

GUÍA DE ALIMENTOS Y ASISTENCIA



2018

~~HUNGER~~
FREE
NYC

Incluyendo Información Sobre SNAP/Cupones para Alimentos, Alimentos para Niños, Alimentos para Ancianos, Comedores de Beneficiencia, Dispensas de Alimentos, Alimentos de la Granja, y más...

INTRODUCCIÓN

**ESTA GUÍA FUE ELABORADA POR HUNGER
FREE NYC PARA INFORMAR A PERSONAS
NECESITADAS DE LA ASISTENCIA
DISPONIBLE EN SU COMUNIDAD.
ESPERAMOS QUE LE SEA ÚTIL.**

Agradecemos el apoyo financiero de el Concejo de la Ciudad de Nueva York (New York City Council) a través de una subvención administrada por la Administración de los Recursos Humanos (Human Resources Administration) y la Fundación Walmart.

Esta Guía también se encuentra disponible de manera gratuita en formato pdf en nuestro sitio web, www.hungerfreenyc.org/guides.

Para pedir copias adicionales, llame al (646) 350-3833 o envíe un correo electrónico a: guides@hungerfreenyc.org.

Los siguientes códigos postales se incluyen en esta guía: 10021, 10023, 10024, 10025, 10026, 10027, 10028, 10029, 10030, 10031, 10032, 10033, 10034, 10035, 10037, 10039, 10040, 10065, 10069, 10075, 10128.



**HUNGER
FREE
NYC**

50 Broad Street, Suite 1103
New York, NY 10004
(212) 825-0028
www.hungerfreenyc.org

CONTENIDO

	SNAP/Cupones para Alimentos	4
	Alimentos para Niños	8
	Alimentos para Ancianos	12
	Comedores de Beneficencia y Dispensas de Alimentos	13
	Alimentos de la Granja	28
	Capitación Profesional y Recursos Laborales	33
	Mapas	34
	Asistencia Adicional	38
	Números de Emergencia	39



SNAP/CUPONES PARA ALIMENTOS

Los beneficios SNAP (anteriormente conocidos como cupones de alimentos) pueden proveer ayuda financiera al obtener alimentos nutritivos para usted y su familia en tiendas de comida y mercados autorizados. Los beneficios se proveen mediante un crédito mensual en una tarjeta de beneficios, similar a una tarjeta de débito o crédito.

TÉRMINOS

EBT

"Electronic Benefit Transfer" o Transferencia de Beneficios Electrónico. El sistema que el gobierno usa para entregar beneficios.

SNAP




"Supplemental Nutrition Assistance Program" o Programa de Asistencia Suplemental para Nutrición.

¿QUÉ DEBO SABER?

- ➔ **El empleo** no elimina la posibilidad de obtener beneficios SNAP. Usted puede ser elegible si trabaja, pero tiene un ingreso bajo.
- ➔ **El beneficio** promedio es más de \$100 por persona, y \$250 o más para familias. Eso significa que, en promedio, una familia al recibir SNAP obtiene más de \$3,000 en ayuda cada año.
- ➔ **Los mercados de agricultores** muchas veces aceptan SNAP, por lo que usted puede utilizar sus beneficios para comprar productos agrícolas frescos y hasta semillas y plantas para cultivar su propia comida en casa! Una lista de mercados de agricultores que aceptan SNAP se encuentra en la página 28.

¿SOY ELEGIBLE?

La elegibilidad se basa en el tamaño de su hogar además de sus ingresos y sus gastos, entre otros factores. En general es necesario que los ingresos sean menores a una cantidad establecida, pero es posible que hogares con una persona discapacitada, una persona de 60 años o mayor, o con gastos de cuidado de niños u otro dependiente, pueda calificar aunque tengan ingresos mayores.

 PERSONAS EN EL HOGAR	 LÍMITE DE INGRESOS MENSUALES BRUTOS ¹	 BENEFICIO MENSUAL MÁXIMO ²
1	\$1,307	\$192
2	\$1,760	\$352
3	\$2,213	\$504
4	\$2,665	\$640
Cada persona adicional	+\$453 (aproximadamente)	+\$144 (aproximadamente)

¹Límites efectivos
1 octubre 2017 -
30 septiembre 2018.

²Límites efectivos
1 octubre 2017 -
30 septiembre 2018.

Si usted tiene ingresos menores a esos límites, sus ahorros no impactan en la elegibilidad. En otras palabras, usted puede ahorrar para su educación o la de sus hijos, para comprar una casa, para la jubilación, y recibir beneficios SNAP.

ELEGIBILIDAD PARA INMIGRANTES

Inmigrantes legales pueden recibir beneficios SNAP si:

- han vivido en el país por 5 años o más; o
- son niños (menores de 18 años).

➔ Inmigrantes ineligibles pueden recibir beneficios SNAP para hijos elegibles, sin importar el estatus de los padres.

➔ Algunas personas que no son ciudadanos, como personas admitidas por razones humanitarias, también pueden ser elegibles.

