



*¡Todos pueden comprar en
el mercado agrícola!*

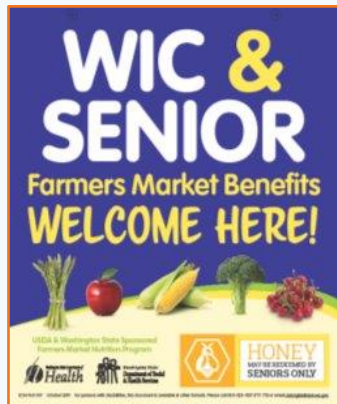
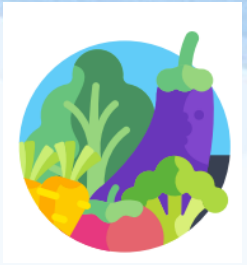
Uso de los beneficios en mercados agrícolas y los beneficios mensuales en frutas y verduras para comprar en los mercados y puestos agrícolas

Resumen rápido: Dos tipos de beneficios del WIC para frutas y verduras



Tipo de beneficio	Cuándo usarlo	Dónde usarlo
Beneficios mensuales en frutas y verduras	<ul style="list-style-type: none"> • Entre la "primera fecha para usar" y la "última fecha para usar" • Todo el año en cualquier mercado o puesto agrícola autorizado 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiendas de comestibles • En farmacias Walgreens • En mercados y puestos agrícolas autorizados
Beneficios en mercados agrícolas	Del 1 de junio al 31 de octubre	<ul style="list-style-type: none"> • En mercados y puestos agrícolas autorizados

Resumen rápido: Dos tipos de beneficios del WIC para frutas y verduras




Tipo de beneficio	De cuánto es el beneficio	Con qué frecuencia se recibe el beneficio
Beneficios mensuales en frutas y verduras	Mujeres embarazadas: \$47 Mujeres en lactancia: \$52 Mujeres en posparto: \$47 Niños (de entre 9 y 11 meses): \$4-\$8 Niños: \$26	Todos los meses
Beneficios en mercados agrícolas	\$30 para cada participante que reúne los requisitos Máximo de \$90 por familia	Una vez por temporada del mercado agrícola

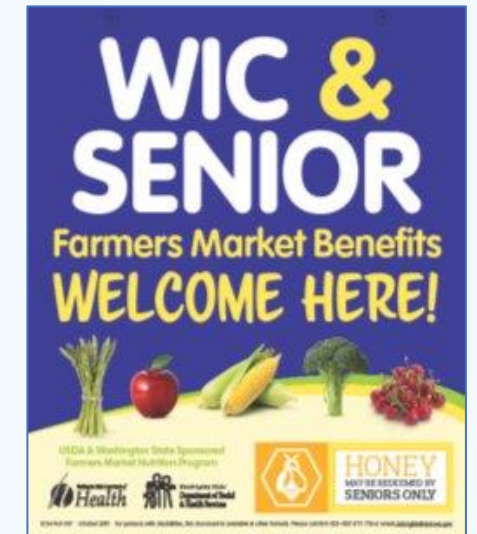
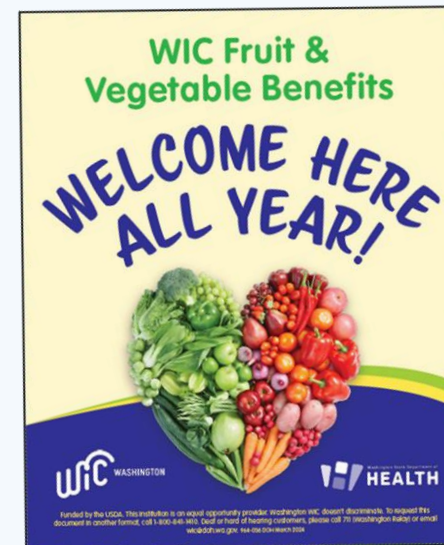
Compras del WIC en los mercados y puestos agrícolas

