

- 优惠券使用规则
- ▶ 仅可用于参加活动的农贸市场和农产品摊位。

▶ 仅可用于购买新鲜水果、蔬菜和药草。“新鲜”即刚刚采摘，未经加工备制出售。

▶ 使用优惠券时，农户不会找零。如果您想购买的农产品稍微超过6美元，最好使用现金支付超出金额，以不浪费优惠券可用金额。记得带点现金！

▶ 任何购买或出售优惠券的人都会失去活动资格，并可能面临法律诉讼。

▶ 优惠券于每年10月31日到期。

授权商户

注意张贴黄色和蓝色的“Farm to Family”标识的商户。



这也是您可以使用优惠券购买的蔬菜和水果清单。

| 作物   | 六月 | 七月 | 八月 | 九月 | 十月 |
|------|----|----|----|----|----|
| 苹果   |    |    | ☼  | ☼☼ | ☼☼ |
| 豆类   | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 甜菜根  |    | ☼  | ☼☼ |    |    |
| 黑莓   |    | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |
| 蓝莓   |    | ☼  | ☼☼ | ☼  |    |
| 西蓝花  | ☼☼ |    | ☼☼ |    |    |
| 白菜   | ☼☼ |    |    | ☼☼ |    |
| 胡萝卜  | ☼☼ |    | ☼  |    |    |
| 花菜   | ☼☼ | ☼  | ☼☼ |    |    |
| 玉米   |    | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 黄瓜   |    |    | ☼☼ |    |    |
| 茄子   |    |    | ☼☼ | ☼☼ |    |
| 生菜   | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |
| 瓜类   |    |    | ☼☼ | ☼☼ | ☼  |
| 洋葱   | ☼  |    | ☼  | ☼☼ | ☼☼ |
| 豌豆   | ☼  |    | ☼☼ |    |    |
| 胡椒   | ☼  | ☼☼ | ☼☼ | ☼  |    |
| 土豆   |    |    | ☼☼ | ☼☼ | ☼  |
| 南瓜   | ☼☼ |    | ☼  | ☼☼ | ☼☼ |
| 萝卜   | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |
| 树莓   |    | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 大黄   |    | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 菠菜   | ☼  | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |
| 草莓   |    | ☼  | ☼  |    |    |
| 西葫芦  | ☼  | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ | ☼  |
| 瑞士甜菜 | ☼☼ | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 西红柿  | ☼  | ☼☼ | ☼☼ |    |    |
| 冬南瓜  | ☼☼ |    |    |    |    |

佛蒙特州 EBT 卡

大多数市场都接受使用佛蒙特州 EBT 卡。注意市场的 EBT/借记卡表格。您可以获得可用于在市场中购买产品的代币。1 美元代币可用于购买市场任意商户出售的符合 3SquaresVT 活动条件的食品。5 美元代币适用于 EBT 现金账户，可用于购买市场中出售的任何产品。所有 EBT 市场还会给 3SquaresVT 购物顾客提供额外 Crop Cash 奖券。代币和优惠券仅适用于您获得代币和优惠券的市场。

USDA 非歧视原则

Farm to Family 获得美国农业部（USDA）拨款支持。欲了解如何向 USDA 报告歧视投诉，请访问 <http://dcf.vermont.gov/benefits/f2f> 查看完整的 USDA 非歧视原则声明。

其他类型的投诉，请上报至市场管理人员、您的优惠券提供机构或者：

DCF - 经济事务司收件信息：  
ATTN: 3SquaresVT Farm to Family  
280 State Drive, HC 1 South,  
Waterbury, VT 05671-1020

本机构倡导平等机会。

为什么要吃新鲜水果和蔬菜？

每天吃五到九份蔬菜和水果：  
►可以降低心脏病和中风风险  
►是补充您饮食中的维生素、矿物质和膳食纤维的低卡方式  
本地种植农产品的新鲜度没法比！  
访问 [www.vtfoodbank.org/utfresh](http://www.vtfoodbank.org/utfresh)，获取健康饮食建议。

优惠券不能购买：

|                  |       |
|------------------|-------|
| 烘焙食品             | 蜂蜜    |
| 苹果酒              | 果酱/果冻 |
| 调味酱汁             | 肉类    |
| 干药草              | 腌制食品  |
| 蛋类               | 枫木产品  |
| 鲜花/植物            | 预制食品  |
| 非食品产品，例如装饰性玉米或南瓜 |       |

造访您的本地农贸市场或农产品摊位吧！  
享受新鲜的空气，  
接触友好的人们。  
认识种出美味农产品的农户们。

VERMONT FARM TO FAMILY PROGRAM

Farm to Family 2024 优惠券购物顾客须知

Farm to Family 优惠券可让您购买佛蒙特州本地农场种植的新鲜水果和蔬菜。

本宣传页包含：  
⇒ 购物须知  
⇒ 优惠券使用规则（例如，使用方式、地点和时间，以及可用对象）  
⇒ 丰收日历，告知您特定蔬果的通常上市时间  
⇒ 今年授权接受优惠券的市场清单

VERMONT DEPARTMENT FOR CHILDREN & FAMILIES ECONOMIC SERVICES DIVISION

购物须知

►使用您所有的优惠券。它们有助于支持本地农场家庭。  
►在优惠券到期或使用地点闭市前使用您的优惠券。优惠券在 10 月 31 日期，但有些市场会在那之前闭市。  
►别让一点毛毛雨阻挡您！这些市场会保持开放，风雨无阻。  
►早点去。去得早可以挑到最好的产品。  
►提前计划。随着秋天的到来，可供选购的农产品和市场规模会减少。霜冻季节提前到来可能导致市场提前闭市。  
►选购特价商品。劳动节之后，有些农户可能会特价销售富余农产品。多买一点西红柿、玉米或其他蔬菜，用于制作罐头、冷冻和存储，为冬天做准备。  
►选择色泽漂亮的蔬果。确保它们不会太软或太硬。  
►勇于冒险。选购您从未尝试过的农产品。请教农户如何备制！  
►让您的孩子帮忙选择购买哪些食品。这样他们就更能愿意吃他们帮忙选购的不同的健康食品。  
携带大号可重复使用购物袋，把您选购的所有农产品带回家！