

# Cómo acceder a alimentos nutritivos de los programas de alimentos de emergencia de la ciudad de Nueva York



**GUÍA DE RECURSOS  
DE ALIMENTOS  
SALUDABLES**

# Contenido

Introducción.....	1
<b>Recursos de alimentos saludables y educación en nutrición de la ciudad de Nueva York .....</b>	<b>2</b>
Fuentes gubernamentales y de organizaciones sin fines de lucro para la subvención y las donaciones de alimentos.....	2
Fuentes comunitarias de donaciones de alimentos .....	5
Opciones de compra de alimentos al por mayor .....	8
Ayudando a sus clientes a acceder a alimentos y beneficios gubernamentales.....	10
Talleres de nutrición y clases de cocina – <i>para los clientes</i> .....	13
Talleres de nutrición y certificación en seguridad alimentaria – <i>para el personal y voluntarios</i> .....	15
<b>Límites para la distribución de alimentos menos nutritivos .....</b>	<b>16</b>

**“ En un principio, nuestros invitados tienen una salud vulnerable y están ansiosos por consumir nutrientes. No solo estamos buscando calorías. Necesitamos garantizar que las familias puedan tener salud y ser productivas para que puedan ir más allá de una fila para recibir ayuda alimentaria. Tenemos que ser un poco más cuidadosos con los alimentos que estamos suministrando. Las calorías sin valor nutritivo con nutrientes insuficientes no son la solución; de hecho, aportan al problema. ”**

Daniel Reyes,  
Director de Programas y Operaciones,  
Despensa Común de Nueva York (NYCP)

# Introducción

Cientos de miles de neoyorquinos que visitan las despensas de alimentos y los comedores comunitarios cada mes afrontan un desafío doble: acceder a un suministro adecuado de alimentos y garantizar que estos alimentos sean saludables. Las enfermedades crónicas alimentarias, como la diabetes, las enfermedades cardíacas y la obesidad, afectan en particular a las comunidades de bajos ingresos debido, en parte, a que los habitantes de estos vecindarios tienen menos acceso a alimentos saludables.

Tener alimentos suficientes para llenar cada semana las bolsas de las despensas puede ser difícil y lo es más aún llenarlas con productos saludables. Esta guía contiene recursos de ayuda para este desafío. También contiene información sobre clases de nutrición para ayudarles a sus clientes a tomar decisiones informadas para su salud y bienestar. Asimismo, en cada sección se destacan consejos prácticos de otros expertos de los programas de alimentos de emergencia de la ciudad de Nueva York y defensores que luchan contra el hambre.

## Leyenda

-  Alimentos frescos y perecederos
-  Alimentos congelados
-  Alimentos no perecederos
-  Distribución
-  Recolección
-  Según la disponibilidad

Estos símbolos aparecen junto a los recursos de alimentos o fondos para indicar los tipos de alimentos y las opciones de distribución.



A través del proyecto Despensa Fresca de Grow NYC, el personal de Housing Services, Inc. recolecta productos frescos del mercado de verduras de Tribeca Greenmarket para su despensa.

# Recursos de alimentos saludables y educación en nutrición de la ciudad de Nueva York

## FUENTES GUBERNAMENTALES Y DE ORGANIZACIONES SIN FINES DE LUCRO DE FONDOS Y DONACIONES DE ALIMENTOS

Las organizaciones que aparecen en esta sección son las fuentes principales de los programas de alimentos de emergencia de la ciudad de Nueva York. Pueden proporcionar subvenciones para la adquisición de alimentos y habitualmente distribuyen alimentos donados o de bajo costo. Para poder acceder a alimentos o fondos de estas organizaciones, debe cumplir los siguientes requisitos mínimos:

- Operar un programa de alimentos ubicado dentro de los cinco distritos de la ciudad de Nueva York.
- Tener el estatus que dispone el artículo 501(c)(3) del Código Federal (o ser parte oficial de una organización 501(c)(3) que asuma la responsabilidad fiscal de su programa).
- Haber estado en funcionamiento durante al menos seis meses consecutivos (el Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York exige tres meses).
- Suministrar alimentos sin costo alguno.
- Cumplir con los requisitos del Departamento de Salud de la ciudad de Nueva York (solo aplica para los comedores comunitarios). Ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque "Permisos para establecimientos de servicios alimentarios."
- Es posible que las fuentes de financiamiento individuales exijan otros requisitos.

### Consejo de otros expertos: Redacte una solicitud de financiamiento convincente

Estas organizaciones requieren que presente una solicitud para poder recibir alimentos o fondos para adquirir alimentos. En su solicitud debe demostrar la necesidad de su comunidad específica mediante datos, relatos e imágenes. Si necesita ayuda, esta guía contiene una lista de varias organizaciones que ofrecen talleres o capacitación sobre el modo de presentar una solicitud para recibir subvenciones.