➔ Recibir SNAP no impacta su estatus migratorio.

CÓMO APLICAR

1

Organizaciones Comunitarias

Llame a los siguientes números telefónicos para ver si es posible que usted sea elegible. De ser el caso, le ofreceremos una cita en una agencia en su comunidad, donde se le proporcionará ayuda para presentar su aplicación de manera electrónica.

Hunger Free NYC

646 355 1475 y 646 350 1104

2**ACCESSNYC**

Puede aplicar en línea en:
www.nyc.gov/accessnyc

3**Oficinas de HRA**

Puede aplicar en una oficina de la ciudad:

1 Centro SNAP St. Nicholas

132 W. 125 St., 3er piso, 10027

718 722 8013

Lunes - Viernes 8:30 am - 5pm

2 Centro SNAP East End

2322 3 Ave., 3er piso, 10035

718 722 8013

Lunes - Viernes 8:30 am - 5pm

3 Centro SNAP Washington Heights

4055 10 Ave., planta baja, 10034

718 722 8013

Lunes - Viernes 8:30 am - 5pm

También puede llamar al 718 557 1399 para encontrar la oficina más cercana y para recibir información sobre requisitos, indicaciones apropiadas, y el proceso de aplicación.



ALIMENTOS PARA NIÑOS/AS

MADRES, INFANTES & NIÑOS/AS (WIC)

WIC es el programa Women, Infants & Children (Madres, Infantes y Niños/as)

INFORMACIÓN BÁSICA

- ➔ WIC ayuda a mujeres que están embarazadas, amamantando y/o tienen niños menores de 5 años de edad.
- ➔ Usted puede trabajar y recibir WIC.
- ➔ Recibir asistencia pública y/o beneficios SNAP/cupones para alimentos no afecta sus posibilidades de elegibilidad.
- ➔ Los inmigrantes pueden recibir WIC, sin importar su estatus migratorio.

CÓMO APLICAR

Llame al **800 522 5006** o al **877 8-HAMBRE** para encontrar la oficina de WIC más cercana, o visite su oficina local:

4 Mt. Sinai Health System WIC Program- Roosevelt

515 W. 59 St., 2do Piso, 10019
212 523 6539

Lunes, Miércoles, Jueves 9am-5pm; **Martes** 9am-7pm; **Viernes** 9am-4pm

5 William F. Ryan Community Health Center WIC

801 Amsterdam Ave, 2do Piso, 10025
212 865 0410

Lunes 9am-6:30pm; Martes, Jueves 8:30am-5pm; **Miércoles, Viernes** 9am-5pm

6 Mount Sinai St. Luke's Hospital Center

1111 Amsterdam Ave, 10025
212 523 3447

Lunes, Martes, Jueves, Viernes 8:30am-5pm; **Miércoles** 8am-6pm

- 7 Bellevue - Metropolitan Hospital WIC**
1901 1 Ave., cuarto 1D31, 10029
212 423 6919
Lunes, Martes, Jueves, 7:30am-5pm; **Miércoles** 8am-6pm;
Viernes 8am-5pm; **3rd Sábado** 8:30am-3:30pm con cita
solamente
- 8 Institute for Family Health WIC-Lexington Ave**
1701 Lexington Ave., 10029
646 218 4888
Lunes - Viernes 9am-5pm. **2do. Jueves** 11am-7pm.
- 9 Institute for Family Health WIC-1st Ave**
2082 1st Ave, 10029
212 831 5380
Lunes- Viernes 9am-5pm, 3er Jueves 11am-7pm
- 10 Institute for Family Health WIC-Madison Ave**
1824 Madison Avenue at 119th, 10035
212 423 4201
Martes, Jueves [excepto el 1er Jueves] 9am-5pm, **Miércoles con
cita., 1er Jueves** 11am-7pm
- 11 East Harlem Council for Human Services - Boriken
Neighborhood Health Center**
2265 3rd Ave, 3rd Piso 10035
212 289 6650
Lunes - Viernes 8am-5pm
- 12 Harlem Hospital WIC Office**
506 Lenox Ave, New York, NY 10037, 10037
212 939 2730
Lunes 8am-7pm; **Martes- Viernes** 8am-4pm; **Sábado** 8am-2pm
- 13 New York Presbyterian Hospital - Charles B. Rangel WIC**
534 West 135th St., 10031
212 939 7830
Lunes-Viernes 8am-4:30pm

- 14 Harlem Hospital Center WIC-Center for Problems of Living**
1727 Amsterdam Ave, 10031
212 926 3273
Lunes-Viernes 9:30am-3pm; **2do, 4to Martes** 11am-6:30pm
- 15 New York Presbyterian Hospital - Vanderbilt WIC**
622 W. 168th St, 4to Piso, 10032
212 305 7122
Lunes-Viernes 8am-4:30pm
- 16 New York Presbyterian Hospital - Washington Heights WIC**
549 West 180th Street, 2do Piso 10033
212 928 0307
Lunes-Viernes 8am-4:30pm; **1er, 3er Sábado** 8am-4pm
- 17 New York Presbyterian Hospital - Nagle Avenue WIC**
68 Nagle Ave., 1er Piso 10040
212 304 4723
Lunes-Viernes 8am-4:30pm; **2do, 4to Sábado** 8am-4pm

ALIMENTOS EN LA ESCUELA Y DURANTE EL VERANO

SFSP significa el Summer Food Service Program, o el Programa de Alimentos Durante el Verano.

