



Produits frais. En boîte. Séchés. Congelés.

HIP hip hourra pour une
alimentation saine !



**Supplemental
Nutrition
Assistance
Program**

**Des aliments sains à
votre portée**



Conseils d'achat dans le cadre du Programme d'encouragements sains (HIP)

- Trouvez un revendeur HIP sur le site www.mass.gov/HIP.
- Avant de vous rendre chez un producteur ou sur un marché fermier, vérifiez votre solde SNAP. Vous devez disposer de votre allocation SNAP avant d'effectuer un achat chez un revendeur participant au programme.
- Vérifiez la limite de votre plafond mensuel, calculé en fonction de la taille de votre foyer :
40 \$ pour 1 à 2 personnes, 60 \$ pour 3 à 5 personnes et 80 \$ pour 6 personnes et plus.
- Repérez le logo HIP chez votre producteur habituel. Vous pouvez acheter des fruits et des légumes frais, en boîte, séchés et congelés. Ils ne doivent pas contenir d'huiles, de graisses, de sel, ni de sucres ajoutés.
- Réglez vos achats à l'aide de votre carte de transfert électronique de prestations. Vous recevrez 1 \$ pour chaque dollar dépensé chez un producteur de fruits et légumes participant au programme dans la limite de votre plafond mensuel. Ce dernier est réinitialisé le premier jour de chaque mois.
- Vérifiez votre preuve d'achat. Elle doit indiquer le montant de votre allocation SNAP que vous avez dépensé après chaque achat dans le cadre du programme HIP. Vous pouvez dépenser toute votre allocation chez le même revendeur ou dans tous les points de vente qui acceptent SNAP.





Qu'est-ce qu'un marché de fermier ?

Un marché de fermier est un marché où vous pouvez acheter des fruits et des légumes cultivés dans le Massachusetts, aux États-Unis, et d'autres aliments provenant d'un groupe de producteurs.

Prenez le temps de parcourir le marché et de découvrir les produits proposés avant d'effectuer vos achats. Comparez les prix, les types de produits vendus et leur qualité.

Si vous découvrez des fruits ou des légumes que vous ne connaissez pas, essayez-les ! Les producteurs aiment parler de leurs produits. Osez leur poser des questions. Ils peuvent même vous conseiller de nouvelles recettes.





Pour en savoir plus :

1-800-645-8333

Ligne FoodSource Hotline de
Project Bread (disponible en 160
langues)

1-800-997-2555

Consultez votre solde SNAP et
vérifiez si vous approchez de la limite
de votre plafond mensuel.

En ligne: **www.mass.gov/HIP**

Email: **dta.hip@state.ma.us**