*Quando redactamos nuestras solicitudes, les informamos la necesidad de nuestra comunidad: el número de personas que tenemos que rechazar y que no siempre podemos darles una cantidad decente de alimentos para que sea una comida de verdad. Las verduras son uno de los principales alimentos que se nos agotan, en particular los productos frescos, por lo que también hacemos énfasis en ellos. Nos ponemos en contacto con el personal, los invitamos a nuestra sede y recibimos la capacitación que necesitamos para presentar una solicitud con éxito.*



Reverenda Marilyn Oliver, Iglesia Bautista Getsemaní

## Administración de Recursos Humanos (HRA) de la ciudad de Nueva York

### *Programa de ayuda alimentaria de emergencia (EFAP)*

Ofrece alimentos básicos no perecederos (y alimentos congelados, cuando están disponibles).

Para pedir una solicitud y ser preseleccionado, llame al EFAP al [929-221-7679](tel:929-221-7679). Ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque "Programa de ayuda alimentaria de emergencia."



## United Way de la ciudad de Nueva York (UWNYC)

### *Agencia Federal para el Control de Emergencias (FEMA)*

### *Programa de alimentos y refugio de emergencia (EFSP)*

Suministra subvenciones en efectivo para solicitar alimentos directamente de un proveedor predilecto.

Las solicitudes están disponibles en [feednyc.org](http://feednyc.org) (los plazos varían cada año).

[212-251-4118](tel:212-251-4118)



### *Programa de prevención del hambre y de ayuda en nutrición (HPNAP) del Departamento de Estado de Nueva York*

Ofrece una línea de crédito con distribuidores mayoristas de alimentos.

Las solicitudes al HPNAP están disponibles cada año en abril en [feednyc.org](http://feednyc.org).

Los organismos pueden presentar su solicitud para recibir fondos del HPNAP desde UWNYC o FBNYC.

[212-251-2419](tel:212-251-2419) o [hpnep@uwnyc.org](mailto:hpnep@uwnyc.org)



### *Programa Local Produce Link, en alianza con Just Food*

Ofrece productos de temporada de las granjas de Nueva York.

Las solicitudes solo se realizan con invitación debido a la disponibilidad limitada de agricultores.

[212-251-2419](tel:212-251-2419) o [hpnep@uwnyc.org](mailto:hpnep@uwnyc.org)

[unitedwaynyc.org](http://unitedwaynyc.org)



## Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York (FBNYC)

### *Programa de alimentos y refugio de emergencia (EFSP) de la Agencia Federal para el Control de Emergencias (FEMA)*

Línea de crédito con FBNYC para solicitar varios alimentos.

Las solicitudes están disponibles en [feednyc.org](http://feednyc.org) (los plazos varían cada año).

[718-991-4708](tel:718-991-4708) o el correo electrónico [memberhelp@foodbanknyc.org](mailto:memberhelp@foodbanknyc.org)



## Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York (continuación)

### *Programa de miembros del Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York*

Ofrece a los miembros alimentos gratuitos, con descuento o donados, así como donaciones de productos frescos o compras de alimentos al por mayor.

Para solicitar una afiliación, ingrese a

[foodbanknyc.org](http://foodbanknyc.org) o escriba a [memberhelp@foodbanknyc.org](mailto:memberhelp@foodbanknyc.org).



### *Programa de prevención del hambre y de ayuda en nutrición (HPNAP) del Departamento de Estado de Nueva York*

Ofrece una línea de crédito para solicitar varios alimentos del FBNYC. Las solicitudes están disponibles cada año en abril en [feednyc.org](http://feednyc.org). Los organismos pueden presentar su solicitud para recibir fondos del HPNAP desde UWNYC o FBNYC.

718-991-4708 o [memberhelp@foodbanknyc.org](mailto:memberhelp@foodbanknyc.org)



### *Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA)*

#### *Programa de ayuda alimentaria de emergencia (TEFAP)*

Ofrece varios alimentos básicos gratuitos para los programas que reúnan las condiciones. TEFAP está disponible para los miembros que cumplan criterios federales específicos. El Banco de Alimentos informa a los nuevos miembros los requisitos de TEFAP cuando presentan su solicitud. Para solicitar una afiliación, ingrese a

[foodbanknyc.org](http://foodbanknyc.org) o escriba al correo electrónico [memberhelp@foodbanknyc.org](mailto:memberhelp@foodbanknyc.org).



