






¿Tiene usted y su familia acceso a desayunos, almuerzos y cenas?

Si no puede contestar que sí, lea lo siguiente.

¿Quién?	¿Qué?	¿Dónde?
<p>Todos</p> 	<p>Solicite una tarjeta de SNAP EBT para comprar alimentos. Es como una tarjeta de débito.</p> <p>Las alacenas y comedores comunitarios proveen acceso a alimentos para usted y su familia.</p>	<p>SNAP: Diríjase a NJHELPS.org</p> <p>Si no tiene acceso al internet, Llame al 1-800-687-9512</p>
<p>Las mujeres que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Están embarazadas • Recién dieron a luz • Están amamantando <p>Niños menores de 5 años</p>  	<p>WIC-(Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños)</p> <p>WIC proporciona un vale o cupón para comprar ciertos alimentos saludables para asegurarse de que las madres y los niños estén sanos.</p> <p>WIC FMNP (Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores). WIC FMNP provee cupones que se pueden utilizar para hacer compras en los mercados agrícolas o en los puestos de vegetales y frutas a lo largo de las carreteras.</p>	<p>WIC/WIC FMNP:</p> <p>Llame al 1-800-328-3838</p> <p>O llame a su oficina local de WIC</p>
<p>Niños en grados K-12</p> 	<p>Programa de Comidas Escolares y Programa de Servicios Alimenticios de Verano</p> <p>Durante el verano, algunos programas ofrecen desayunos y almuerzos gratuitos a los niños.</p>	<p>National Hunger Hotline</p> <p>Llame al 1-866-3-HUNGRY</p> <p>O diríjase a www.fns.usda.gov/Summerfoodrocks</p>
<p>Personas Mayores de 60 años</p> 	<p>Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores para Ancianos (SFMNP)</p> <p>SFMNP provee cupones que se pueden usar para comprar frutas, vegetales, miel y hierbas frescas.</p>	<p>SFMNP: Llame al 1-800-328-3838</p> <p>o a su oficina local para Personas de la Tercera Edad</p> <p>o diríjase: www.nj.gov/health/fhs/wic/farmermktseior.shtml</p>

Para más información diríjase a la sección "HOW TO" de la página snaped4me.org



To Apply for SNAP visit www.njsnap.org

This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP). To apply for SNAP, call or go to your local SNAP office. In NJ apply online at: www.NJHELPS.org; or to learn more go to www.fns.usda.gov/fsp. USDA is an equal opportunity provider and employer.

Cooperating Agencies: Rutgers, The State University of New Jersey, U.S. Department of Agriculture, and County Boards of Chosen Freeholders. Rutgers Cooperative Extension, a unit of the Rutgers New Jersey Agricultural Experiment Station, is an equal opportunity program provider and employer.