- Cómo prepararse:
 - Dónde comprar
 - Cómo hallar el código QR
 - Qué comprar y cuántos beneficios puede obtener
 - Cómo usar sus beneficios en los mercados y puestos agrícolas
 - Cuándo usar sus beneficios
 - Cómo obtener ayuda



Sepa dónde comprar

1. Busque mercados y puestos agrícolas autorizados:
 - a) Haga clic en el botón  "Puestos y mercados del WIC" en la aplicación WICShopper.
 - b) Puede consultar las listas de los mercados que hay en las zonas este y oeste de Washington en la página de internet del mercado agrícola (wicfmnp.com).
2. Busque estos carteles para identificar a los productores que pueden aceptar los beneficios en mercados agrícolas y los beneficios mensuales en frutas y verduras:
 - ¡AQUÍ ACEPTAMOS beneficios en mercados agrícolas para personas de la tercera edad y WIC!
 - ¡AQUÍ ACEPTAMOS beneficios del WIC en frutas y verduras!



Estos productores ofrecen frutas, verduras y hierbas frescas producidas en Washington o en la frontera de los condados de Oregón e Idaho.

Sepa cómo hallar su código QR

Busque y guarde su código QR del WIC y asegúrese de tenerlo a la hora de hacer las compras.

- Aplicación WICShopper
 - Registre su tarjeta del WIC en la aplicación
 - Use el código QR
- Tarjeta del WIC
 - Su clínica del WIC tendrá tarjetas del WIC con códigos QR impresos
- Consulte con el personal del WIC
 - El personal puede brindarle ayuda para obtener una copia de su código QR
 - Guarde su código QR en el teléfono



Sepa cuánto dinero tiene para gastar

- Cada participante que reúne los requisitos recibe \$30 de **beneficios en mercados agrícolas** con un máximo de 3 participantes por familia (máximo de \$90).
- Los **beneficios mensuales en frutas y verduras** varían según el participante:
 - Mujeres embarazadas: \$47
 - Mujeres en lactancia: \$52
 - Mujeres en posparto: \$47
 - Bebés (de entre 9 y 11 meses): \$4-\$8
 - Niños: \$26
- Busque el menú "Mis beneficios" en la aplicación WICShopper para ver cuántos beneficios en frutas y verduras hay disponibles.



Sepa qué comprar

- Use sus beneficios en mercados agrícolas y los beneficios mensuales en frutas y verduras para adquirir productos locales en los mercados y puestos agrícolas.
- Elija:
 - Frutas frescas
 - Verduras frescas
 - Hierbas frescas



Sepa qué comprar

Busque el calendario de frutas y verduras de estación en el reverso del [Manual sobre cómo usar su código QR del WIC](#).

CALENDARIO DE FRUTAS Y VEGETALES DE TEMPORADA

Enero

Vegetales: remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa, calabaza

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: perejil, romero

Mayo

Vegetales: espárrago, remolacha, lechuga, papa, espinaca, calabacín

Frutas: fresas

Hierbas: cilantro, romero

Septiembre

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabacín

Frutas: manzana, arándanos, nectarina, melocotón, pera

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Febrero

Vegetales: remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Junio

Vegetales: espárrago, remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, lechuga, cebolla, espinaca, calabacín

Frutas: cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: cilantro, romero

Octubre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, zanahoria, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: manzana, pera

Hierbas: cilantro, perejil, romero

Marzo

Vegetales: espárrago, remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Julio

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, lechuga, cebolla, espinaca, calabacín

Frutas: arándanos, cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Noviembre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: manzana, pera

Hierbas: cilantro, perejil, romero

Abril

Vegetales: espárrago, remolacha, col rizada, puerro, papa, espinaca

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Agosto

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, lechuga, cebolla, papa, espinaca, calabacín

Frutas: manzana, arándanos, cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Diciembre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: perejil, romero

