



# FOODSHARE fresh food box

it's more than just a box of food.

## WHY WE DO WHAT WE DO

Many communities in South Carolina do not have access or financial resources to eat healthy on a daily basis. Barriers include where people live, age, income, and whether reliable transportation exists. Without healthy options, health risks increase. Bringing fresh produce into our communities is a form of **food equity** and is part of our mission. FoodShare's goal is to **enhance the quality of life** in our diverse communities by **increasing access** to fresh, affordable produce and providing quality cooking skills education. We **connect families** and communities to **fresh fruits** and **vegetables** through the use of our **Fresh Food Box**.

## WHAT'S IN A BOX?

The Fresh Food Box is filled with **9-11 varieties of top quality** fruits and vegetables. Unique recipes, tips and nutrition notes are included to give you the encouragement to expand your knowledge, cook new things and eat healthier.

## HOW MUCH IS IT?

We have three box options to fit the needs of your household. Our large box (18-22 pounds) is \$25 if you pay with cash and our small box (15-18 pounds) is \$20 if you pay with cash. Our "No Cook" box (10-14 pounds) is \$15 cash or SNAP and contains only produce which can be consumed without any cooking or other preparation.

**If you are a SNAP participant** and use your EBT SNAP card to purchase your box, you receive an instant \$15 "Healthy Bucks" savings.

- Small box: You only pay \$5 on SNAP.
- Large box: You only pay \$10 on SNAP.

## HOW DO YOU ORDER?

Place your order at our Distribution Center, 201 Columbia Mall Blvd., Suite 113, Columbia, SC 29223, or through one of the many **Partner Sites** listed on our web site.

**FOR MORE INFORMATION VISIT [FOODSHARESC.ORG](http://FOODSHARESC.ORG)**



**feeding a need in our community.**

**803-851-4461 | [www.foodsharesc.org](http://www.foodsharesc.org)**

A Program of



**School of Medicine  
Columbia**

UNIVERSITY OF SOUTH CAROLINA



# FOODSHARE fresh food box

it's more than just a box of food.

## PORQUE HACEMOS LO QUE HACEMOS

Muchas comunidades en Carolina del Sur no tienen acceso ni recursos financieros para comer sano todos los días. Las barreras incluyen el lugar donde vive la gente, la edad, los ingresos y si existe transporte confiable. Sin opciones saludables, los riesgos para la salud aumentan. Llevar productos frescos a nuestras comunidades es una forma de **equidad alimentaria** y es parte de nuestra misión. El objetivo de FoodShare es **mejorar la calidad de vida** en nuestras diversas comunidades aumentando el acceso a productos frescos y asequibles y brindando educación de calidad en habilidades culinarias. **Conectamos a familias** y comunidades con **frutas y verduras frescas** mediante el uso de nuestra **Caja de Alimentos Frescos**.

## ¿QUÉ HAY EN UNA CAJA?

El Fresh Food Box está lleno de **9-11 variedades de frutas y verduras de primera calidad**. Se incluyen recetas únicas, consejos y notas de nutrición para animarlo a ampliar sus conocimientos, cocinar cosas nuevas y comer de manera más saludable.

## ¿CUÁNTO CUESTA?

Tenemos dos tamaños de caja para adaptarse a las necesidades de su hogar. Nuestra caja grande (18-22 libras) cuesta \$25 si paga en efectivo y nuestra caja pequeña (15-18 libras) cuesta \$20 si paga en efectivo.

**Si es un participante de SNAP** y usa su tarjeta EBT SNAP para comprar su caja, recibe ahorros instantáneos de \$15 en "Healthy Bucks".

- Caja pequeña: solo paga \$ 5 en SNAP.
- Caja grande: Solo paga \$10 en SNAP.

## ¿CÓMO ORDENAS?

Realice su pedido en nuestro centro de distribución, 201 Columbia Mall Blvd., Suite 113, Columbia, SC 29223, o a través de uno de los muchos **sitios asociados** que figuran en nuestro sitio web.

**PARA MÁS INFORMACIÓN VISITE FOODSHARESC.ORG**



**alimentando una necesidad en nuestra comunidad.**

**803-851-4461 | www.foodsharesc.org**

**A Program of**



**School of Medicine  
Columbia**

UNIVERSITY OF SOUTH CAROLINA