

# 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](http://wicfarmers.ca.gov)
- Visite el sitio [MyFamily.WIC.ca.gov](http://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](http://wicfarmers.ca.gov) para acceder el formulario de queja.

**WIC and Senior Farmer Market Nutrition Program Complaint Form**

**Complainer Information**

Today's Date: First Name: Last Name:  (Print)  (Type)

Street Address: City: State: Zip Code:

Telephone Number: E-mail Address:

Check the box that best describes who you are:

Client  Farmer/Producer  Farmer/Manager  Farmer/Vendor  WIC/SMNC Staff

Other: Please Explain:  (Print)  (Type)

**Incident Information**

Date of Incident: Time of Incident:

Location or address of incident:  (Print)  (Type)

Who or what is this complaint regarding? Double click the appropriate category listed.

Farmer's Market  Local WIC Office  WIC Office  State WIC or CDFA

Other: Please Explain:

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:  (Print)  (Type)

Complaints List  
3001 Lawrence Drive  
Berkeley CA 94704

By Phone: (909) 852-5770

By email: [wic@cpdh.ca.gov](mailto:wic@cpdh.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](http://MyFamily.WIC.ca.gov)

(Spanish) Rev 05/24