## City Harvest

### *Afiliación en City Harvest*

Ofrece varios alimentos donados de cada categoría, según la disponibilidad. Para solicitar una afiliación, llame al [646-412-0704](tel:646-412-0704). A las organizaciones que reúnan las condiciones las visitará un representante de City Harvest.

[cityharvest.org](http://cityharvest.org)



# Fuentes comunitarias de alimentos donados

Puede acercarse a los miembros de su comunidad, incluso empresas, mercados agrícolas, jardineros, escuelas y organizaciones religiosas cercanos, para solicitar donaciones de alimentos saludables. Las relaciones con las personas del lugar también aumentan el apoyo y el conocimiento del vecindario sobre su programa.

## GrowNYC

### *Proyecto Despensa Fresca*

Los programas de alimentos de emergencia se asocian con los mercados locales de verduras (Greenmarkets) y recolectan excedentes de productos de temporada de las granjas regionales al final de los días de mercado. Los organismos también pueden participar en las campañas de donación de alimentos frescos para recolectar productos adicionales de los clientes de mercados.

212-341-2326

[grownyc.org/greenmarket/freshpantry](http://grownyc.org/greenmarket/freshpantry)

Nota: City Harvest puede estar disponible para recolectar y distribuir productos.



## OTRAS IDEAS DE ALIMENTOS O FONDOS

### **Consejo de otros expertos: Solicite donaciones en su tienda de abarrotes o supermercado**

Aunque algunas empresas solo realizarán donaciones a través del Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York o de City Harvest, es posible que la tienda de abarrotes o el supermercado de su localidad quieran una relación más directa cuando donan alimentos. La persistencia, la buena comunicación y la confiabilidad son esenciales para recibir donaciones continuas con éxito. En respuesta a las preocupaciones de responsabilidad de los donantes, puede citar las "leyes del buen samaritano" y promover su formación y sus procedimientos de seguridad alimentaria.



*Cuando hable con la tienda de abarrotes, lo más importante es comunicar sus necesidades de forma adecuada; no solo se trata de alimentar al necesitado, sino de alimentarlo con los productos más saludables. Busque a las personas adecuadas y póngalas al tanto del bienestar que causan sus donaciones. Pueden ser sus intercesores y tratar el tema de las donaciones con la gerencia superior. También hemos invitado a los empleados de las tiendas a servir como voluntarios en la Misión para que observen con exactitud a dónde se dirigen su arduo trabajo y sus donaciones. Cuando recolecten alimentos, es muy importante ser organizados. A fin de cuentas, están donando productos gratis, y es necesario que usted respete este hecho, esté preparado y tenga un sistema en marcha. Si va a llegar tarde, tiene que llamar. Esperan mucho más de usted que de los otros proveedores.*

TJ Hadley, Gerente de Relaciones Corporativas de Gift In Kind,  
Misión de Rescate de la ciudad de Nueva York



## Consejo de otros expertos: Cultive un jardín en su programa de alimentación

Los programas que tienen algunos terrenos descubiertos en su sede o cerca de ella pueden considerar empezar a cultivar un jardín. Los jardines pueden proporcionar alimentos frescos, de temporada y adecuados para la cultura, y pueden ser lugares para impartir educación en nutrición y generar autosuficiencia comunitaria. Los jardines en casas, escuelas y comunidades de su vecindario también pueden ser una fuente de donación de productos agrícolas frescos y de temporada para sus clientes.



*En el jardín, poco a poco, estamos cambiando la relación de las personas con los alimentos. Comenzaremos impartiendo clases de cocina para que las personas conozcan lo que pueden hacer con las coles chinas o las espinacas. Este es un proceso que requiere tiempo. Si nunca comenzamos a cultivar un jardín, no podemos comenzar a animar a las personas a proteger su salud, y sacar el mayor provecho de sus cupones de alimentos. No se puede sacar a las personas de las filas para recibir ayuda alimentaria sin darles otras soluciones. La persona que dirige nuestro jardín es de edad avanzada y sabe bastante de jardinería. Tratamos de trabajar de forma intergeneracional con jóvenes y adultos.*



Sandra Reyes, Directora de la despensa de alimentos de voluntarios,  
Despensa de alimentos de la iglesia Caldwell Temple AME Zion

## Agricultura sostenida por la comunidad (CSA)

Los consumidores adquieren una parte de la cosecha de un agricultor y a cambio, reciben un producto de temporada cada semana durante toda la estación de cultivo. Algunos proyectos de CSA donan productos remanentes a los programas de alimentos de emergencia. Para encontrar un proyecto local de CSA, busque en la lista de proyectos CSA de Just Food en

[justfood.org/csalloc](http://justfood.org/csalloc).



