

Socios de Double Up



Transforming Food Systems



!Coma fresco! Ven al mercado para encontrar sus frutas y verduras favoritas.

| Mayo | Junio | Julio | Agosto | Sept | Oct | Nov |
|-------------------------|--------|-------------|------------------|----------|---------------------|-----|
| | | | Manzana | | | |
| | | Damasco | | | | |
| Esparrago | | | | | | |
| | | Remolacha | | | | |
| | | | Brocólí | | | |
| | | | | Repollo | | |
| | | | Melón | | | |
| | | Zanahoria | | | | |
| | | | | Coliflor | | |
| | | Celery/Apio | | | | |
| Acelga | | | | | | |
| Cereza | | | | | | |
| | | Pepino | | | | |
| | | | Berenjena | | | |
| | | | Ejotes/Guisantes | | | |
| Hierbas | | | | | | |
| | | | Melón verde | | | |
| Lechuga (hoja y cabeza) | | | | | | |
| Cebolla | | | | | | |
| | | Durazno | | | | |
| | | | Peras | | | |
| | | Pimentón | | | | |
| Frijoles | | | | | | |
| | | | Ciruela | | | |
| | | Papas | | | | |
| | | | | Calabaza | | |
| | | Frambuesa | | | | |
| Ruibarbo | | | | | | |
| Espinaca | | | | | | |
| | | Calabacitas | | | | |
| | Fresas | | | | | |
| | | Maíz/Elote | | | | |
| | | Tomates | | | | |
| | | | | Sandia | | |
| | | | | | Calabacita Invierno | |



DOUBLE UP
FOOD BUCKS™

Double Up Food Bucks



Usuario de SNAP:
¡Duplique sus dólares para alimentos!
¡Obtenga más frutas y verduras!



BOULDER COUNTY
PUBLIC HEALTH
Opportunity for a Healthy Life

Mercados de Agricultores

Hasta
\$20
Por Día

- 1** Compre cupones de SNAP con su tarjeta EBT en la caseta informativa del mercado de agricultores. Estos cupones se pueden usar para comprar artículos elegibles de SNAP.
- 2** Obtenga un importe equivalente en Double Up Food Bucks. Estos cupones se pueden usar para comprar más frutas y verduras.
- 3** Haga las compras. Busque proveedores que acepten SNAP y DU Bucks.



Boulder Farmers Market

13th St, entre Arapahoe Ave & Canyon Blvd
Sábados de 8 a.m. a 2 p.m.
Del 1er sáb. de abril al 3er sáb. en noviembre
Miércoles de 3:30 a 7:30 p.m.
1er mié. de mayo al 1er mié. de octubre
bcfm.org/food-access

Longmont Farmers Market

Boulder County Fairgrounds, 9595 Nelson Rd
Sábados de 8 a.m. a 1 p.m.
1er sáb. de abril al 3er sáb. en noviembre
Mercado de invierno: 9 a.m. a 3 p.m.
1er sáb. y dom. de diciembre
bcfm.org/food-access

Louisville Farmers Market

824 Front St
Sábados de 9 a.m. a 1 p.m.
2do sáb. de mayo al 2do sáb. de octubre
realfarmersmarketco.com/louisville-farmers-market

Nederland Farmers Market

80 E. Second St
Domingos de por medio de 10 a.m. a 2 p.m.
De mayo a octubre
nederlandfarmersmarket.org

Puestos Agrícolas

- 1** Compre frutas y verduras frescas con su tarjeta EBT de SNAP.
- 2** Obtenga el 50% de descuento en su compra de productos agrícolas al pagar con la tarjeta EBT.
- 3** Haga las compras de productos frescos siempre que el puesto agrícola esté abierto o regístrese para recibir una caja semanal de productos agrícolas con una cuota de CSA.

Growing Gardens: Boulder

1630 Hawthorn Ave
Miércoles de 3:30 a 6:30 p.m.
Del último mié. de Mayo al 3er mié. de noviembre
growinggardens.org

Growing Gardens: Longmont

950 Lashley St
Jueves de 4 a 6 p.m.
Del 2do jue. de julio al 3er jue. de octubre
growinggardens.org

Jack's Solar Garden

Sprout City Farms: Longmont
8102 N. 95th St
Inscribese para recibir semanalmente una caja de CSA (agricultura con apoyo de la comunidad).
20 semanas, de julio a octubre
sproutcityfarms.org



Recetas

Eche un vistazo a estos sitios web para ver recetas fáciles con productos agrícolas locales y de estación
boco.org/FarmersMarketCookbook
boco.org/FarmtoECERecipes

Más Información

Para ver si reúne los requisitos a la asistencia alimentaria, llame al **303.441.1000** o visite **BoulderCountyFoodAssistance.org**
Para obtener más información sobre el programa Double Up Food Bucks, llame al **303.441.1564** o visite **boco.org/doubleup** or **doubleupcolorado.org**

Double Up Food Bucks es una colaboración de Nourish Colorado