Sepa qué no comprar

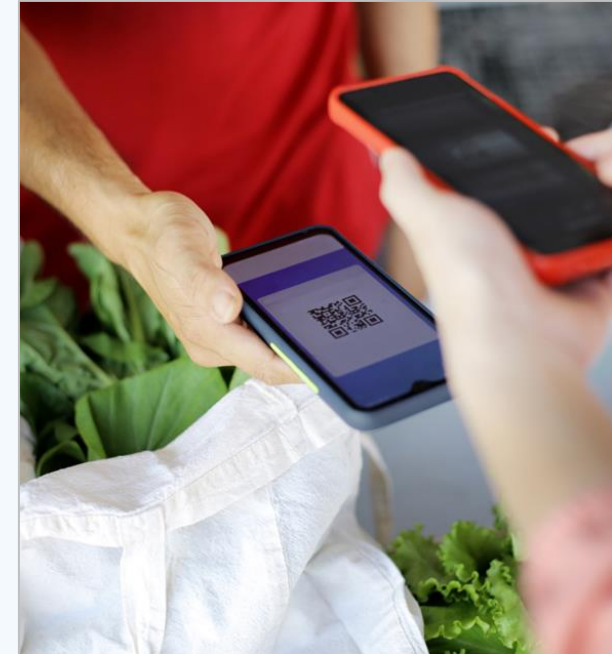
Sus beneficios en mercados agrícolas y sus beneficios mensuales en frutas y verduras **no** pueden usarse para comprar los siguientes productos:

Miel	Mariscos
Frutas deshidratadas	Frutos secos o semillas
Verduras deshidratadas	Mermeladas
Huevos	Flores
Leche	Plantas en macetas
Carnes	Productos horneados
Alimentos preparados	Hierbas secas

Sepa cómo usar sus beneficios en los mercados y puestos agrícolas

- Lleve su código QR al mercado.
- Seleccione las frutas y verduras del productor autorizado en el mercado o puesto agrícola.
- El productor escaneará el código QR e ingresará el monto de la compra en su teléfono inteligente móvil.
- El productor le mostrará el precio de la compra de las frutas y verduras.
 - Debe confirmar el precio con el productor antes de completar la transacción.

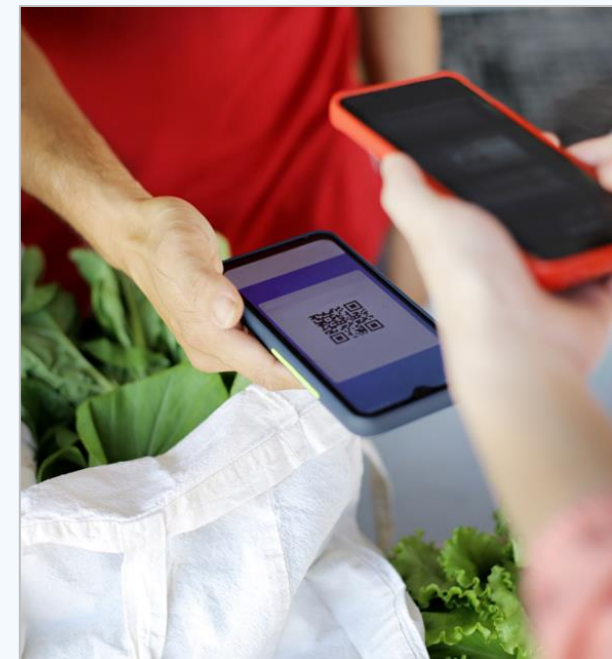
Estos carteles indican que el productor está autorizado



Sepa cómo usar sus beneficios en los mercados y puestos agrícolas

Estos carteles indican que el productor está autorizado

- El productor le pedirá que escriba el PIN de 4 dígitos de su tarjeta del WIC para aprobar el precio de la compra.
 - No diga en voz alta su PIN al productor.
- Si recibe beneficios en mercados agrícolas y beneficios mensuales en frutas y verduras, los **beneficios en mercados agrícolas deben usarse siempre antes** que los beneficios en frutas y verduras.
- Si los beneficios del WIC no le alcanzan para cubrir la compra, puede pagar con otro método u optar por comprar menos productos.



