## BANCO DE ALIMENTOS

### FISH banco de alimentos de la comunidad

804 Elmview Road, Ellensburg
(509) 925-5990, www.kvfish.org
El FISH banco de alimentos de la comunidad es el único banco de alimentos en el condado de Kittitas. Almacena y distribuye alimentos a las despensas de alimentos ubicadas en todo el condado. El banco de alimentos no tiene horario público.

## DESPENSAS DE ALIMENTOS

### Despensa de alimentos APOYO

1320 18th Avenue, Ellensburg
(509) 929-4112, www.apoyofoodbank.org
Horario: miércoles de 6:00 p.m. a las 7:00 p.m., sábado de 1:00 p.m. a las 2:00 p.m.

### Despensa de Central Washington University (CWU) President's United to Solve Hunger (PUSH)

Abierto a estudiantes, profesores y personal de CWU. Para conocer las ubicaciones actuales de la despensa y más información, visite www.cwu.edu/push

### Despensa de alimentos de la comunidad de Easton

*Un satélite del banco de comida de la comunidad FISH*
2821 Railroad Street, Easton
(509) 656-2414 or (509) 925-9550, www.kvfish.org
Horario: primer y tercer miércoles de cada mes, 3:00 p.m. a las 5:30 p.m.

### Despensa de alimentos FISH

1513 North B Street, Ellensburg
(509) 925-5990, www.kvfish.org
FISH distribuye alimentos todos los días de lunes a viernes y proporciona otros recursos y servicios a la comunidad. Por favor llame o visite el sitio web para más detalles.

### Despensa de alimentos de HopeSource

110 Pennsylvania Avenue, Cle Elum
(509) 674-2375, www.hopesource.us/nutrition
HopeSource en Cle Elum ofrece distribución de cajas de alimentos, "Shop the Middle" con productos limitados disponibles para cualquier persona, y el programa móvil de alimentos con entrega en sitio fijo al condado de Upper Kittitas para clientes con discapacidades y confinados en el hogar precalificados.
Horario: Distribución de cajas de comida de lunes de 1:00 a las 3:00 p.m. y miércoles de 3:00 p.m. a las 5:00 p.m.

### Despensa de alimentos de la comunidad de Kittitas

319 Main Street, Kittitas
Hours: Friday 1:00 p.m. to 3:00 p.m.
Para obtener más información, comuníquese con Cheryl Winston al (509) 929-2210.

Food Access Coalition FOR KITTITAS COUNTY

*la Coalición de acceso a alimentos para el condado de Kittitas*

**La misión de la coalición de acceso a alimentos es involucrar a los programas y agencias locales para promover el acceso a alimentos saludables en el condado de Kittitas. La coalición está abierta a cualquier persona interesada en mejorar el acceso a los alimentos.**

**Comuníquese con la Coalicion de acceso a alimentos para obtener más información sobre las copias impresas adicionales de esta guía.**

**Póngase en contacto con el departamento de salud pública del condado de Kittitas para conectarse (509) 962-7515 | healthpromotion@co.kittitas.wa.us**

fotos proporcionadas por Klucking Images.

USDA is an equal opportunity provider and employer. This material was funded in part by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program – SNAP and the Kittitas County Public Health Department.

# ¡Alimentos Para Usted!

**FOOD ACCESS COALITION FOR KITTITAS COUNTY**

## Guía de recursos de **Food 4 You**

Edición de primavera 2019

**¡La Coalición de acceso a alimentos para el condado de Kittitas ha creado una guía de recursos de Food 4 You (alimentos para usted)!**

**Esta guía tiene información para ayudar a todos a conectarse con los alimentos locales y los programas de asistencia alimentaria en el Condado de Kittitas. Estos incluyen bancos de comidas y despensas, programas de asistencia de comidas, mercados de agricultores y huertos comunitarios.**

## PROGRAMAS DE ASISTENCIA DE COMIDA

### *Comidas escolares gratis o/a precio reducido

Las comidas escolares gratuitas y de precio reducido y la leche gratis están disponibles para niños elegibles de familias de bajos ingresos. Las solicitudes para determinar la elegibilidad de ingresos están disponibles en la oficina de cada escuela y en línea en el sitio web del servicio de alimentos del Distrito Escolar de Ellensburg: www.esd401.org/departments/food-services.

### *Comidas a domicilio/nutrición para adultos mayores

Meals on Wheels (comidas a domicilio) es un programa de entrega de comidas diseñado para satisfacer las necesidades nutricionales de las personas mayores o las personas que no pueden salir de casa. Las comidas son gratuitas y se entregan de lunes a viernes con comidas congeladas para cubrir los fines de semana. Senior Nutrition (nutrición para adultos mayores) es un programa que ofrece un almuerzo caliente y nutritivo en un entorno congregacional e intergeneracional. No hay ningún cabro para los participantes calificados y se requiere registro. Las comidas de “Meals on Wheels” es en todo el condado de Kittitas y el programa de nutrición para adultos mayores son preparadas por el personal de los servicios dietéticos de FISH. Para obtener información o para inscribirse en estos programas, llame al (509) 925-5990 o visite www.kvfish.org.

### Mesa abierta

La división de servicio de comidas de FISH ofrece almuerzos de lunes a jueves para cualquier persona en el condado de Kittitas que necesite una comida y alguna conexión con otros. No hay costo y no hay registro.
Iglesia Bautista del Calvario, 507 N Pine St in Ellensburg.
Horario: de lunes a jueves, desde el mediodía hasta la 1:00 p.m.

