

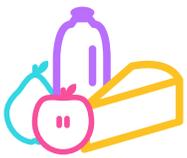
Encontrar comida durante la pandemia

La inseguridad alimentaria en la comunidad autista está empeorando debido a la pandemia, particularmente en las comunidades minoritarias. Si le preocupa dónde encontrar comida, hay lugares cercanos que pueden ayudarlo.



Llame a la escuela de su hijo.

El USDA, que administra el programa de comidas gratuitas y a precio reducido en las escuelas públicas, realizó cambios durante la pandemia para que los niños puedan llevarse las comidas a casa. Algunos estados también permiten que los padres recojan las comidas de sus hijos. Llame a la escuela de su hijo para averiguar qué hay disponible para usted. También puede visitar el sitio de [Meals 4 Kids](#) para encontrar fuentes de alimentos cerca de usted para sus hijos.



Encuentre su banco de alimentos local, despensa de alimentos u otro programa de alimentos.

Feeding America le permite buscar por código postal para encontrar bancos de alimentos cerca de usted. Visite feedingamerica.org/find-your-local-foodbank.

No Kid Hungry tiene un [buscador de comidas gratis \(Free Meals Finder\)](#). Trabajaron con los estados y el USDA para desarrollar un mapa para ayudar a las familias a encontrar fácilmente comidas gratuitas para sus hijos. Simplemente ingrese su código postal y le mostraremos los sitios de comidas escolares, los bancos de alimentos y más lugares que sirven comida cerca de usted.

Es probable que su área tenga una **Agencia de Acción Comunitaria (CAA, Community Action Agency)** que ofrece varios programas de apoyo comunitario. Estas agencias coordinan los servicios públicos y la asistencia para el alquiler, y algunas pueden ofrecer asistencia financiera y fondos de emergencia. Busque el CAA de su región aquí: <https://communityactionpartnership.com/find-a-cap/>



Solicite programas de asistencia alimentaria.

SNAP (Programa de asistencia nutricional suplementaria) proporciona dinero en una tarjeta de beneficios electrónica para usar como una tarjeta de débito en supermercados y otros minoristas. Visite fns.usda.gov/snap/state-directory para elegir su estado, averiguar si es elegible y solicitar los beneficios.

Programas de nutrición infantil Su banco de alimentos local puede ayudarlo a encontrar un sitio para comidas y refrigerios saludables gratuitos para los niños mientras no están en la escuela, como los fines de semana, las vacaciones y las vacaciones de verano.

WIC (Mujeres y Bebés) es como SNAP pero para personas con bajos ingresos y que están embarazadas o tienen hijos menores de 5 años. Visite este [website](#) para encontrar la información de contacto de su agencia estatal de WIC. Luego puede llamar para averiguar si es elegible y solicitar los beneficios.



Pida ayuda a sus proveedores de atención médica.

Es posible que su médico de cabecera o pediatra pueda ayudarlo a encontrar recursos alimentarios locales y programas sociales que puedan ayudarlo.



Comuníquese con una iglesia o lugar de culto en su área.

Muchas casas de culto tienen programas de asistencia alimentaria o pueden conectarlo con los recursos alimentarios locales. Incluso si no es miembro de la congregación, estos programas generalmente están disponibles para cualquier persona de la comunidad.