## Mercados agrícolas

A menudo, los agricultores tienen frutas y verduras para donarlos al final del día de mercado. El proyecto de despensas frescas de GrowNYC conecta a los programas de alimentos de emergencia con los mercados locales de verduras (Greenmarkets) (véase la página 9). También hay muchos mercados agrícolas que no pertenecen a Greenmarket en la ciudad de Nueva York a los que puede dirigirse directamente. Si desea una lista de estos mercados, ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque “[Mercados agrícolas](#).”



## Tiendas de abarrotes y supermercados

La tienda de abarrotes o el supermercado de su localidad puede ser una fuente de donación de alimentos, como productos agrícolas, carnes y lácteos. Tenga en cuenta que algunas empresas solo realizan donaciones a través del Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York o de City Harvest.



## Cultive un jardín

Hay varias organizaciones que puede contactar para recibir asesoría sobre cómo comenzar un jardín en su sede:



- *del Departamento de Parques y Recreación de la ciudad de Nueva York Programa GreenThumb:*  
[greenthumbnyc.org/start\\_a\\_garden.html](http://greenthumbnyc.org/start_a_garden.html)
- *Programa Open Space Greening (Jardines en espacios abiertos) de GrowNYC:*  
212-788-7900 o [grownyc.org/openspace](http://grownyc.org/openspace)
- Si su programa se encuentra en el Bronx, comuníquese con *El programa Bronx Green-Up del Jardín Botánico de Nueva York:*  
718-817-8026 o [bronxgreenup@nybg.org](mailto:bronxgreenup@nybg.org)  
[nybg.org/green\\_up/](http://nybg.org/green_up/)
- Para encontrar un terreno adecuado en su vecindario para cultivar un jardín, ingrese a <https://data.cityofnewyork.us/City-Government/City-owned-and-Leased-Property/4e2n-s75z> y filtre la columna "Potential Urban Ag."
- United Way de la ciudad de Nueva York ofrece subsidios de semillas para proyectos de agricultura urbana. Las solicitudes están disponibles cada año en septiembre en [uwnyc.org](http://uwnyc.org).  
212-251-2419 o [hpnap@uwnyc.org](mailto:hpnap@uwnyc.org)

## Campañas de donación de alimentos saludables

Pídale a las empresas, escuelas u organizaciones religiosas que organicen una 'campaña de donación de alimentos' para su programa o realice una por cuenta propia. Puede utilizar la "Lista de verificación de campañas de donación de alimentos saludables" para sugerir alimentos nutritivos que se pueden donar. El Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York y City Harvest pueden ayudarle con la logística. También puede organizar una "colecta virtual de fondos" y solicitar fondos para adquirir los alimentos que sus clientes necesitan.

Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York:

212-566-7855 ext. 2250 o [foodsourcing@foodbanknyc.org](mailto:foodsourcing@foodbanknyc.org)

City Harvest: 646-412-0758 o [fooddonations@cityharvest.org](mailto:fooddonations@cityharvest.org)



## Jardines locales

### *Ample Harvest*

Conecta a los jardineros que tienen excedentes de productos agrícolas con su programa local de alimentos de emergencia. Puede registrarse en [ampleharvest.org](http://ampleharvest.org) o acercarse directamente a los jardines de las comunidades y escuelas de su vecindario. GrowNYC ha creado un mapa de búsqueda de los jardines de la ciudad de Nueva York. Para encontrar el jardín más cercano, ingrese su dirección en [oasisnyc.net/garden/gardensearch.aspx](http://oasisnyc.net/garden/gardensearch.aspx) o [greenthumbnyc.org/gardensearch.html](http://greenthumbnyc.org/gardensearch.html).



# Opciones de compra de alimentos al por mayor

Si tiene fondos para adquirir alimentos, una estrategia rentable es comprar -alimentos a un mayorista en lugar de un supermercado. Las organizaciones que aparecen en esta sección le pueden ayudar a entablar una relación con mayoristas o agricultores regionales.

## Consejo de otros expertos: Compre frutas y verduras directamente en las granjas regionales

Al comprar productos de temporada directamente en las granjas de Nueva York, puede ahorrar dinero y encontrar frutas y verduras apropiadas para la cultura de sus clientes. Asimismo, apoyará la economía regional, ayudará al medio ambiente y obtendrá los alimentos más frescos que puede encontrar.



