



農貿市場和農貿商店： 使用 WIC 農貿市場福利購 物的提示

利用 WIC 農貿市場福利購買當地種植的新鮮農產品。農貿市場福利可以在全州範圍內經授權的農貿市場和農貿商店使用。在華盛頓州以及與之接壤的愛達荷州和俄勒岡州的各縣，這些福利是使您可以品嚐到當地種植的各種農產品的絕佳途徑。



尋找經授權的種植戶

請在農貿市場或農貿商店尋找經授權的種植戶所展示的這一標誌，以找到接受 WIC 農貿市場福利的種植戶。

有此標誌的經授權的種植戶是唯一可以接受 WIC 福利的種植戶。

WIC 工作人員還可以幫助您找到在您所在的區域可以使用 WIC 農貿市場福利的地點。



敬請詢問問題

不確定瓜是否成熟或不知道這種長相奇特的水果是什麼？敬請向經授權的種植戶問詢！

他們非常喜歡與顧客交談，並分享他們所知道的資訊。



早點去

農貿市場和農貿商店通常在早上人較少。這樣可以更容易地帶著孩子購物，尤其是在推著大嬰兒車的時候。同時，這也是農產品選擇最多的時候。您可以從 6 月 1 日開始使用農貿市場福利。

或者，晚點去

您通常可以在市場或農場快要關門時，得到更優惠的價格。經授權的種植戶寧願以更低的價格出售他們的農產品，也不願在一天結束時再把所有東西收拾起來。



利用農貿市場福利享
受更多當地的農產品

農貿市場和農貿商店： 使用 WIC 農貿市場福利購 物的提示



WIC 參與者可
以在 6 月 1 日
至 10 月 31
日期間使用農貿
市場福利。

在旺季購買

農產品的生長季節開始得較慢。水果和蔬菜在生長季節的開始和結束時可能會比較有限。在生長季節的中期，您會獲得更優惠的價格和更新鮮美味的農產品。請向您的 WIC 辦公室索取季節性農產品日曆。

嘗試新的農產品！

農貿市場或農貿商店的農產品可能與您在超市里習慣看到的樣子大不相同。在農貿市場，您會發現更多種類的顏色、形狀和大小的農產品。

食用整個植物，從根到枝葉

許多植物都有多個可以食用的部分。像甜菜、防風草和甚至蘿蔔這樣的根莖類作物，既有可以食用的根部，也有可以食用的葉子。請向經授權的種植戶諮詢每種植物都有哪些部分是可以食用的。

大量購買

當客戶大量購買時，經授權的種植戶通常會願意給予優惠。

我的 WIC 辦公室：

電話號碼：

聯絡方式：

我的下一次預約：

我的目標：

注意：

本機構提供平等機會。
華盛頓州 WIC 不歧視任何人。
如需獲取本文件的其他格式，請致電
1-800-841-1410。聽障或聽不清的客
戶，請致電 711 (Washington Relay)
或寄電子郵件至 WIC@doh.wa.gov。