

Nutrition Education

a houston**food**bank program

El Banco de Alimentos de Houston ofrece programas de **educación nutricional gratuita tanto en inglés como en español para tratar los temas de inseguridad alimentaria** y hambre, utilizando materiales y lineamientos USDA a fin de alcanzar las metas nutricionales. Los buenos hábitos nutricionales promueven la salud y reducen el riesgo de contraer enfermedades, tales como la diabetes. **Ofrecemos clases, tanto virtuales como presenciales, a nuestros socios, organizaciones comunitarias y escuelas.** Las clases versan sobre consejos de alimentación basados en los Lineamientos MiPlato y de Alimentación para americanos. **Cada clase incluye la creación de una receta** resaltando el material de la clase.

Por los números:



513 clases

de educación nutricional impartidas durante el año fiscal '23 (julio de 2022 – junio de 2023)



6,765 personas

e enseñadas en clases durante el año fiscal '23



19,020 visitantes

de nuestros videos de consejos y trucos de educación nutricional en las redes sociales durante el año fiscal '23



33% de los hogares

que experimentan inseguridad alimentaria tienen al menos un miembro con diabetes



30% de los niños en Texas

no comen frutas en un día escolar determinado

Para más información, visite: houstonfoodbank.org/nutritioneducation


houston**food**bank

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades

*Nuestra misión: alimentos para una vida mejor
Nuestra visión: un mundo que no necesita bancos de alimentos*

Este programa es financiado en parte por el Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria del USDA - SNAP

Un donativo de \$10 brings acceso a 30 comidas para alguien de la comunidad.