

Zaub Hau Khov Nab Quab.

Noj mus txhawb
lub cev, yooj
yis npaj thiab
pheej yig!



Mus rau [CalFreshHealthyLiving.org](https://www.CalFreshHealthyLiving.org) rau kev qhia uas zaub mov noj los txhawb zog.

Kev pab los ntawm USDA SNAP, ib lub koom haum muab kev pab sib luag thiab kev txais tij neeg ua haum lwrm ncaj ncees.

Zaub Hau Khov Nab Quab.

**Nrawm thiab yooj
yis los siv thiab
zoo ntxiv rau txhua
pluag mov noj!**



Mus rau [CalFreshHealthyLiving.org](https://www.CalFreshHealthyLiving.org) rau kev qhia uas zaub mov noj los txhawb zog.

Kev pab los ntawm USDA SNAP, ib lub koom haum muab kev pab sib luag thiab kev txais tij neeg ua haum lwmm ncaj ncees.

Txiv Hmab Txiv Ntoo Khov.

Ib yam khoom noj
mus txhawb lub
cev, yooj yis npaj
thiab pheej yig!



Mus rau [CalFreshHealthyLiving.org](https://www.CalFreshHealthyLiving.org) rau kev qhia uas zaub mov noj los txhawb zog.

Kev pab los ntawm USDA SNAP, ib lub koom haum muab kev pab sib luag thiab kev txais tij neeg ua haum lwmm ncaj ncees.