



CalFresh Healthy Living Presents

Food Smarts: Waste Reduction Free Nutrition Workshops

- Learn tips for reducing household waste
- Get simple strategies for stretching your produce
- Explore ways to boost creativity in the kitchen
- Participate in interactive cooking demonstrations

When: Thursdays | April 15 – May 7

Time: 4:30PM – 5:30PM

Where: Zoom | bit.ly/gusdproduce

Register by scanning the
QR code with your phone.



Contact Karina (barajaka@ah.org) with any questions.



Funded by USDA SNAP, an equal opportunity provider & employer.

Visit CalFreshHealthyLiving.org for healthy tips.

CalFresh առողջ ապրելակերպը ներկայացնում է.

Առողջարար սնունդ

(Food Smarts)

Թափոնի նվազեցում

Սննդի մասին անվճար սեմինարներ

- Սովորեք թափոնը նվազեցնել տանը
- Թարմ մթերքը երկար պահելու պարզ միջոցներ
- Ինչպես խոհանոցում խթանել ստեղծագործ միտք
- Մասնակցեք բաղադրատոմսերի փոխգործուն ցուցադրություններին

Օրերը. Հինգշաբթիներին | ապրիլի 15–մայիսի 7-ը

Ժամը. Եր. 4:30 – 5:30

Վայրը. Zoom-ով | bit.ly/gusdprod

Գրանցվեք՝ հեռախոսի տեսախցիկը պահելով հետևյալ QR կոդի վրա:



Հարցերի դեպքում կապվեք Կարինայի հետ (barajaka@ah.org):



Ֆինանսավորված է հավասար հնարավորություններ տրամադրող USDA SNAP-ի կողմից: Այցելեք CalFreshHealthyLiving.org՝ առողջարար խորհուրդների համար:

El Programa de Vida Saludable CalFresh Presenta

Food Smarts: Reducción de Residuos Talleres de Nutrición Gratuitos

- Aprenda consejos para reducir los residuos de su hogar
- Obtenga estrategias simples para conservar sus productos
- Explore maneras de aumentar la creatividad en la cocina
- Participe en demostraciones de cocina interactivas

Cuándo: Los jueves | del 15 de abril al 7 de mayo

Hora: 4:30PM a 5:30PM

Dónde: Zoom | bit.ly/gusdproduce

Regístrese escaneando el código QR con su teléfono.



Si tiene preguntas comuníquese con Karina (barajaka@ah.org).



Fundado por USDA SNAP, un proveedor y empleador de oportunidades equitativas.

Para consejos saludables, visite CalFreshHealthyLiving.org