de los niños tienen derecho de recibir alimentos gratis o a precios rebajados en las escuelas. Sin embargo, cualquier joven menor de 19 puede comer gratis sin importar donde viva o cual sea el ingreso de su familia. Si el niño tiene discapacidades físicas, la edad límite es 21 años.

Algunos campamentos residenciales o diurnos, al igual que albergues para personas sin hogar ofrecen el programa, pero usted tiene que llenar una solicitud como la que se requiere para los almuerzos escolares.

Para averiguar donde pueden comer sus hijos gratis cuando no están en la escuela, o si el parque, albergue o centro recreativo local no patrocina un programa de servicio de alimentos en el verano y usted está interesado en recibir estos servicios, llame a, California Food Policy Advocates al (213) 482-8200.

Nutrición Infantil

CUIDADO DE NIÑOS Y PROGRAMAS DESPUÉS DE LAS HORAS ESCOLARES

El cuidado de niños que se ofrece en la vivienda de una familia, los albergues para personas sin hogar, los programas después de las horas escolares y centros de cuidado de niños, pueden recibir fondos gubernamentales para ayudar a cubrir los costos de los alimentos y refrigerios para niños. Los niños deberán estar inscritos, tener menos de 12 años o menos de 15 si son discapacitados. Se sirven refrigerios en muchos programas después de las horas escolares. La edad límite es de 18 años.

Si usted desea cuidar niños y quiere que su agencia participe en este programa,

llame a la División de Nutrición Infantil y Distribución de Alimentos del Departamento de Educación al (800) 952-5609.

¿CUÁLES SON MIS DERECHOS?

- La ley dice que no se les puede tratar de manera diferente a los niños que reciben comida gratis o a precio rebajado de los niños que pagan el precio completo. No se permite que haya una línea por separado, diferentes alimentos o boletos, exigir trabajo a cambio del beneficio o ningún tipo de discriminación.
- Pídale a la escuela, al patrocinador del cuidado de niños o al patrocinador del programa recreativo de verano una

"audiencia imparcial" si usted solicita y se le niega la solicitud. También solicite una audiencia si recibe un aviso indicándole que le van a recortar sus beneficios. Si lo solicita dentro de 10 días, su niño continuará recibiendo los beneficios hasta que se lleve a cabo la audiencia.

- Los programas deben de cumplir con ciertas normas de salubridad y respecto a la cantidad, tipo y apariencia de la comida que se sirve. Usted puede quejarse si el lugar no cumple con estas normas y su hijo también puede tener influencia sobre las mejoras en el menú.
- Si usted está interesado en que las escuelas ofrezcan más frutas y vegetales frescos y menos "comida chatarra" usted puede llamar a la Healthy School Food Coalition al (323) 341-5097 ó llame a California Food Policy Advocates al (213) 482-8200.

Alimentos para personas mayores y personas confinadas a su hogar

▶ 1. Alimentos en congregación

Cualquier persona mayor de 60 años puede participar en programas de alimentos en congregación sin importar el ingreso. La o el esposo de los participantes también puede obtener alimentos sin importar su edad.

Hay aproximadamente 200 lugares que sirven alimentos en congregación en todo el Condado de Los Ángeles. La mayoría de estos lugares se encuentran en iglesias, sinagogas y centros comunitarios, pero usted no tiene que ser miembro de la organización patrocinadora para participar. Algunos programas pueden brindar transporte al lugar donde se sirven los alimentos o pueden enviar alimentos a casa para las personas que están temporalmente enfermas o que están confinadas a su hogar.

Debido a que los participantes pueden ayudar en la planificación del menú, sugerir el nivel de contribución y fijar las horas para servir los alimentos, estos arreglos difieren de un lugar a otro. Su clérigo o asistente social le puede recomendar un centro que se ajuste a sus necesidades y preferencias.

Usted puede recibir ayuda para buscar un programa llamando al (213) 738-4004, si usted vive en cualquier lugar del

Condado de Los Ángeles. No se les puede pedir a los participantes que paguen por los alimentos. Sin embargo, a menudo se sugiere que se dé una contribución para apoyar al programa. Cada participante decide la cantidad que él o ella puede contribuir, si usted puede hacerlo y la contribución de este dinero debe ser completamente anónima. Algunos programas de alimentos en grupo están autorizados para aceptar estampillas de comida.

▶ 2. Programa de Bolsas de Comida

Si usted es mayor de 60 años y es de bajos recursos, puede participar en el programa de bolsas de comida. Cada mes usted puede obtener dos bolsas de comida (aproximadamente 18 libras de comida), incluyendo comida enlatada y comida seca, productos congelados, pan y productos lácteos. Usted tiene que llenar una solicitud. Algunos programas de bolsas de comida piden una pequeña cuota de membresía, pero esto no se requiere para que usted participe. Usted también puede ofrecerse de voluntario para distribuir la comida. Para encontrar un programa de bolsas de comida cerca de usted, llame al Banco de Comida Regional de Los Ángeles al (323) 234-3030. Hay 23 sitios en todo el Condado de Los Ángeles.

▶ 3. Alimentos Sobre Ruedas

Hay grupos que entregan alimentos en forma regular a aquéllos que están confinados a su hogar. Cada grupo establece sus propias reglas acerca de la forma en que se servirán los alimentos, al igual que los días de la semana y la hora en que se tendrán disponibles los alimentos. La mayoría de los programas requieren algún tipo de evidencia para participar, tal como el no poder cocinar o hacer compras debido a una enfermedad, debilidad o discapacidad. Algunos programas pueden brindar dietas especiales. A usted no le puede pedir que pague por los alimentos cuando el programa depende de fondos federales, pero los grupos patrocinadores le pedirán una pequeña contribución. Algunos programas de alimentos sobre ruedas están autorizados para aceptar estampillas de comida. Para saber más información llame al (213) 738-4004.

▶ 4. Proyecto "Angel Food"

El Proyecto "Angel Food" es una agencia privada que entrega comidas calientes gratis a las personas confinadas a su hogar que padecen de SIDA. Ellos tienen el mismo día de servicios en estas áreas: Venice, Este de Los Ángeles, Pasadena, Norte de Hollywood, Silver Lake, y Sur Central. Llame al (323) 845-1800 para recibir alimentos o al (323) 845-1816 para ofrecerse de voluntario.