*Dado que uno de nuestros seis valores esenciales es que 'valoramos a las familias saludables' nuestra congregación quiso obtener productos frescos y de buena calidad para nuestra gente. Comprarlos en la tienda de la esquina no es garantía de que tengamos los productos más frescos. Por lo tanto, comprarlos a granel directamente con los agricultores reduce de forma significativa los costos y garantiza la frescura. También recibimos los productos que nos llevan directamente. Así pues, ahorramos algo con las compras a granel, los productos duran más y podemos donar excedentes a la despensa.*



Linette Cockfield, Administradora,  
Iglesia God's Battalion of Prayer

## Extensión cooperativa de la Universidad de Cornell en la ciudad de Nueva York

### Centros religiosos de alimentos

Conecta los grupos religiosos interesados en adquirir productos directamente de las granjas.

Nota: en ocasiones, las granjas donan los excedentes de productos.

212-340-2900 o [cenyc@cornell.edu](mailto:cenyc@cornell.edu)

<http://nyc.cce.cornell.edu>



## Just Food

### Compras directas en las granjas de Nueva York

Ayuda a las organizaciones interesadas en comprar alimentos cultivados en la región para sus clientes.

212-645-9880 ext. 227 o [info@justfood.org](mailto:info@justfood.org)

[justfood.org/fresh-food-all](http://justfood.org/fresh-food-all)



## GrowNYC

### *Greenmarket Co.*

Servicio de distribución mayorista ofrecido por GrowNYC, que ofrece la entrega de alimentos producidos en la región.

917-838-2309

[grownyc.org/greenmarketco](http://grownyc.org/greenmarketco)



## Federación de Organismos Protestantes de Bienestar Social

### *Servicio de compras para grupos (GPS)*

El servicio de compras para grupos está disponible para entrevistar por usted a posibles mayoristas de alimentos, concretar acuerdos de compra y suministrarle consejos sobre compras.

212-801-1349

[fpwa.org/cgi-bin/iowa/group/index.html](http://fpwa.org/cgi-bin/iowa/group/index.html)



## OTRAS IDEAS SOBRE ALIMENTOS O FONDOS

### **Colecta de fondos**

En la mayoría de los casos, si desea comprar alimentos para su programa, necesitará obtener donaciones de dinero y alimentos. La Coalición contra el Hambre de la ciudad de Nueva York (NYCCAH) ofrece información sobre colecta de fondos para alimentos y otras necesidades en su "Soup Kitchen and Food Pantry Best Practices Guide" (Guía de mejores prácticas de comedores comunitarios y despensas de alimentos). [nyccah.org/files/NYCCAH\\_bestpracticesguide\\_2010.pdf](http://nyccah.org/files/NYCCAH_bestpracticesguide_2010.pdf) o [hungervolunteer.org/agencies/fundraise](http://hungervolunteer.org/agencies/fundraise)

Asimismo, muchas organizaciones que aparecen en esta guía ofrecen talleres y capacitación sobre la colecta de fondos y redacción de solicitudes convincentes para recibir subvenciones. Véase Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York (p.3-4), City Harvest (p.4), United Way (p.3) and WhyHunger (p.11-12). Foundation Center también es un buen recurso para apoyar y redactar las solicitudes de subvenciones: [foundationcenter.org/newyork](http://foundationcenter.org/newyork).



Los voluntarios de la despensa de alimentos del Ejército de Salvación de Bronx Citadel distribuyen verduras frescas de las granjas de Stoneledge a sus clientes. Los productos se adquirieron a través del programa Local Produce Link, una colaboración entre United Way de la ciudad de Nueva York y Just Food. *Crédito de la fotografía: Diana Liao.*

# Modo de ayudar a sus clientes a acceder a alimentos y beneficios gubernamentales

Además de ofrecer una fuente esencial y de corto plazo de alimentos, los programas de alimentos de emergencia pueden alentar a los clientes para que logren la autosuficiencia. El personal puede ayudar a los clientes a postularse para programas y beneficios gubernamentales o a obtener referencias para los organismos locales y fuentes de alimentos de bajo costo, como los mercados agrícolas que aceptan los beneficios de SNAP (Programa de asistencia nutricional complementaria, antes llamado Cupones de alimentos).

## Consejo de otros expertos: Ayude a los clientes a acceder a los programas y otros servicios gubernamentales

Sus clientes pueden cumplir los requisitos de una gran variedad de programas gubernamentales como SNAP (cupones de alimentos) y otras ayudas en nutrición e ingresos. El personal y los voluntarios pueden basarse en la confianza y las relaciones que usted tiene con los clientes para ayudar a despejar cualquier inquietud e informarles cuáles son las opciones.



