



# Back to School Checklist



Use this list to help you make informed health decisions as well as prepare for a great school year ahead!



Evidence suggests the Supplemental **Nutrition Assistance Program (SNAP)** leads to better health and lower health care costs. Pair this with receiving **recommended vaccines**, and you and your family will be best prepared for the school year ahead.

## Ready to take the next step in your health?

Call **866-974-SNAP (7627)** for End Hunger CT!'s SNAP assistance

Call **860-569-5900** for Intercommunity's vaccine assistance or visit:

-  [endhungerct.org](http://endhungerct.org)
- [intercommunityct.org](http://intercommunityct.org)

- Get school supplies for the new school year
- Make an appointment for the flu vaccine. *Anyone — even healthy people — can benefit from being vaccinated. CDC guidelines recommend yearly vaccination against influenza for everyone older than 6 months of age, including pregnant women. For an appointment, call Intercommunity at 860-569-5900.*
- Get haircuts
- Check SNAP eligibility with the EHC! SNAP Prescreener. *SNAP is a monthly benefit that helps families afford groceries. The program is for anyone that applies and meets requirements to receive benefits. SNAP can be for older adults, college students, single parents and mixed status families, for example. Visit [endhungerct.org/prescreener](http://endhungerct.org/prescreener).*
- Work on summer deadlines and projects
- Schedule a check-in to receive the COVID vaccine. *Natural immunity may not protect you from getting the virus one or more times. Vaccines appear to protect people longer and can make symptoms less severe should they contract the virus. For an appointment, call Intercommunity at 860-569-5900.*

This information is brought to you by:



United Way of Central and Northeastern Connecticut

# Lista de verificación de regreso a la escuela



¡Use esta lista para que le ayude a informarse a tomar decisiones de salud y prepararse para un gran año escolar!



La evidencia sugiere que el programa de **Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)** conduce a una mejor salud y menos costos de atención médica. Combine esto con recibir las **vacunas recomendadas** y usted y su familia estarán mejor preparados para este año escolar.

**¿Está preparado para tomar los siguientes pasos para su salud?**

¡Llame al **866-974-SNAP (7627)** para obtener asistencia de SNAP con End Hunger CT!

Llame al **860-569-5900** para obtener asistencia con las vacunas de InterCommunity. O visite:



- [endhungerct.org](http://endhungerct.org)
- [intercommunityct.org](http://intercommunityct.org)

- Busque materiales para el año escolar del
- Haga una cita para la vacuna contra la gripe. *Cualquier persona, incluso las personas sanas, pueden beneficiarse de la vacunación. Las pautas del CDC recomiendan la vacunación anual contra la influenza para todas las personas mayores de 6 meses incluyendo las mujeres embarazadas. Para una cita, llame a InterCommunity al 860-569-5900.*
- Obtener Un recorte
- ¡Verifique la elegibilidad de SNAP con EHC! Snap es un beneficio mensual que ayuda a familias a comprar alimentos. *El programa es para cualquier persona que solicite y cumpla con los requisitos para recibir beneficios. SNAP puede ser para adultos mayores, estudiantes universitarios, padres solteros y familia de estatus mixto. Visite [endhungerct.org/prescreener](http://endhungerct.org/prescreener).*
- Trabajar en plazos y proyectos de verano
- Haz una cita para recibir la vacuna del COVID. *Inmunidad natural no le protege de contraer el virus una o más veces. Las vacunas parecen proteger las personas por más tiempo y pueden hacer que los síntomas sean menos graves si contraen el virus. Para una cita llame a InterCommunity al 860-569-5900.*

Esta información es traída a usted por:



**InterCommunity Health Care**  
Atención Médica Integral



United Way of Central and Northeastern Connecticut