INFORMACIÓN BÁSICA

Desayunos en la escuela son gratis y son disponibles para todos sin importar ingresos y sin aplicación.

- ➔ Muchos estudiantes en escuelas públicas son elegibles para un almuerzo gratis o de precio reducido. Es posible que una aplicación sea necesaria.
- ➔ El estatus migratorio no afecta la elegibilidad para alimentos en la escuela.
- ➔ En junio, julio y agosto, desayuno y almuerzo sin costo están disponibles para los menores de 19 años en escuelas públicas, iglesias, templos, centros de recreo, y centros comunitarios sin necesidad de aplicación o registración.

Visite a www.schoolfoodnyc.org o llame al 311 para mayor información sobre alimentos en la escuela y durante el verano. Para identificar los sitios de alimentos durante el verano más cercanos puede enviar "FOOD" como mensaje de texto al 877-877, llamar al 311, o llamar la Línea Directa Nacional de Hambre al 877 8-HAMBRE.



ALIMENTOS PARA ANCIANOS

ALIMENTOS EN CENTROS PARA ANCIANOS

Muchos centros para ancianos a menudo sirven alimentos para ancianos. Algunos centros ofrecen alimentos gratis, otros piden una pequeña contribución (de \$0.50 hasta unos pocos dólares). La contribución puede ser voluntaria o puede ser requerida. Centros para ancianos y otros sitios con alimentos para ancianos están marcados con ● en la sección de Comedores y Despensas.

BUSQUE UN CENTRO PARA ANCIANOS

Llame al 311 con su código postal para encontrar el centro para ancianos más cercano a usted.

EL PROGRAMA MEALS-ON-WHEELS

Si a usted le dificulta salir de su casa y tiene más de 60 años, usted puede recibir alimentos a su domicilio hasta siete días por semana. Sus ingresos no impactan su elegibilidad.

CÓMO APLICAR

Para pedir el servicio de meals-on-wheels, llame a su agencia de manejo de casos.

Para encontrar la agencia apropiada, llame al Departamento del Programa Citymeals-on-Wheels al 212 687 1234 o a la Línea Directa Nacional del Hambre al 877 8-HAMBRE.



COMEDORES DE BENEFICIENCIA



DISPENSAS DE ALIMENTOS

Agencias identificadas como comedores de beneficencia proveen comidas preparadas en las horas indicadas, mientras las identificadas como dispensas de alimentos proveen alimentos para preparar en casa.

Nos esforzamos para mantener esta información actualizada, pero recomendamos llamar antes de ir para confirmar. Algunas agencias piden una referencia, identificación o prueba de dirección - contacte a la agencia directamente, llame a la Línea Directa de Alimentos de Emergencia (866 888 8777), o llame a la Línea Directa Nacional del Hambre (877 8-HAMBRE) para confirmar. Agencias marcados con son centros para ancianos y/o proveen alimentos específicamente para ancianos.

UPPER WEST SIDE

10023-10025

18 Rutgers Thursday Nighters

236 West 73rd Street, 10023

212 877 8227

Comedor: Jueves 6pm-7pm, habrá una película después de las 7 pm

19 Blessed Sacrament Church

147 W. 70th St., 10023

212 877 3111

Comedor: Domingo 2pm-3pm

20 Christ and St. Stephen's Church

120 W. 69th St., 10023
212 580 8179

Programa de Bolsas Marrones: Lunes-Viernes 9:30am-10:30am, Incluyendo todo los días Festivos.

21 National Council of Jewish Women

241 West 72nd Street, 10023
212 687 5030

Comedor: Miércoles 4:30pm-5:30pm, **Domingo** 11:30am-12:30pm

Dispensa: Lunes 12:00pm - 2:00pm.

Identificación con foto y prueba de domicilio para todos los miembros de casa requerida la primera vez.

22 Holy Trinity Church Breakfast Line

213 W. 82nd St., 10024
212 787 0634

Comedor: Todo los días 8:30am - 9am.

Dispensa: 3er Sábado 10:30-11:00 AM

23 West End Collegiate Church

245 W. 77th St. between Broadway & West End Ave., 10024
212 787 1566

Comedor: Martes 4:30-5:30.

Estudio bíblico opcional y oración 4pm-4:30pm. Trabajadora Social en el centro. Cerrado en Agosto.

24 St. Matthew's-St. Timothy's Church

26 W. 84th St., 10024
212 362 6750

Comedor: Domingo 2pm-3pm.

De Octubre a Junio. Se sirve en orden de llegada.

25 The Judith Bernstein Lunch Program at B'nai Jeshurun

257 West 88th St., 10024
212 787 7600 x272

Comedor: Jueves 12pm - 1pm.

