

FOOD



NUTRITION RESOURCES AVAILABLE

- ✓ Get free food in your neighborhood.
- ✓ Get extra money to purchase food at grocery stores, farmers markets and convenience stores.

IT'S EASY!

STEP ONE

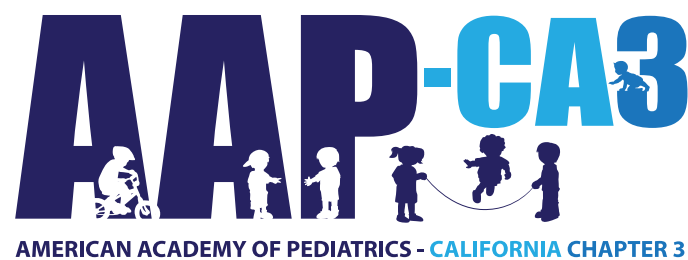
Dial 2-1-1 on your phone or visit: www.211sandiego.org. Open everyday anytime - 24/7.

STEP TWO

Select option for **food assistance**.

STEP THREE

A trained professional will help you find free food in your area.



FOOD



RECURSOS DE NUTRICIÓN DISPONIBLES

- ✓ Obtenga alimentos gratis en su vecindario.
- ✓ Obtenga dinero extra para comprar alimentos en supermercados, mercados de agricultores (farmers markets) y tiendas de conveniencia.

¡ES FÁCIL!

- PASO UNO** Llame **2-1-1** o visite **www.211sandiego.org**.
Servicio 24 horas / 7 días a la semana.
- PASO DOS** Seleccione la opción ***food assistance / asistencia de comida***.
- PASO TRES** Un representante capacitado le ayudará a encontrar alimentos gratis en su área.