*Puedo resumirlo con el refrán 'dale un pescado a un hombre y comerá un día, enséñale a pescar y comerá todos los días'. Sabemos que los alimentos que proporcionamos solo suplen nueve comidas durante tres días. Esto es solo una solución temporal para la situación de nuestros clientes. Si podemos ayudarles a encontrar trabajo, a inscribirse para recibir cupones de alimentos, les estaríamos enseñando a pescar. Llevamos un registro de lo que nuestros clientes generalmente piden o necesitan, y con base en ello incorporamos estos servicios.*



Tamara Dawson, Directora del Programa,  
Campaña contra el Hambre de Bed-Stuy

## Programa de alimentos de emergencia y ayuda en nutrición de la Administración de Recursos Humanos (HRA) de la ciudad de Nueva York

### Servicios de integración del programa de asistencia nutricional complementaria (SNAP OS)

Ofrece educación sobre el programa SNAP (cupones de alimentos). El personal de HRA puede suministrar información de los requisitos y ayudar en el proceso de solicitud de los programas de información de alimentos de emergencia.

929-221-7145

Ingrese a [nyc.gov](https://www.nyc.gov) y busque "Servicios de integración de SNAP."

## **Coalición contra el Hambre de la ciudad de Nueva York (NYCCAH)**

### *Programa de acceso a beneficios*

Ayuda a relacionar a los neoyorquinos de bajos ingresos con los beneficios nutricionales públicos que tienen a su disposición, con énfasis particular en SNAP. El personal de NYCCAH realiza un proceso de preselección de requisitos por teléfono y en organizaciones y eventos comunitarios. También presentan las solicitudes de SNAP y las recertificaciones de organismos comunitarios en toda la ciudad.

212-825-0028 ext. 218 o [info@nyccah.org](mailto:info@nyccah.org)

### *Guía de mejores prácticas de comedores comunitarios y despensas de alimentos*

Contiene recursos y lecciones aprendidas de los programas de alimentos de emergencia con experiencia en la ciudad de Nueva York.

[nyccah.org/files/NYCCAH\\_bestpracticesguide\\_2010.pdf](http://nyccah.org/files/NYCCAH_bestpracticesguide_2010.pdf)

### *Programa de voluntariado estratégico*

Ayuda a las organizaciones y voluntarios a participar en actividades de gran alcance que tratan el origen de la inseguridad alimentaria, sustentan la red de seguridad alimentaria y apoyan el desarrollo de capacidad organizativa.

212-825-0028, ext. 210 o [info@nyccah.org](mailto:info@nyccah.org)  
[nyccah.org](http://nyccah.org)

## **Departamento de Salud e Higiene Mental de la ciudad de Nueva York**

### *Health Bucks*

Las organizaciones comunitarias pueden postularse para recibir Health Bucks (vales de salud) para que los distribuyan a sus clientes como incentivo por apoyar la educación en nutrición y otras actividades relacionadas con la salud. Con los Health Bucks, con un valor de 2 dólares cada uno, se pueden comprar frutas y verduras frescas en todos los mercados agrícolas de la ciudad de Nueva York.

Ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque "Farmers' Markets" o [farmersmarkets@health.nyc.gov](mailto:farmersmarkets@health.nyc.gov).



## **WhyHunger**

### *Programa de conexiones nutritivas y línea directa nacional contra el hambre*

Conecta a los programas de alimentos de emergencia con recursos y organizaciones afines que buscan proporcionar alimentos saludables y educación en nutrición. Llame a la línea directa nacional contra el hambre para acceder a capacitación y ayuda técnica, conectarse con instructores y acceder a orientación personalizada. Llame al 1-866-3HUNGRY (1-866-348-6479) y pregunte por el coordinador de desarrollo de capacidades del Centro Nacional de Intercambio de Información sobre el Hambre.

### *Más allá del pan, una guía para la obtención de alimentos*

Contiene ejemplos de estrategias innovadoras para obtener alimentos que conectan los programas de alimentos de emergencia con las granjas locales y las fuentes de proteínas de origen animal de mejor calidad. Incluye perfiles de programas modelo, mejores prácticas y recursos adicionales.

[whyhunger.org/beyondbread](http://whyhunger.org/beyondbread)

## **OTRAS IDEAS DE ALIMENTOS O FONDOS**

### **Agricultura sostenida por la comunidad (CSA)**

Los consumidores adquieren una parte de la cosecha de un agricultor y a cambio reciben un producto de temporada cada semana durante toda la estación de cultivo. Si desea conectar a sus clientes con un proyecto de CSA, la Coalición contra el Hambre de la ciudad de Nueva York cuenta con una iniciativa Farm Fresh, que se asocia con los proyectos de CSA para ofrecer diversas opciones de pago, como los beneficios de SNAP, para la adquisición de verduras.