Este es el Manual sobre cómo usar su código QR de WIC



FOLLETO SOBRE CÓMO USAR EL CÓDIGO QR DE WIC EN MERCADOS Y PUESTOS AGRÍCOLAS AUTORIZADOS

Puede usar el código QR de WIC para acceder a los beneficios mensuales en frutas y vegetales, y a los beneficios del Programa de Nutrición de los Mercados Agrícolas (FMNP, Farmers Market Nutrition Program). Visite el sitio web de [beneficios en frutas y vegetales de WIC](#) y el sitio web del [Farmers Market Nutrition Program](#).

Siga los pasos a continuación para usar el código QR de WIC:



PASO 1

Encuentre un mercado o puesto agrícola de WIC autorizado.

CONSEJO Busque en la aplicación WICShopper o consulte una lista en el sitio web del FMNP.



PASO 2

Asegúrese de tener su código QR de WIC.

CONSEJO Encuentre el código QR en la aplicación WICShopper o en su tarjeta de WIC. Si recibe el código QR por correo electrónico, tómelo una foto y guárdela en su teléfono.



PASO 3

Seleccione las frutas y los vegetales que quiere. Consulte el reverso para ver el Calendario de frutas y vegetales de temporada.

CONSEJO Busque puestos de agricultores que incluyan estos carteles.



PASO 4

El agricultor escaneará el código QR con su teléfono móvil e ingresará el monto de la compra.

CONSEJO Los agricultores pueden ingresar manualmente su número de tarjeta de WIC si se olvida de llevar el código QR o si surgen problemas al escanearlo.



PASO 5

Verifique el monto de la compra e ingrese el PIN de 4 dígitos de su tarjeta de WIC.

CONSEJO Los beneficios del FMNP se usarán antes que los beneficios en frutas y vegetales de WIC. Nota: Si los beneficios no le alcanzan para cubrir la compra, puede pagar con otro método u optar por comprar menos productos.

AYUDA Llame a Atención al Cliente de Cascades al 1-800-841-1410 (presión 0).

¡TODOS PUEDEN COMPRAR EN LOS MERCADOS Y PUESTOS AGRÍCOLAS!

Tipos de beneficios	Cómo usarlos	Dónde usarlos	Cuándo usarlos
Beneficios en mercados agrícolas	Código QR: <ul style="list-style-type: none"> • Disponible en la aplicación WICShopper • Impreso en la tarjeta de WIC • Enviado por correo electrónico o mensaje de texto • Impreso en papel 	En mercados y puestos agrícolas autorizados	Entre el 1 de junio y el 31 de octubre
Beneficios mensuales en frutas y vegetales	Código QR: <ul style="list-style-type: none"> • Disponible en la aplicación WICShopper • Impreso en la tarjeta de WIC • Enviado por correo electrónico o mensaje de texto • Impreso en papel 	En mercados y puestos agrícolas autorizados	Todo el año
	Tarjeta de WIC	En tiendas de alimentos y farmacias Walgreens	

CALENDARIO DE FRUTAS Y VEGETALES DE TEMPORADA

Enero

Vegetales: remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa, calabaza

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: perejil, romero

Mayo

Vegetales: espárrago, remolacha, lechuga, papa, espinaca, calabacín

Frutas: fresas

Hierbas: cilantro, romero

Septiembre

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabacín

Frutas: manzana, arándanos, nectarina, melocotón, pera

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Febrero

Vegetales: remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Junio

Vegetales: espárrago, remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, lechuga, cebolla, espinaca, calabacín

Frutas: cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: cilantro, romero

Octubre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, zanahoria, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: manzana, pera

