



Encontrar alimentos nutritivos

Apoyando a las familias identificar recursos

A medida que los alimentos se vuelven más caros, los profesionales pueden utilizar el asesoramiento de desarrollo de capacidades para ayudar a las familias a identificar, analizar y movilizar recursos de ayuda. Considere utilizar las preguntas reflexivas que aparecen a continuación.

¿Qué has hecho en el pasado para conseguir alimentos nutritivos?

¿Adonde podría ir?

Tiendas de comestibles, tiendas de descuento, tiendas de salvamento, cafeterías escolares locales, bancos de alimentos.

¿Qué ideas tiene sobre cómo utilizar su red de familiares y amigos para obtener una variedad de alimentos nutritivos?

Intercambios de comidas, huertos comunitarios

¿Qué habilidades especiales tiene que podrían ayudarle con sus comidas?

Cultivar sus propios alimentos, agricultura familiar, cazar y pescar

Después de analizar las ideas, elabore un plan. Incluya ideas que le interese a la familia, cómo le ayudarán en el futuro y recopile toda la información adicional necesaria para ayudar a todos a seguir adelante.

¿Cuál de estas ideas quiere intentar?

¿Cómo empezará?



Family, Infant and Preschool Program
of the
J. Iverson Riddle Developmental Center

(C) 2023. FIPP. All rights reserved. www.FIPP.org
Spanish Translation: 02/2025



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND
HUMAN SERVICES