[212-825-0028 ext. 217](tel:212-825-0028) o [info@nyccah.org](mailto:info@nyccah.org)

Just Food publica una lista de proyectos CSA en [justfood.org/csaloc](http://justfood.org/csaloc).



Maritza Quiroz, de Campaña contra el Hambre de West Side, se siente orgullosa de la gran cantidad de donaciones de Cream of the Crop, un proyecto de agricultura sostenida por la comunidad (CSA).

# Talleres de nutrición y clases de cocina

## - para clientes

Los programas de alimentos de emergencia son lugares excelentes para impartir educación en nutrición. Muchas de las clases y talleres gratuitos que ofrecen las organizaciones de esta sección son de carácter práctico y contienen demostraciones culinarias, degustaciones y recetas con alimentos que se encuentran comúnmente en los estantes, o con frutas y verduras que los clientes pueden desconocer.

### **City Harvest**

Talleres de nutrición, demostraciones culinarias y recorridos de compras en supermercados.

Llame al [646-412-0600](tel:646-412-0600) y pregunte por "Nutrition Education" (educación en nutrición).  
[cityharvest.org](http://cityharvest.org)

### **Extensión cooperativa de la Universidad de Cornell en la ciudad de Nueva York**

#### *Aprovechar los alimentos al máximo*

Presentaciones únicas de temas de nutrición y salud y una serie de talleres de cocina de 8 semanas.

[718-363-1016](tel:718-363-1016) ext. 321/326 o [cenyc@cornell.edu](mailto:cenyc@cornell.edu)  
[nyc.cce.cornell.edu](http://nyc.cce.cornell.edu)

### **Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York**

#### *Solo diga sí a las frutas y verduras*

Talleres y demostraciones de recetas con frutas y verduras y productos que se encuentran en las despensas de alimentos.

[212-566-7855](tel:212-566-7855) ext. 6108 o [foodbanknyc.org/our-programs/nutrition-and-health-education/just-say-yes-to-fruits-and-vegetables](http://foodbanknyc.org/our-programs/nutrition-and-health-education/just-say-yes-to-fruits-and-vegetables)

### **Departamento de Salud e Higiene Mental de la ciudad de Nueva York**

#### *Stellar Farmers' Markets (Mercados agrícolas estelares)*

Talleres educativos sobre nutrición y demostraciones de cocina en mercados agrícolas selectos de toda la ciudad de Nueva York. Para conocer las fechas, horas y lugares de las clases que se impartirán en su mercado agrícola local, ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y busque "Farmers' Markets" o escriba al correo electrónico [farmersmarkets@health.nyc.gov](mailto:farmersmarkets@health.nyc.gov).

### **Family Cook Productions (Cocina Familiar producciones) - Batalla de jóvenes chefs**

Estudiantes de secundaria capacitados realizan demostraciones y clases de cocina para grupos comunitarios.

[212-867-3929](tel:212-867-3929) o [info@familycookproductions.com](mailto:info@familycookproductions.com)  
[familycookproductions.com](http://familycookproductions.com)



La educación en nutrición se puede realizar en muchos lugares, desde su despensa hasta en un mercado agrícola local. Aquí, un educador de Stellar Farmers' Market se prepara para impartir una lección de planificación de una comida en el mercado agrícola de 125th Street.

# Educación en nutrición y capacitación en certificación en seguridad alimentaria

## - para el personal y los voluntarios

Hay muchos talleres destinados al personal y los voluntarios de los programas de alimentos de emergencia que le pueden servir para dirigir el programa más seguro y saludable posible. Las organizaciones de esta sección lo pueden capacitar en procedimientos de seguridad alimentaria, ofrecer clases de nutrición para sus clientes, compartir recetas en las que se utilizan los ingredientes que ofrece su despensa y aportar ideas sobre cómo apoyar la salud de sus clientes.

### ORGANIZACIONES SIN FINES DE LUCRO

#### **United Way de la ciudad de Nueva York**

Talleres de nutrición, seguridad alimentaria y cocina práctica; se pueden realizar en su sede por solicitud.

212-251-2419 o [hnap@uwnyc.org](mailto:hnap@uwnyc.org)  
[unitedwaynyc.org](http://unitedwaynyc.org)

#### **Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York**

Talleres de nutrición y seguridad alimentaria; se pueden realizar en su sede si puede servir de anfitriona de otras organizaciones.

