

Recursos de asistencia alimentaria en Washington

Esta es una lista de recursos que pueden ayudarle a solicitar asistencia para alimentos, obtener dinero para pagar alimentos en supermercados, mercados de productos agrícolas al aire libre (farmer's markets) y para encontrar lugares para obtener alimentos y comida sin costo alguno.

Los idiomas disponibles para cada recurso se muestran a continuación. Por favor, póngase en contacto con alguien que pueda ayudarle si el recurso que necesita no está disponible en su idioma.

Conexión Washington (1-877-501-2233)

Disponible en inglés, español, ruso y chino

Solicite la asistencia para alimentos del Programa de asistencia nutricional suplementaria o SNAP y conéctese con otros programas gubernamentales de asistencia alimentaria.



Washington 211 (Marque al 211)

Disponible en inglés y español

Conéctese con los bancos de alimentos y programas de comida locales.

WithinReach (1-800-322-2588)

Disponible en español

Obtenga ayuda para encontrar bancos de alimentos, programas de comida y otros programas de asistencia alimentaria



Mapa de bancos de alimentos y programas de comida

Disponible solo en inglés

Localice bancos de alimentos y programas de comida en el estado de Washington.

Programa para mujeres, bebés y niños (WIC) (1-800-322-2588)

Disponible en varios idiomas

Solicite alimentos, asesoramiento nutricional y apoyo para la lactancia. El programa WIC es para cualquier persona que esté embarazada o en periodo de posparto y para bebés y niños menores de 5 años.



Programa de asistencia nutricional suplementaria (SNAP) (1-877-501-2233)

Disponible en varios idiomas

Solicite SNAP para obtener dinero para pagar alimentos. SNAP se puede usar en supermercados, mercados de productos agrícolas al aire libre y en línea en Amazon, Walmart y Safeway.

SNAP Market Match

Disponible en inglés y español

Las personas que usan los beneficios de SNAP pueden comprar más frutas y verduras con SNAP Market Match. Encuentre mercados de productos agrícolas al aire libre participantes.



SNAP Produce Match

Disponible en inglés y español

Encuentre supermercados que le ofrezcan un cupón de \$10 para usarlo en frutas y verduras al comprar \$10 o más en frutas y verduras frescas y congeladas con SNAP.