

# Lo Saludable Comienza Aquí

Pequeños pasos hacia hábitos más saludables

PARA CONSEJOS Y RECETAS, VISITE:  
[www.ZonadeSaludAZ.org](http://www.ZonadeSaludAZ.org)

Este material fue financiado por el Programa de Ayuda de Nutrición Suplementaria de USDA-SNAP a través de la Zona de Salud AZ. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades



**ZONA**  
DE SALUD  
**AZ**