Comida es Kosher.

26 Southern Baptist Church

12-16 W. 108 St., 10025

212 678 9769

Comedor: Miércoles 12:00pm-1:30pm**27 St. Michael's Episcopal Church**

225 W. 99th St., 10025

212 222 2700

Comedor: Sábado 10am-11:30am

Habr  voluntarios disponibles para proporcionar información acerca de refugios y servicio de lavandería. Servicios a través de una camioneta médica est n disponibles 3 a 4 veces por semana. En internet encontrará mayor información del horario.

28 Grand Central Food Program - Cathedral of St. John the Divine

112th St. & Amsterdam, 10025

212 776 2000

Comedor Móvil: Todos los días 8:30pm

Llegue a tiempo, distribución es móvil.

29 Broadway Community

601 W 114th St, 10025

Comedor: Lunes, Miércoles, Viernes 10am-3pm**30 West End Presbyterian Church**

165 W. 105th St, 10025

212 663 2900

Dispensa: Martes o Jueves 11:30am-12:30pm una vez al mes

Identificación con foto y referencia cada vez. Llame para confirmar el día.

31 Franciscan Community Center, Holy Name Church

207 West 96th Street, 10025

212 932 8040 x33

Dispensa: Lunes 1pm - 4pm.

Identificación con foto requerida. Puede visitar una vez por mes. Se pide traer su carrito y bolsas propios. Cita con trabajador social requerida cada año.

32 Community Impact

616 W. 114 St., 10025

212 854 6310

Despensa: Lunes, Jueves 12:30pm-2pm.

Identificación, prueba de domicilio y referencia requeridas después de la primera vez para todos los miembros del hogar. Solamente atiende residentes de Manhattan.

33 Church of Notre Dame

405 West 114th ST, 10025

212 866 1500

Despensa: Martes 2pm-4pm.

Identificación Requerida

34 Advent Lutheran Church

2504 Broadway, 10025

212 665 2504

Despensa: 1er Sábado 10:30am-11:30am

Comedor: 4to Sábado 12pm-1pm (Noviembre y Diciembre es el 3er Sábado)

UPPER EAST SIDE

10022, 10065, 10021, 10128

35 Church of St. Paul the Apostle Loaves and Fishes

405 West 59th Street, 10019

212 265 3495

Comedor: Martes, Jueves 11:30am-12:15pm

Despensa: Martes, Jueves 11:30am-12:15pm

36 All Saints Episcopal Church

230 E. 60th St., 10022

212 758 0447

Comedor: Sábado 4:30pm-5:30pm

37 Christ Church United Methodist

524 Park Avenue, 10065

212 838 3036

Comedor: Domingo 4:30pm-6:30pm

- **38 The Carter Burden Luncheon Club and Senior Program**
351 E. 74th St., 10021
212 535 5235
Almuerzo: Lunes - Viernes 12- 12:30pm.
Comidas para personas mayores de 60 años. Identificación y prueba de domicilio requerida. Tienen que vivir entre E. 70 y E. 79 St.
- 39 Church of The Epiphany**
1393 York Ave., 10021
212 737 2720
Comedor: Miércoles 7pm.
Se abren las puertas a las 6pm, registraci3n a las 6:45pm.
Trabajadora social disponible Mi3rcoles 6pm-7pm
- 40 Temple Shaaray Tefila**
250 E. 79th St. (entrance on Second Ave), 10021
212 535 8008
Comedor: Mi3rcoles 12am-1pm, llegue a la 11am.
Comida es kosher.
- 41 Madison Avenue Presbyterian Church**
921 Madison Ave., 10021
212 288 8920
Comedor: Jueves 6:30 pm-7:30 pm.
No habr3 servicio en Acci3n de Gracias.
- 42 Grand Central Food Program - Central Park**
5th Ave. and 72nd St., 10021
212 776 2000
Comedor M3vil: Todos los d3as 9:00pm; Llegue a tiempo, distribuci3n es m3vil.
- 43 Jan Hus Presbyterian Church Homeless Outreach & Advocacy Program (HOAP)**
351 E. 74th St., 10021
212 288 6743
Comedor: Martes 6pm-7pm, forme fila a las 5:45pm.
Despensa: Lunes 2pm-3:45pm, **Martes - Viernes** 10am-11:45am, 2pm-3:45pm.

Se pide traer sus bolsas propias. Identificación y prueba de domicilio requeridas la primera vez. Ropa disponible Lunes, Miércoles y Viernes 10am-11:45am, 2pm-3:45pm. Distribución de correo Lunes- Viernes 8an-5pm (registración requerida). Oficina de recursos Lunes-Viernes 10am-4pm. Duchas Martes, Jueves 10am-11:45am, 2pm-3:45pm, se proporciona toallas, jabón, y champú.

