



# Need food? Contact Second Harvest today!

You don't have to choose between paying bills or buying food. Respectful and confidential help is available. Contact us today!

Learn more at: [shfb.org/food](http://shfb.org/food)

Call (Weekdays 8 a.m.–5 p.m.):  
1-800-984-3663

Text “food” to: 1-408-455-5181

Email: [food@shfb.org](mailto:food@shfb.org)

## Nutritious food is available for you and your family

# Everyone needs a little help sometimes

## Programs include:



### Groceries and produce for anyone in need

Free from Food Bank partners across Santa Clara and San Mateo Counties



### Meals for anyone in need

Prepared meals, served in community locations



### Meals for kids

Meals during the school year and in the summer



### CalFresh for people of all ages who qualify

An EBT debit card you can use at stores and farmers' markets



### Women, Infants & Children

WIC provides food vouchers and nutrition education for pregnant women and children under age five



Contact Second Harvest Food Bank today. Our friendly staff speaks English, Spanish, Vietnamese, Chinese and Tagalog.



## ¿Necesita comida? ¡Llame al Banco de Comida, Second Harvest hoy!

No tiene que elegir entre pagar sus cuentas o comprar comida. Podemos ayudarle con respeto y confidencialidad. ¡Póngase en contacto con nosotros hoy mismo!

En la web: [www.shfb.org/food](http://www.shfb.org/food)

Por teléfono: 1-800-984-3663  
(de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.)

Por texto: 1-408-455-5181 envíe la  
palabra: COMIDA

Por correo electrónico: [food@shfb.org](mailto:food@shfb.org)

Alimentos nutritivos están  
disponibles para usted y su  
familia

# Todos necesitamos un poco de ayuda de vez en cuando

Los programas de asistencia incluyen:



### Despensas, frutas y verduras GRATIS

Para quien lo necesite en agencias asociadas con el Banco de Comida en los Condados de Santa Clara y San Mateo



### Comidas preparadas para quien lo necesita

Se sirven en organizaciones de la comunidad



### Comidas para niños

Comidas durante el año escolar y en el verano



### CalFresh para personas de todas las edades que reúnen los requisitos

Una tarjeta de débito (EBT) que se puede utilizar en tiendas y mercados



### WIC

Ofrece cupones para comida y educación sobre nutrición para mujeres embarazadas y niños menores de cinco años



¡Contacte al Banco de Comida, Second Harvest hoy!  
Nuestro amable personal habla Inglés, Español,  
Vietnamita, Chino y Tagalog.