¿Qué alimentos HIP puedo encontrar en los Mercados de Granjeros?

Fresco. En lata. Secos. Congelados.

¡Ser saludable es HIP!

Busque estas y otras frutas y vegetales locales en los mercados de granjeros, puestos de granjas, mercados móviles y tiendas cerca de usted.

Comprar frutas y vegetales frescos de temporada es una buena manera de brindarle a usted y a su familia comidas deliciosas, sanas y al mismo tiempo que apoyar a los granjeros en su comunidad.

Vea al otro lado para la lista actualizada de ubicaciones.

¿Necesita más información sobre los Mercados de Granjeros o sobre HIP?

Llame a la línea de DTA HIP 1-888-987-4487 de lunes a viernes entre 9:00 am y 5:00 pm.

También puede encontrar más información de HIP en: www.mass.gov/dta/hip.

	Mayo	Jun	Jul	Agosto	Sept	Oct
Manzanas				●	●	●
Betabeles / Remolacha	●	●	●	●	●	●
Arándanos			●	●		
Brócoli		●	●	●	●	●
Coles de bruselas					●	●
Repollo		●	●	●	●	●
Zanahorias	●	●	●	●	●	●
Coliflor			●	●	●	●
Elote / Maiz			●	●	●	●
Pepinos / Pepinillos		●	●	●	●	●
Berenjena			●	●	●	●
Ajo			●	●	●	●
Habichuelas verdes			●	●	●	●
Melones			●	●	●	
Champiñones	●	●	●	●	●	●
Cebollas		●	●	●	●	●
Melocotón				●	●	
Peras				●	●	●
Chícharos / Pitipuas		●	●			
Pimientos		●	●	●	●	●
Ciruelas				●	●	●
Calabazas					●	●
Rábanos	●	●	●	●	●	●
Frambuesas		●	●	●	●	
Espinaca	●	●	●	●	●	●
Calabacín					●	●
Fresas		●	●	●	●	
Boniatos/Batatas				●	●	●
Tomates	●	●	●	●	●	●
Calabaza		●	●	●	●	●

dta Un programa piloto del Departamento de Asistencia Transicional de Massachussetts

¡Ser saludable es HIP!

Mercados de Granjeros del Condado de Hampden

HAMPDEN

19 MAYO - 20 OCT	Sábados	10:00 - 2:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE HAMPDEN** Hampden Nursery, 16 de la carretera Somers

HOLYOKE

3 MAYO - 25 OCT	Jueves	11:30 - 3:30	**MERCADOS DE GRANJEROS DE HOLYOKE** En la calle High entre la calle Suffolk y la Alcaldia
30 JUN - 13 OCT	Sábados	10:00 - 2:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE NUESTRAS RAICES Y LA DONAHUE ELEMENTARY SCHOOL** Donahue Elementary School, 210 de la carretera Whiting Farms
12 MAYO - 13 OCT	Sábados	9:00 - 1:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE OPEN SQUARE** Open Square – en el estacionamiento principal, 4 Open Square Way

MONSON

24 MAYO - 4 OCT	Jueves	3:00 - 6:30	**MERCADOS DE GRANJEROS DE MONSON** First Church of Monson, 5 de la calle High

SPRINGFIELD

28 JUL - 27 OCT	Sábados	10:00 - 2:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE CONCERNED CITIZENS OF MASON SQUARE** Baystate Mason Square Neighborhood Health Center 11 de la carretera Wilbram, en el estacionamiento
1 MAYO - 30 OCT	Martes	12:30 - 6:00	**MERCADOS DE GRANJEROS EN FOREST PARK** Forest Park, en el estacionamiento de Cyr Arena, 302 de la avenida Sumner
4 MAYO - 26 OCT	Viernes	11:00 - 3:00	**INDIAN ORCHARD** en el estacionamiento del banco Hampden, 187 de la calle Main

THREE RIVERS

4 JUN - 29 OCT	Lunes	2:00 - 6:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE THREE RIVERS** Hryniewicz Park

WEST SPRINGFIELD

1 MAYO - 30 OCT	Martes	11:00 - 3:00	**WEST SPRINGFIELD** en el estacionamiento del banco Hampden, 220 de la calle Westfield

WILBRAHAM

2 MAYO - 31 OCT	Miércoles	11:00 - 3:00	**MERCADOS DE GRANJEROS DE WILBRAHAM** en el estacionamiento del banco Hampden, 2005 de la carretera Boston

PUESTOS DE GRANJAS

16 MAYO - 16 NOV	Lunes - Domingo	9:00 - 6:00	**GRANJA RED FIRE** 7 de la calle Carver en Granby
16 MAYO - 16 OCT	Lunes - Domingo	9:00 - 6:00	**GRANJA E. CECCHI** 1131 de la calle Springfield en Feeding Hills
25 MAYO - 1 NOV	Lunes - Viernes Sábados	4:00 - 6:00 9:00 - 2:00	**GRANJA CZERPAK** 636 de la calle S. Westfield en Feeding Hills

MERCADOS MOVIL (Los camiones de productos que paran en los siguientes lugares)

27 JUN - 18 OCT	**GRANJA Enterprise - Springfield**			
	Miércoles	10:00 - 11:00	**CENTRO DE COMUNIDAD GREENLEAF**	1187 de la calle Parker
	Miércoles	11:30 - 12:30	**CENTRO DE COMUNIDAD PINE POINT**	335 de la avenida Berkshire
	Miércoles	1:30 - 2:30	**INDEPENDENCE HOUSE**	1475 de la avenida Roosevelt
	Miércoles	3:00 - 4:00	**SQUARE ONE**	255 de la calle King
	Miércoles	4:30 - 5:30	**BAYSTATE HEALTH CENTER PEDIATRICS**	140 de la calle High
	Jueves	12:00 - 1:00	**LINDEN TOWERS**	310 de la calle Stafford
	Jueves	10:00 - 11:00	**RIVERVIEW SENIOR CENTER**	122 de la calle Clyde
	Jueves	2:00 - 3:00	**SPRINGFIELD HOUSING AUTHORITY**	25 de Saab Court
	Jueves	4:00 - 5:00	**YMCA OF GREATER SPRINGFIELD**	235 de la calle Chestnut