



# Healthy Starts Here

**Taking small steps to healthy habits**

**FOR TIPS AND RECIPES VISIT  
[www.AZHealthZone.org](http://www.AZHealthZone.org)**

This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program - SNAP through the AZ Health Zone. This institution is an equal opportunity provider.

**AZ**  
HEALTH  
ZONE

HEALTHY STARTS HERE





# 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**

LO SALUDABLE COMIENZA AQUÍ