

Programa de Nutrición de los Mercados Agrícolas

¡Una experiencia divertida para toda la familia!



Usando sus cheques de Mercados Agrícolas

- Cada cheque tiene un valor de \$10.00.
- Debe gastar el cheque completo con un solo granjero.
- Granjeros no pueden dar cambio.
- Los cheques sólo se pueden utilizar para comprar alimentos elegibles de granjeros autorizados por WIC.
- Granjeros no pueden aceptar los cheques rotos, dañados o cheques sin número de serie.
- Si su compra cuesta más que el valor del cheque, puede pagar el monto extra en efectivo u otra forma de pago.

¡Use los cheques antes del 30 de Noviembre!

Solo los granjeros autorizados por WIC pueden aceptar cheques del FMNP. Busque el signo WIC en el puesto del granjero.



Dónde usar los cheques de Mercados Agrícolas

Use los cheques en cualquier mercado agrícola autorizado por WIC. **No puede** usarlos en los supermercados.

Encontrar un Mercado Agrícola autorizado por WIC en su área:

- Solicite una lista a su oficina local de WIC.
- Use la aplicación gratuita de WIC en su teléfono inteligente.
- Vaya a sitio wicfarmers.ca.gov
- Visite el sitio MyFamily.WIC.ca.gov

Mantener los cheques seguros

- Trate sus cheques como si fueran efectivo.
- Los cheques perdidos o robados no serán reemplazados. Reporte a su agencia de WIC la pérdida o el robo de cheques

Compre lo fresco. Compre lo Local.

Puede comprar:

- ✓ Frutas frescas
- ✓ Verduras frescas
- ✓ Hierbas frescas cortadas
(Se permiten Orgánicas)

No puede comprar:

- ✗ Miel
- ✗ Huevos
- ✗ Nueces
- ✗ Flores
- ✗ Productos horneados
- ✗ Alimentos procesados
- ✗ Frutas secas (incluyendo las pasas)
- ✗ Plantas
- ✗ Carne/pescado

¡Frutas y Verduras son excelentes!

- Se puede comer en cualquier momento.
- Se hace una merienda saludable.
- Son bajas en calorías.
- Son ricas en vitaminas, minerales y antioxidantes.
- Añadirán color y textura y agregan atractivo a cada comida
- Aportan fibra que ayuda a bajar el colesterol, a prevenir el estreñimiento y a controlar el azúcar en la sangre.



¿Preguntas o Preocupaciones?

Si siente que ha estado tratado injustamente, puede presentar una queja ante la División WIC del Departamento de Salud de California.

Visite wicfarmers.ca.gov para acceder el formulario de queja.



WIC and Senior Farmer Market Nutrition Program Complaint Form		
Complainant Information		
Today's Date	First Name	Last Name
Street Address	City	State Zip Code
Telephone Number	Email Address	
Double click the box that best describes who you are: <input type="checkbox"/> Client (shopper) <input type="checkbox"/> Farmer/producer <input type="checkbox"/> Farmer/manager <input type="checkbox"/> Farmer/vendor <input type="checkbox"/> WIC/WIC staff <input type="checkbox"/> Other: Please Explain:		
Incident Information		
Date of Incident	Type of Incident	
Location of incident/farm/stand	Who or what is this complaint regarding? Double click the appropriate category listed.	
<input type="checkbox"/> Farmer's Market	<input type="checkbox"/> Local WIC Office	<input type="checkbox"/> WIC Office
<input type="checkbox"/> Other: Please Explain	<input type="checkbox"/> State WIC or CDPH	
Please describe the complaint. Use additional sheets of paper if needed.		
What is the desired outcome of this complaint?		
How to Submit the Form		
By Mail: COMPLETED, Confidentiality List, 9011 Lorraine Drive, Sacramento CA 95834		
By Phone: (916) 682-8870		
By email: wic@cdph.ca.gov		



California Department of Public Health, California WIC program

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

1-800-852-5770 | MyFamily.WIC.ca.gov

(Spanish) Rev 05/24