212-566-7855 ext. 2277  
[foodbanknyc.org](http://foodbanknyc.org)

#### **Extensión cooperativa de la Universidad de Cornell en la ciudad de Nueva York**

##### *Aprovechar los alimentos al máximo*

Educación y apoyo en nutrición durante una serie de talleres interactivos de 8 semanas. Programa de ayuda alimentaria de emergencia, programas de nutrición y salud, Extensión cooperativa de la Universidad de Cornell – NYC

718-363-1016 ext. 321/326 o [cenyc@cornell.edu](mailto:cenyc@cornell.edu)  
[nyc.cce.cornell.edu](http://nyc.cce.cornell.edu)

#### **City Harvest**

Capacitación en seguridad alimentaria.

Llame al [646-412-0600](tel:646-412-0600) y pregunte por "Food Safety Training" (capacitación en seguridad alimentaria).

[cityharvest.org](http://cityharvest.org)

#### **WhyHunger**

##### *Cooking Up Community: Nutrition Education in Emergency Food Programs (Cocina comunitaria: educación en nutrición para programas de alimentos de emergencia)*

Presenta recursos y estudios del caso de programas educativos e innovadores sobre la nutrición de parte de organizaciones de todo el país.

[whyhunger.org/cookingupcommunity](http://whyhunger.org/cookingupcommunity)

# Limitar la distribución de alimentos menos nutritivos

Aunque sus intenciones son buenas, en ocasiones los donantes ofrecen alimentos poco nutritivos. Estas son algunas ideas sobre qué debe hacer con alimentos como bebidas azucaradas, dulces y refrigerios con alto contenido de grasas o de calorías, como galletas y papas fritas.

1. El consejo más común para los proveedores de alimentos de emergencia es que no se deben sentir obligados a aceptar o distribuir estos alimentos u otros que no cumplan con sus estándares. Elabore una política interna donde se describa aquello que usted comprará o las donaciones que aceptará. De esta manera, podrá entablar un diálogo sobre salud con todos sus donantes y asociados y tendrá una forma de rechazar los artículos que no cumplen sus lineamientos.
2. Coloque los alimentos menos nutritivos en un estante especial o en una caja con la etiqueta “comida adicional” y deje que los clientes escojan un artículo por visita.
3. Ponga alimentos de recompensa a disposición de los clientes que estén celebrando un cumpleaños u otra ocasión especial.
4. Guarde los alimentos de recompensa no perecederos para un día festivo.

## Consejo de otros expertos: Educación de donantes



*“Sea proactivo. Forme relaciones con los donantes en todos los niveles, desde los gerentes hasta los conductores de camiones, para suministrarles información sobre los tipos de alimentos que sus clientes quieren y necesitan en realidad y sobre aquello que usted no aceptará. Contextualice las conversaciones que sostenga con todas sus fuentes de alimentos en términos de calidad; todos tienen el mismo interés de llevar alimentos de calidad a las personas que los necesitan. Recuerde que la primera vez que se niegue es la más difícil.”*



Hannah Lupien, Estratega de Políticas de Alimentos, Campaña contra el Hambre de West Side (WSCAH). WSCAH se centra en la distribución de alimentos sin procesar o alimentos con procesamiento mínimo y no acepta alimentos que no sean saludables, como gaseosas o fideos empacados.



Un joven voluntario ayuda con una demostración de nutrición de "Aprovechar los alimentos al máximo" en la despensa de alimentos de Nuestra Señora de los Dolores

**Para obtener más información,  
llame al 311 o ingrese a [nyc.gov](http://nyc.gov) y  
busque "Healthy Food Donation  
(Donación de alimentos saludables)".**



### *Reconocimientos*

*Agradecemos a las siguientes organizaciones por su apoyo durante la redacción y revisión de esta guía:*

*Nuestros asociados: City Harvest, Banco de Alimentos de la ciudad de Nueva York y United Way de la ciudad de Nueva York*

*Campaña contra el Hambre de Bed-Stuy, BOOM!Health, despensa de alimentos de la iglesia Caldwell Temple AME Zion, Extensión cooperativa de la Universidad de Cornell en la ciudad de Nueva York, Feeding America, Feed New York, despensa de alimentos de la Iglesia Bautista Getsemaní, despensa de alimentos de la iglesia God's Battalion of Prayer, despensa de alimentos de la iglesia episcopal Grace, despensa de alimentos de la iglesia de Greenpoint, GrowNYC, Harlem Dowling West Side Center, Just Food, Coalición contra el Hambre de la ciudad de Nueva York, Despensa Común de Nueva York, Misión de Rescate de la ciudad de Nueva York, despensa de alimentos de Nuestra Señora del Refugio, St. John's Bread and Life, Steinway Child & Family Services, Inc. Despensa de Alimentos, despensa de alimentos de la residencia familiar Thorpe, Campaña contra el Hambre de West Side, WhyHunger*