Hierbas: cilantro, perejil, romero

Marzo

Vegetales: espárrago, remolacha, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Julio

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, lechuga, cebolla, espinaca, calabacín

Frutas: arándanos, cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Noviembre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, coliflor, col rizada, puerro, lechuga, cebolla, papa, calabaza, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: manzana, pera

Hierbas: cilantro, perejil, romero

Abril

Vegetales: espárrago, remolacha, col rizada, puerro, papa, espinaca

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: romero

Agosto

Vegetales: remolacha, brócoli, zanahoria, coliflor, col rizada, lechuga, cebolla, papa, espinaca, calabacín

Frutas: manzana, arándanos, cerezas, nectarina, melocotón, frambuesas, fresas

Hierbas: albahaca, cilantro, perejil, romero

Diciembre

Vegetales: remolacha, brócoli, col de Bruselas, col rizada, puerro, cebolla, papa, espinaca, calabaza de invierno, batata

Frutas: ninguna en temporada

Hierbas: perejil, romero

Sepa cuándo usar sus beneficios en frutas y verduras

- Use su código QR en mercados y puestos agrícolas autorizados:
 - Beneficios en mercados agrícolas: del 1 de junio al 31 de octubre.
 - Beneficios mensuales en frutas y verduras: todo el año.
- Si no usa sus beneficios mensuales en frutas y verduras en los mercados o puestos agrícolas, use los beneficios con su tarjeta del WIC en tiendas de comestibles o en farmacias Walgreens para comprar estos productos:
 - Frutas y verduras enlatadas, frescas o congeladas.
 - Productos no cultivados en la región, como naranjas y piñas.



Ejemplo de gastos

Veamos un ejemplo:

Si tiene \$30 de beneficios para usar en el mercado agrícola puede hacer lo siguiente:

- Puede gastar \$4.75 con un productor y \$12.5 con otro.
- Puede usar en el mercado agrícola el saldo de \$12.75 de beneficios con el que aún cuenta en su tarjeta del WIC.
- ¡Puede gastar el resto de sus beneficios en mercados agrícolas en su próxima compra!



Nota: No puede usar sus beneficios en mercados agrícolas o sus beneficios mensuales en frutas y verduras para comprar cupones del mercado, pagar por productos no incluidos en el programa o recibir efectivo.

Ayuda

Qué hacer si necesita ayuda con la tarjeta del WIC con el código QR:

- Llame a su clínica del WIC.
- Si necesita más ayuda, llame al 1-800-841-1410.
 - Marque cero.
- Si pierde o le roban su tarjeta del WIC con el código QR, comuníquese con la clínica del WIC de inmediato.

Cómo verificar el saldo de sus beneficios:

- Use la aplicación WICShopper.
- Revise la lista de compras impresa.
- Solicite una cita al personal del WIC.
- Revise el recibo de la tienda de comestibles.
- Llame al 1-844-359-3104 (en el reverso de su tarjeta del WIC).

¡Queremos saber su opinión!

¿Sintió algo de lo siguiente?

- ¿Se le negaron sus beneficios?
- ¿Recibió un trato injusto?
- Puede completar un formulario de queja o pedirle a un miembro del personal que le brinde ayuda. Encuentre el formulario aquí:
 - [Página de internet del mercado agrícola: wicfmnp.com](http://wicfmnp.com)
 - [Folleto WIC y el Programa de Nutrición de los Mercados Agrícolas para Personas de la Tercera Edad](#)
 - Aplicación WICShopper
- Envíe el formulario de queja por correo electrónico al equipo del mercado agrícola a FMNPTeam@doh.wa.gov



**¡Ahora ya sabe lo necesario para comprar!
¡Esperamos que usted y su familia
disfruten de todo lo que ofrece el
mercado agrícola!**



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.
El programa WIC de Washington no discrimina.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a doh.information@doh.wa.gov.

DOH 964-025 May 2024 Spanish