### Picnic en el parque

FISH ofrece el programa de comidas de verano para niños y jóvenes de hasta 18 años de edad. No se cobra ni se requiere inscripción. A partir de junio y terminando en agosto, se planifican las actividades y se entrega la comida a los parques en todo el condado de Kittitas. Para ubicaciones, fechas y horarios específicos, comuníquese con FISH al (509) 925-5990 o visite www.kvfish.org.

### Nutrición de fin de semana

Hay alimentos que no se echan a perder  disponibles para los niños en riesgo de hambre todos los viernes a través de los distritos escolares locales durante el año escolar. Póngase en contacto con la escuela de su hijo para obtener más información.

** Los programas marcados con * tienen solicitudes o requisitos de elegibilidad.*

## PROGRAMAS DE ASISTENCIA DE COMIDA

*Los siguientes programas brindan beneficios para comprar alimentos de los minoristas locales para adultos y niños elegibles según sus ingresos.*

### *SNAP/Alimentos básicos

Alimentos básicos es el programa de asistencia de nutrición suplementaria del estado de Washington (SNAP), antes conocido como cupones de alimentos. Alimentos básicos ayuda a las personas que viven con ingresos bajos para llegar al fin de mes, al proporcionar beneficios mensuales para comprar alimentos. Los beneficios se basan en el tamaño de la familia y los ingresos. Los beneficios de alimentos básicos se pueden utilizar en todas las tiendas de comestibles locales, mercados de granjeros y puestos de productos y mercados de productos participantes.
Aplicar haciendo una llamada telefónica gratuita  al 2-1-1, a través del Departamento de Servicios Sociales y de Salud (DSHS) en persona en 1100 West University Way en Ellensburg, de lunes a viernes de 8:00am a las 5:00pm, o en línea a través de Washington Connection en www.washingtonconnection.org.

### *Programa para mujeres, bebés y niños (WIC)

El programa de WIC provee cheques para alimentos sanos, exámenes de salud, educación nutricional, apoyo de lactancia y los recursos de la comunidad para las mujeres embarazadas, cuidadores o una madre con un niño menor de 5 años de edad, que son elegibles de ingresos.

*WIC Ellensburg*
607 East Mountain View Avenue, Ellensburg
(509) 962-7077
Horario: lunes a viernes, de 8:00am a las 5:00pm

*WIC Cle Elum*
112 West Railroad Avenue, Cle Elum
(509) 674-5513
Horario: martes de 8:45am a las 12:00pm y de 1:00pm-4:00pm..

## MERCADOS DE AGRICULTORES

Los mercados de agricultores de Ellensburg y Roslyn aceptan los beneficios de alimentos SNAP / EBT, así como los controles de WIC y Nutrición para personas mayores. Los mercados participan en el programa Fresh Bucks: por cada $ 5 en SNAP / EBT utilizados en el mercado, los clientes recibirán $ 2 en Fresh Bucks, que pueden utilizarse para comprar frutas y verduras.

### Mercado de agricultores-Ellensburg

Localizado en 4th Avenue en zona céntrica Ellensburg
ellensburgfarmersmarket.com
Horario: Cada sábado, mayo hasta octubre de las 9:00am a la 1:00pm
Para más información, contacte a Colin Lamb, Gerente de mercado, eburgfarmersmarket@gmail.com o (509) 899-3870.

### Mercado de agricultores-Roslyn

Localizado en Pennsylvania Avenue en zona céntrica de Roslyn
roslynfarmersmarket.org
Horario: Cada domingo, junio hasta septiembre de 10:00am a las 2:00pm.

## JARDINES COMUNITARIOS

Los jardines comunitarios brindan a las personas la oportunidad de cultivar alimentos y establecer conexiones. Dé una pequeña tarifa u horas voluntarias a cambio de espacio para cultivar alimentos.

### El jardín de comunidad de Central Washington University (CWU)

¡No tienes que ser un estudiante para cultivar un huerto en CWU! El costo de participar es de $ 5 para una reserva de un año para estudiantes y de $ 10 para una reserva de un año para miembros de la comunidad. El jardín está ubicado en la esquina de North Alder Street y East 14th Street, frente a los apartamentos de Student Village. Para obtener más información, comuníquese con Becky Pearson en becky.pearson@cwu.edu.

### El jardín comunitario del centro de Ellensburg

El jardín comunitario del centro de Ellensburg ofrece un año de parcelas por $ 10, y está ubicado en la esquina de Pine Street y 1st Avenue en Ellensburg. Para obtener más información, póngase en contacto con Sarah Haven en eburgcommunitygarden@gmail.com.

### Jardín comunitario de Ellensburg en la iglesia de San Andrés

El Ellensburg Community Garden utiliza prácticas de jardinería orgánica y está ubicado en 401 South Willow Street en Ellensburg. Para obtener más información, comuníquese con Keyna Bugner en eburggarden@gmail.com.

### Jardín comunitario de la iglesia de Thorp

Los miembros de la comunidad están invitados a participar en el jardín del 1 de mayo al 15 de octubre. La ubicación del jardín es 154 1st Street en Thorp. Para obtener más información, comuníquese con Roger McCune al (509)312-9056 o rogermccune44@gmail.com.