

# 健康生活! 月刊

2025年3月 | 第4卷

加入我们，共享农场



有兴趣了解有关该计划的更多信息  
以及如何注册吗?  
询问我们的工作人员或扫描下面的  
二维码以了解详细信息。

询问我们的 FOOD MD 计划

我们的食品 MD 计划旨在通过营  
养研讨会和新鲜农产品为来自  
Ryan Health、Settlement  
Health、Ryan Health Mobile、  
EHHOP 和 Community Health  
Network 的患者提供支持!



## 食物如何将我们联系在一起?

1

食物可以把人们聚集在  
一起，增进与家人和朋  
友的联系



食物是表达和分享不同  
文化的一种方式

2



3

用有营养的  
食物来滋养  
自己是表达  
对身体的热  
爱和欣赏的  
一种方式。



4

食物可以让  
我们脚踏实  
地，与大地  
建立联系。



### 三月 什么季节正流行?



您可以在我们位于 8 E 109th、788  
Southern Blvd 或 1290 Hoe Ave  
的三个地点的农场共享套餐中获取  
类似这样的新鲜农产品!

### 和我们一起做饭! 食谱俱乐部 学习如何制作:



豆腐番茄意大利面  
3月4日 下午  
12:30



巧克力水果燕麦片  
3月18日 下午  
12:30



探索我们的  
网站!



加入健康生活!



SNAP-Ed 由美国农业部的补充  
营养援助计划 (SNAP) 资助。

该机构是一个平等机会提供者。



联系我们!  
电话: (646) 891-7640 曼哈  
顿: 8 E 109th St 布朗克斯:  
788 Southern Blvd 布朗克  
斯: 1290 Hoe Ave.