

Nuevo Comunicado

Para comunicación inmediata
Abril 27, 2020

CONTACTO: Sandi Bastedo
sb932@cornell.edu

Ahorra Tiempo, Ahorra Dinero, Come Saludable

SNAP-Ed New York presenta su nueva página Web para consejos, ¡Trucos e ideas!

Cambios pequeños pueden hacer una gran diferencia. SNAPedNY.org es un destino que provee a aquellos con necesidad las herramientas para comprar y cocinar comidas saludables cuando tenemos un presupuesto limitado. Esta nueva página web está diseñada en mente para estos tiempos, provee recetas de bajo costo, videos de cocina, simples lecciones interactivas y muchas formas de ahorrar tiempo, ahorrar dinero y comer saludable.

COVID-19 está creando dificultades financieras y tiempos desafiantes para muchos miembros de la comunidad. Es importante saber que los equipos de SNAP-Ed New York a lo largo de todo el estado están aquí para ayudarte. La nueva página web tiene nuevas características como recetas mensuales que son simples, de bajo costo y fáciles de hacer. Las recetas pueden ser imprimidas o bajadas de la página web con una lista de comida que hace la vida un poco más fácil.

“Durante estos tiempos sin presidencia estamos muy concientes de las dificultades que existen dentro de nuestras comunidades. Inseguridad en el trabajo, inseguridad de comida, dificultades familiares y financieras están sucediendo con muchos de nuestros vecinos. SNAP-Ed en la parte Norte de la región de Finger Lakes y alrededor del estado, está trabajando muy duro para que todos estén conectados con los que más necesitan. La nueva página es www.snapedny.org un pequeño cambio que hará una gran diferencia.” – Maggie McHugh, SNAP-Ed NY Manager del Proyecto.

Mientras visitas la página puedes mirar un video de comida de como hacer tu propio aliño para ensalada, haz que tus hijos cooperen contigo, toma parte de un a lección virtual y/o encuentra consejos en como comer saludable con un bajo presupuesto. Hay algo para todos, incluyendo un mapa que te va a ayudar a localizar un educador y programa en tu área.

“Comiendo saludable y ejercitando regularmente son simples métodos para reducir las condiciones de salud crónica como Diabetes tipo 2, presión arterial alta, enfermedades del corazón y obesidad. El programa de SNAP-Ed está comprometido a asegurar que los trabajadores de Nueva York tengan acceso a recursos de calidad que promuevan alimentación saludable y Buena nutrición. Esta página va a ayudar a educar a los Neo-Yorkinos con pasos básicos que puedan tomar hacia estilos de vida saludable, ayudando a mejorar el bienestar de los individuos y sus familias.” – Lisa Irving, NYS Coordinadora de SNAP Extension y Educación Nutricional, OTDA.

SNAP-Ed NY te da poder de hacer elecciones nutritivas con limitado presupuesto así como escoger actividades físicas saludables. SNAP-Ed New York en la parte Norte de la región de Finger Lakes que opera bajo la Extensión Cooperativa de Cornell en los Condados de Wayne, Monroe y Cayuga y la empresa de Foodlink. El equipo diverso de educadores puede ser encontrado trabajando en escuelas, familias, agencias de ayuda a la comunidad y gobierno local que te provee de herramientas y consejos que te mantienen a ti, a tu familia y vecindario saludable hoy y en el futuro ¡Visita la nueva página y dínos lo que piensas!

SNAP-Ed Nueva York es un Programa basado en evidencia de la Fundación Federal que ayuda a la gente a lidiar sus vidas saludablemente. La Educación Nutricional SNAP-Ed es GRATIS para todos los que reciben o califican para los Beneficios de Asistencia De Suplementación Nutricional (SNAP). SNAP-Ed enseña a las personas a elegir a través de SNAP sobre buena nutrición, como estirar los dólares para la comida y la importancia de la actividad física. SNAP-Ed NY provee clases de educación nutricional, materiales, eventos de educación de proveedores y clases a la comunidad a través de todo el Estado de Nueva York. Visita www.snapedny.org para encontrar un programa en tu comunidad.

#####