● **44 Church of the Holy Trinity**

316 E. 88th St., 10128

212 289 4515

Comedor: Sábado 5:15pm-6:30pm (comida vecinal), **Almuerzo para personas mayores - Martes** 12:30pm-1:30pm

45 Our Lady of Good Counsel

230 East 90th Street, 10128

212 289 1742

Comedor: Sábado 7am-8am

46 Unitarian Church of All Souls

1157 Lexington Ave., 10075

212 628 8568

Comedor: Lunes 7pm-8pm, **Viernes** 12pm-1pm.

Entrada para la comida de los Viernes son alrededor de la esquina en 160 E. 80th St. Proporcione referencias para ropa y otros servicios.

EL BARRIO

10029, 10035

47 Mt. Zion AME Church

1765 Madison Ave, 10029

212 369 6643

Comedor: Miércoles 12pm-1pm

Despensa: Viernes 10am-11am

Identificación con foto y prueba de domicilio requeridas. Puede visitar la despensa una vez por mes. Servicios de aplicaciones para SNAP disponible en inglés y español.

48 Catholic Charities St. Cecilia's Parish Services

125 East 105th St., 10029

212 348 0488

Despensa: Miércoles, Jueves 9:30am-11am.

Atienden clientes en el código postal 10029, 10035, servicios de gestión de casos Lunes- Viernes 9am - 5pm

49 Liberation Healing Pentecostal Church

214 E. 111th St., 10029

646 294 2306

Despensa: Sábado 9am-3pm. Identificación requerida.**50 Little Sisters of the Assumption Family Health Service**

333 E. 115th Street, 10029

646 672 5200

Despensa: Martes 9:30 AM - 11:30 AM, **Miércoles** 9:30 AM - 11:30 AM, 1:30 PM - 3:30 PM.

Clientes pueden ir una vez al mes. Necesitan identificación, prueba de domicilio que están en el código postal 10029 o 10025. Prueba de la composición del hogar requerida. Programa de crianza y desarrollo de la primera infancia, enfermería, salud ambiental, intervención temprana, abogacía y servicios preventivos disponibles.

51 New York Common Pantry

8 E. 109 St., 10029

917 720 9710

Comedor: Lunes - Viernes 8am-9:30am, **Lunes, Miércoles, Viernes** 4:30pm-6pm

Despensa: Despensa digital de elección del cliente; registrarse para ordenar Lunes-Sábado 9am-6pm, Domingo y día festivo 2pm-6pm. También tiene servicios para personas mayores visite la página de internet en:

<http://nycommonpantry.org/what-we-do/programs/>.

Identificación para todos los miembros del hogar y prueba de necesidad requerida para registración.

52 Beth Hark Christian Counseling Center

2-26 E. 120th St., 10035

212 860 1520 x1523

Comedor: Miércoles y Jueves 12-2pm.

Despensa: Lunes - Jueves: 9 AM - 6 PM; **Viernes:** 9 AM - 5 PM.

Identificación para la primera visita a la despensa. Comprobante de domicilio requerido para todos los miembros del hogar.

Proporcionar administración de casos, cuidado pastoral, abogacía, vestuario, evaluación de beneficios, asistencia para la colocación laboral, y voluntarios para asistencia con preparación de impuestos disponibles.

53 Fraternalite Notre Dame

2290 First Ave., 10035

212 876 5855

Comedor: Martes - Viernes 10:30am - 1pm

Despensa: Viernes 1pm - 5pm

Identificación y prueba de composición familiar requeridas para despensa. Se pide traer su carrito y bolsas propios para despensa.

54 Friendly Hands Ministry Inc.

229 E. 118th St, 10035

347 380 1436

Comedor y Despensa: Lunes - Viernes: 9am-3pm.

Identificación Requerida.

55 Salvation Army Manhattan Citadel

145 E. 125th St., 10035

212 860 3200

Comedor: Lunes - Viernes 1pm

Despensa: Lunes-Viernes 9am-4pm

56 Chambers Memorial Baptist Church

219 E. 123rd St., 10035

Despensa: Miércoles 10am - 11am.

Tiene que traer identificación Martes 12pm-1pm para registración.

57 Bailey House

1751 Park Ave, 3rd Piso, 10035
212 633 2500 x363

Despensa: Miércoles 1pm-3:30pm

Identificación o Tarjeta de cupones requerida. Despensa de alimentos de emergencia está disponible, por favor llame Lunes-Viernes para más información.

58 Iris House East Side

2271 2nd Ave, 10035
212 423 9049

Despensa: Martes 1pm-4pm.

Identificación, Registración de Miércoles - Jueves. Comida de emergencia disponible en otras ocasiones.

59 All Saints Pantry

47 E. 129th St., 10035
212 534 3535/3536

Despensa: Sábado 8:30am-10:30am.

No abre el 5to sábado del mes. Identificación y comprobante de domicilio requerido.

HARLEM OESTE Y CENTRAL

10026, 10027, 10037, 10030, 10031, 10039

60 Food Bank for NYC Community Kitchen

252 W. 116 Street, 10026
212 566 7855

Comedor: Lunes - Viernes: 4pm-6pm, La alineación comienza a las 3:30pm, sin requisito.

