



Comer a medida alarga la vida.

Regla #9:
**Sirvo menos
comida grasosa.**

Para información sobre las Estampillas de Comida, llame al 1-888-9-COMIDA. Financiado por el *Supplemental Nutrition Assistance Program* del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, un proveedor y empleador que ofrece oportunidades equitativas. Para consejos saludables, visite www.campeonesdelcambio.net.

