

عنوان مارکیت های دهقانان و فروشگاه های مزرعه: نکات معلوماتی برای خریداری با مزایای مارکیت دهقانان WIC



از مزایای مارکیت دهقانان WIC برای خرید محصولات تازه و محلی استفاده کنید. می توان از مزایای مارکیت دهقانان در مارکیت های دهقانان و فروشگاه های مزرعه مجاز ایالت استفاده کرد. آنها یک راه عالی برای آشنا شدن با انواع محصولاتی که در واشنگتن و ناحیه های هم مرز در آیداهو و اوریگن رشد می کند، هستند.

تولید کنندگان مجاز را پیدا کنید

در جستجوی این علامت باشید که توسط تولید کنندگان مجاز در مارکیت های دهقانان یا فروشگاه های مزرعه نمایش داده می شود تا تولید کنندگانی را بیابید که مزایای بازار دهقانان WIC را می پذیرند. تنها تولید کنندگان مجاز با این علامت تولید کنندگانی هستند که می توانند مزایای WIC شما را بپذیرند. کارکنان WIC همچنین می توانند در یافتن مکان های که می توانید از مزایای مارکیت دهقانان WIC در ساحه تان استفاده کنید، به شما کمک کنند.



زودتر بروید

مارکیت های دهقانان و فروشگاه های مزرعه معمولاً در اوایل صبح کمتر ازدحام دارند. این کار خرید با اطفال را به خصوص هنگام تپله کردن یک ستروالر (گادی گک خریداری) بزرگ آسان تر می کند. همچنین این وقتی می باشد که بهترین انتخاب محصولات وجود دارد. شما می توانید از 1 جون استفاده از مزایای مارکیت دهقانان تان را آغاز نمایید.

یا دیر بروید

اکثر اوقات می توانید معاملات بهتری را یک لحظه قبل از بسته شدن مارکیت یا مزرعه دریافت کنید. تولید کنندگان مجاز ترجیح می دهند محصولات خویش را با قیمت کمتر بفروشند، نه اینکه در پایان روز همه چیز را بسته بندی کنند.



سوالات را پرسید

مطمئن نیستید که خریزه رسیده است یا خیر یا آن میوه خنده آور چیست؟ از تولید کنندگان مجاز پرسید! آنها از صحبت کردن با مشتریان خویش و به اشتراک گذاشتن معلوماتی که دارند لذت می برند.



با مزایای مارکیت دهاقین،
از محصولات محلی
بیشتری لذت ببرید

دفتر WIC من:

شماره تلفون:

مخاطب:

وقت ملاقات بعدی:

هدف من:

یادداشت ها:

WIC تعیض قائل نمی شود. این یک نهاد
فراهم کننده فرصتهای مساوی میباشد.
WIC تعیض قائل نمی شود.

برای درخواست این سند به فارمت دیگری،
لطفاً به این شماره 1-800-841-1410 زنگ
بزنید. مشتریان کر یا افرادی که در بخش
شینوای مشکل دارند، لطفاً به شماره 711
(Washington Relay) زنگ بزنند یا به این
آدرس wic@doh.wa.gov ایمیل ارسال کنند.

عنوان مارکیت های دهقانان و فروشگاه های مزرعه: نکات معلوماتی برای خریداری با مزایای مارکیت دهقانان WIC

شرکت کنندگان
WIC می توانند
از مزایای مارکیت
دهقانان خویش از 1
جون الی 31 اکتوبر
استفاده کنند.



در فصل اوج خریداری کنید

فصل رشد به آرامی شروع می شود. امکان دارد میوه ها و سبزیجات در شروع و پایان فصل
های مربوطه آنها محدود باشد. در مابین فصل رشد، معاملات بهتر و محصولات خوشمزه تری
را دریافت خواهید کرد. از دفتر WIC تان یک جنتری محصولات فصلی بخواهید.

چیزهای جدید را امتحان کنید!

امکان دارد محصول در مارکیت دهقانان یا فروشگاههای مزرعه نسبت به آنچه در فروشگاه
مواد غذایی دیده اید، بسیار متفاوت به نظر برسد. در مارکیت دهقانان، تنوع بیشتر رنگ ها،
شکل ها و اندازه ها را خواهید یافت.

نباتات را از ریشه تا سر کامل بخورید

بسیاری از نباتات دارای بخش های خوراکی متعددی می باشند. محصولات ریشه ای مانند
چغندر، زردک سفید و حتی شلغم، ریشه و برگ هایی دارند که قابل خوردن هستند. از
تولید کنندگان مجاز بپرسید که کدام بخش از هر نبات را می توانید بخورید.

به مقدار زیاد بخرید

تولید کنندگان مجاز اکثراً می خواهند هنگام خرید به مقدار زیاد، به مشتریان نرخ خوب بدهند.