Despensa: Martes, Jueves, Viernes: 11am-3:30pm; **Miércoles** 1pm-8pm.

Registración para despensa Lunes, Martes, Jueves, Viernes 3:30pm-5pm, Miércoles 11am-1pm. Identificación y prueba de domicilio requeridas para registración. Puede visitar despensa una vez por mes. Centro para personas mayores: Desayuno Lunes-Viernes: 9am-10am; Cena 2pm-3pm.

- 61 First Corinthian Baptist Church**
1912 Adam Clayton Powell, Jr. Blvd., 10026
212 864 5976
Despensa: Viernes 1 PM - 3 PM; **3er Sábado** 10 AM - 12 PM;
Identificación con foto y prueba de domicilio requeridas para registrarse, registraci3n solo en 3er Sáb. No registraci3n requerida para productos frescos.
- 62 Project Create-Anthony House**
73 Lenox Ave., 3rd Piso., 10026
212 663 1975
Despensa: Mi3rcoles 10am-12pm;
Identificaci3n requerida.
- 63 St. Joseph of the Holy Family Food Pantry**
405 West 125th Street, 10027
718 295 5605
Comedor: Sábado 8 AM - 12 PM
- 64 Mt. Olivet Baptist Church Community Meals Program**
201 Lenox Ave, 10027
212 864 1155
Comedor: Lunes 12:30pm-1:30pm;
Despensa: Martes, Mi3rcoles 10am-11am, La alineaci3n comienza a la 9:30am.
Firma requerida.
- 65 St. Mary's Episcopal Church**
521 West 126 Street, 10027
212 864 4013
Despensa: Lunes 4:30pm-6pm; Identificaci3n con foto y prueba de domicilio requeridas.
Comedor Movil: Sábado 2pm-3pm, paradas t3picas incluyen 125 St. debajo la estaci3n de Metro North y Marcus Garvey Park.

66 Metropolitan Baptist Church

151 W. 128 St., 10027

212 663 8990

Comedor: Lunes- Sábado 12pm- hasta que los alimentos se hayan terminado**Despensa: Miércoles, Viernes** 12pm- hasta que los alimentos se hayan terminado**67 Salem United Methodist Church**

2190 Adam Clayton Powell Jr., Blvd., 10027

212 678 2700

Comedor: Miércoles 12:30pm-2:30pm;**Despensa: Viernes** 11am-1pm. Identificación requerida.**68 African Services Committee**

429 W. 127th St., 2do Piso, 10027

212 222 3882

Despensa: Lunes-Viernes 9am-5pm.

Referencia de una agencia de servicios sociales requerida para registrar y recibir una tarjeta de despensa. Puede visitar una vez al mes.

69 Safe Horizon Streetwork Project

209 West 125th Street, 10027

212 695 2220

Despensa: Lunes, Martes, Jueves, Viernes 3pm - 5pm.

Disponibilidad limitada, llamar al 212 695 2220 para disponibilidad, puede venir una vez / mes para los clientes de Streetworks solamente - complete la admisión primero (cualquier persona menor de 24 años en riesgo o sin hogar puede convertirse en un cliente de Streetwork)

70 Church of the Annunciation

88 Convent Ave., 10027

212 234 1919

Despensa: Martes 10:30am-11:30am

71 Antioch Outreach Ministries

41 W. 124th St., 10027

212 534 5715

Despensa: Sábado 7:30am-11:00am

72 Harlem Dowling West Side Center for Children and Family Services

2139 Adam Clayton Powell Jr. Blvd, NW, 10027

212 749 3656

Despensa: Martes 12 PM - 2 PM, **Viernes** 2 PM - 4 PM.

Identificación con foto y prueba de domicilio requerida la primera vez.

73 Salvation Army Harlem Temple

540 Lenox Avenue, 10037

212 862 3900

Comedor: Lunes- Viernes 11:30am-12:30pm;

Despensa: Lunes-Viernes 10am-3pm.

Para despensa: Debe vivir dentro de los códigos postales 10027-10045. Referencia, identificación y comprobante de domicilio requerido. Solo por cita.

74 St. Mark the Evangelist Church

65 W 138th St., 10037

212 690 2763

Despensa: Sábado 10-11am (personas mayores); **12-1pm** (Adultos).

Identificación requerida. Debe vivir en el área.

75 Rusty Staub Food Pantry at the Joseph P. Kennedy Center

34 West 134th St., entrance on Lenox Terrace off 135th St., 10037

212 862 6401

Despensa: Miércoles 9:30am-12pm, sirviendo a los residentes de Harlem.

Servicios sin cita previa para la prevención del desalojo y servicios para la juventud Lunes - Viernes 9am-5pm. Comida de emergencia disponible a través de los administradores de casos.

