



JUNE 2025

SUMMER ISSUE

THE BITE

HEALTH AND WELLNESS FROM MANNA'S FOOD EDUCATION TEAM



SOMETHING TO CHEW ON

Welcome!

In partnership with Adventist Health and One Acre Farm, Manna Food Center will offer nutritious shelf-stable foods and frozen fish each month.

Along with food, we have monthly recipes, videos and newsletters to support you and your family in making healthy choices. We will focus on home cooking and encouraging our children to enjoy vegetables, whole grains, and other healthy foods.

Some resources will be printed and shared at food distributions. You can also find these and more resources on Manna's website.

Over the next several months, we will host events, including grocery store tours, designed to educate and celebrate in a group setting.



STRETCH YOUR FOOD BUDGET WITH SNAP!

SCAN HERE

The **Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)** can help you buy nutritious food. **SNAP** benefits can be used at the grocery store and farmer's markets.

Need help applying for SNAP? Manna is here to assist you. Contact us for more information!

email: SNAP@mannafood.org, or leave a voicemail **at 301.424.1130 ext. 7383**

Manna Welcomes You



At Manna we value relationships built on respect.

- We will not ask for or keep information about visa status or citizenship.
- Every client is asked the same questions.
- We treat all of your data as confidential.

QUESTIONS OR CONCERNS: CYNTHIAP@MANNAFOOD.ORG



JUNIO DE 2025

NÚMERO ESTIVAL

LA PICADURA

 **manna**
food center

SALUD Y BIENESTAR DEL EQUIPO DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL DE MANNA



ALGO PARA MORDER

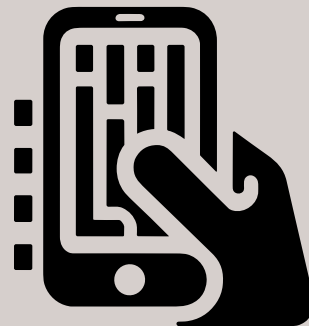
¡Bienvenido!

En colaboración con Adventist Health y One Acre Farm, Manna Food Center proporcionará alimentos nutritivos no perecederos y pescado congelado cada mes.

Además de la comida, ofrecemos recetas, videos y boletines mensuales para ayudarles a ustedes y a su familia a elegir opciones saludables. Nos enfocaremos en la cocina en casa y en motivar a nuestros pequeños a disfrutar de las verduras, los cereales integrales y otros alimentos nutritivos.

Se imprimirán algunos materiales y se compartirán en las entregas de alimentos. También puedes encontrar estos y otros materiales en el sitio web de Manna.

En los próximos meses, vamos a organizar eventos, como recorridos por tiendas de comestibles, que están pensados para aprender y celebrar juntos en un ambiente grupal.



**ESCANEAR
AQUÍ**

¡AUMENTA TU PRESUPUESTO DE COMIDA CON SNAP!

El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) puede ayudarte a comprar alimentos saludables. Los beneficios del SNAP se pueden utilizar en supermercados y mercados de agricultores.

**¿Necesitas ayuda para solicitar SNAP? Manna está aquí para echarle una mano.
¡Contáctanos para más información!**

Correo electrónico: SNAP@mannafood.org, o puedes dejar un mensaje de voz al 301.424.1130 ext. 7383

Maná te recibe con los brazos abiertos.



En Manna apreciamos las relaciones que se fundamentan en el respeto.

- No pediremos ni almacenaremos información sobre el estado de la visa o la ciudadanía.
- A todos los clientes se les hacen las mismas preguntas.
- Manejamos todos sus datos de manera confidencial.

PREGUNTAS O DUDAS: CYNTHIAP@MANNAFOOD.ORG