76 Grand Central Food Program - Harlem Hospital

137th St. and Lenox Ave., 10030

212 776 2000

Comedor Móvil: Todo los días 8:45pm; Llegue a tiempo – distribución es móvil**77 Iris House West Side**

2348 Adam Clayton Powell Blvd., 10030

646 548 0100

Comedor: Martes, Miércoles, Jueves, Viernes 12pm-1:30pm;**Despensa: Jueves** 2pm-4pm.**78 West Side Campaign Against Hunger**

263 West 86th Street, 10030

212 362 3662 x123

Despensa: Lunes 8AM-12 PM, 1PM-3PM, 3 PM - 6:30 PM (solo personas que estén trabajando), **Miércoles - Viernes** 8AM - 12PM, 1PM - 3PM**79 St. Charles Borromeo Church**

211 West 141 Street, 10030

212 281 2100

Despensa: Sábado 9am-11am;

Identificación con foto y prueba de domicilio requerida

80 Church of the Crucifixion

459 W. 149 St., 10031

212 694 1116

Despensa: Miércoles 10am-1pm.

Referencia y 2 prueba de identificación requeridas.

81 Convent Ave Baptist Church

425 W. 144th St., 10031

212 234 6767 x102

Despensa: Lunes, Jueves 9:30am-12pm;

Identificación con foto y prueba de domicilio requerida la primera vez. Cada 3er Lunes de cada mes, Harlem Hospital proporcionara un equipo de evaluación de salud para controlar la presión arterial, el colesterol y la diabetes.

- **82 Upper Manhattan Mental Health Center**
1727 Amsterdam Ave., 10031
212 694 9200 x519
Despensa: Martes (solo personas mayores de 58 años) 1:30pm-4pm; Miércoles, Jueves (familias y personas solteros) 1:30pm-4pm; Identificación requerida, comida de emergencia disponible Lunes-Viernes 9am-5pm. Puede venir una vez al mes (personas mayores dos veces)

- 83 Father Creavin's Food Pantry - 151st St.**
276 W. 151st St., 10039
212 281 2100
Despensa: 2do, 3er and 4to Martes del mes 9am-10am.
Identificación con foto requerida.

WASHINGTON HEIGHTS, INWOOD

10032-10034

- 84 Community League of the Heights**
508 W. 159th St., 10032
212 795 4779
Despensa: Miércoles, Sábado 9am-11am.
Identificación con foto requerida; puede venir una vez por semana.
- 85 Jewish Community Council of Washington Heights - Inwood**
121 Bennett Ave. #11A, 10033
212 568 5450
Despensa: Martes, Miércoles, Jueves 11am - 1pm;
Identificación con foto y prueba de domicilio requeridas. Sirve residentes de Inwood y Washington Heights. Clientes nuevo deben registrarse entre la 1pm-2pm de Martes – Jueves. Una familia puede visitar una vez/mes. Comida es Kosher.
- 86 Catholic Charities Washington Heights Ecumenical Food Pantry**
4111 Broadway, 10033
212 795 6860
Despensa: Miércoles, Jueves 2pm-3:30pm.
Identificación con foto y prueba de domicilio para todos los miembros de casa requerida para registración.

87 New York City Love Kitchen

3816 9th Ave., 10034

212 942 4204

Comedor: Lunes - Viernes 4:30pm - 6:30pm;

Despensa: 1er, 2do, 3er Jueves 2pm - 3pm;

Identificación con foto y prueba de domicilio requerida para la
registro de la despensa.



DE LA GRANJA

Los neoyorquinos tienen dos opciones para obtener alimentos de la granja: mercados de agricultores y programas de agricultura apoyada por la comunidad, o los "CSA".

Encuentre las fuentes de productos agrícolas frescos abajo!

MERCADOS DE AGRICULTORES

Todos los mercados abajo aceptan EBT/beneficios SNAP (cupones para alimentos).

UPPER WEST SIDE

10023-10025

88 Tucker Square Greenmarket

W. 66th St. and Columbus Ave., 10023

Jueves, Sábado 8am-5pm, todo el año. Cerrado 11/22 Abierto 11/21

89 Frederick Douglass House Farm Stand

101st St. and Columbus Ave., 10025

Sábado 9am-3pm, 6/15-11/15

90 Down to Earth Morningside Park Farmers Market

W. 110th Street at Manhattan Avenue, 10025

Sábado 9am-3pm, todo el año

91 97th Street Greenmarket

W 97th St. and Columbus Ave., 10025

Viernes 8am-2pm, todo el año. 11/23 reprogramado al Miércoles 11/21

92 Columbia University Greenmarket

Broadway and W. 114th St., 10027

Jueves, Domingo 8am-5pm, todo el año. Cerrado Día de Acción de Gracias. 11/22 reprogramado al Martes 11/20

- 93 Harvest Home 125th Street Market**
E. 125th & Adam Clayton Powell Blvd, 10027
Martes 8am-4pm, 5 de Junio-20 de Noviembre

UPPER EAST SIDE

10022, 10065, 10021, 10128

- 94 82nd Street Greenmarket**
E 82nd St, between 1st Ave and York Ave., 10028
Sábado 9am-2:30pm, todo el año
- 95 92nd Street Greenmarket**
First Ave. and E. 92nd. St., 10128
Domingo 9am-4pm, 24 de Junio – 18 de Noviembre. Cerrado por maratón, 4 de Noviembre.

EL BARRIO

10029, 10035

- 96 Mt. Sinai Hospital Greenmarket**
E. 99th St. between Madison Ave & Park Ave, 10029
Miércoles 8am-5pm, 20 de Junio -28 de Noviembre. Cerrado 7/4 (día de la Independencia).
- 97 Harvest Home Metropolitan Farmers' Market**
99th St. & 3 Ave., 10029
Viernes 8am-4pm, 8 de Junio – 16 de Noviembre
- 98 Harvest Home East Harlem Market**
E. 104th St (between Second Ave & Third Ave), 10029
Jueves 8am-4pm, 7 de Junio – 15 de Noviembre
- 99 Harvest Home East River Market**
1st Ave. between E. 108th and E. 109th St., 10029
Sábado 8am-4pm, 9 de Junio – 17 de Noviembre

HARLEM OESTE Y CENTRAL

10026, 10027, 10037, 10030, 10031, 10039

- 100 Harvest Home Lenox Ave. Market**
Lenox Ave. between W. 117 and W. 118 St., 10026
Sábado 8am-4pm, 9 de Junio - 17 de Noviembre

101 Harvest Home Harlem Hospital Market
506 Lenox Ave. between W. 135 and W. 137 St., 10037
Viernes 8am-7pm, todo el año

102 Grassroots Farmers Market
W. 145th St. & Edgecombe Ave, 10030
Martes, Sábado 9am-4pm, Julio - Noviembre

103 Harvest Home West Harlem Market
Broadway between W. 137 and W. 138 St., 10031
Martes 8am-4pm, 5 de Junio - 20 de Noviembre

WASHINGTON HEIGHTS, INWOOD

10032-10034

104 Fort Washington Greenmarket
168th St. and Fort Washington Ave., 10032
Martes 8am-4pm, 5 de Junio - 27 de Noviembre.

105 175th Street Greenmarket
175th Street between Wadsworth and St. Nicholas, 10033
Jueves 8am-5pm, 28 de Junio - 29 de Noviembre. Cerrado
11/22.

106 Inwood Greenmarket
Isham St. between Seaman and Cooper, 10034
Sábado 8am-3pm, todo el año

PROGRAMAS DE CSA

Miembros en un CSA compran "acciones" o "partes" en la producción de una granja local. En general se paga con anticipación, pero algunos CSA varían sus precios con los ingresos de sus miembros, aceptan beneficios SNAP, y permiten pagos semanales para algunos miembros. Miembros generalmente recogen cajas de productos agrícolas cada semana en un sitio establecido, pero algunos CSAs también ofrecen partes medias, recogidas cada dos semanas.

Inscripciones para los CSA suelen ser entre marzo – mayo, con la primera distribución en junio o julio y la última en octubre o noviembre. Generalmente no se permite inscripción fuera de las fechas establecidas. Algunos CSAs también ofrecen partes limitadas durante el invierno.

Corbin Hill

Múltiples lugares de recogida. Registración hasta martes/miércoles antes de distribución. Posibilidades de pago semanal y pago con SNAP. Distribución semanal en verano, cada dos semanas en invierno. Posibilidad de descuento en precio para personas con ingresos bajos. Visite el sitio web de Corbin Hill, llame o mande un correo electrónico para encontrar un programa de CSA cerca y registrar.

Contacto: info@corbinhillfarm.com, 646 254 2250

Sitio web: www.corbinhillfoodproject.org/new-farm-share/

Just Food

Múltiples lugares de recogida. Datos de registración y aceptación de SNAP varían. Partes del invierno disponible para algunos CSAs. Visite el sitio web de Just Food, llame o mande un correo electrónico para encontrar un programa de CSA cerca. Comuníquese directamente con el CSA para registrar.

Contacto: info@justfood.org, 212 645 9880

Sitio web: www.justfood.org/csaloc

GrowNYC Fresh Food Box

Fresh Food Box es un club de compra al por mayor que permite a las comunidades comprar productos de la granja fresca a precios al por menor. Desarrollado por Greenmarket Co., programa de distribución de alimentos local de GrowNYC, Fresh Food Box proporciona la calidad y la variedad de una participación de Agricultura apoyada por la comunidad con flexibilidad para comprar por semana y no por temporada. Los clientes pre-ordenan las bolsas con una semana de anticipación en el día de distribución designado, y la próxima semana recogen su participación en la caja de alimentos frescos. A través del poder de las compras colaborativas, los clientes de Fresh Food Box compran por \$14- \$ 15 lo que costaría \$ 20- \$ 30 en una tienda. Visite el sitio web de Fresh Food Box, llame o envíe un correo electrónico para encontrar un sitio de distribución cerca de usted.

Contacto: ntucker@grownyc.org

Web: <https://www.grownyc.org/greenmarketco/foodbox>



CAPACITACIÓN PROFESIONAL Y RECURSOS LABORALES

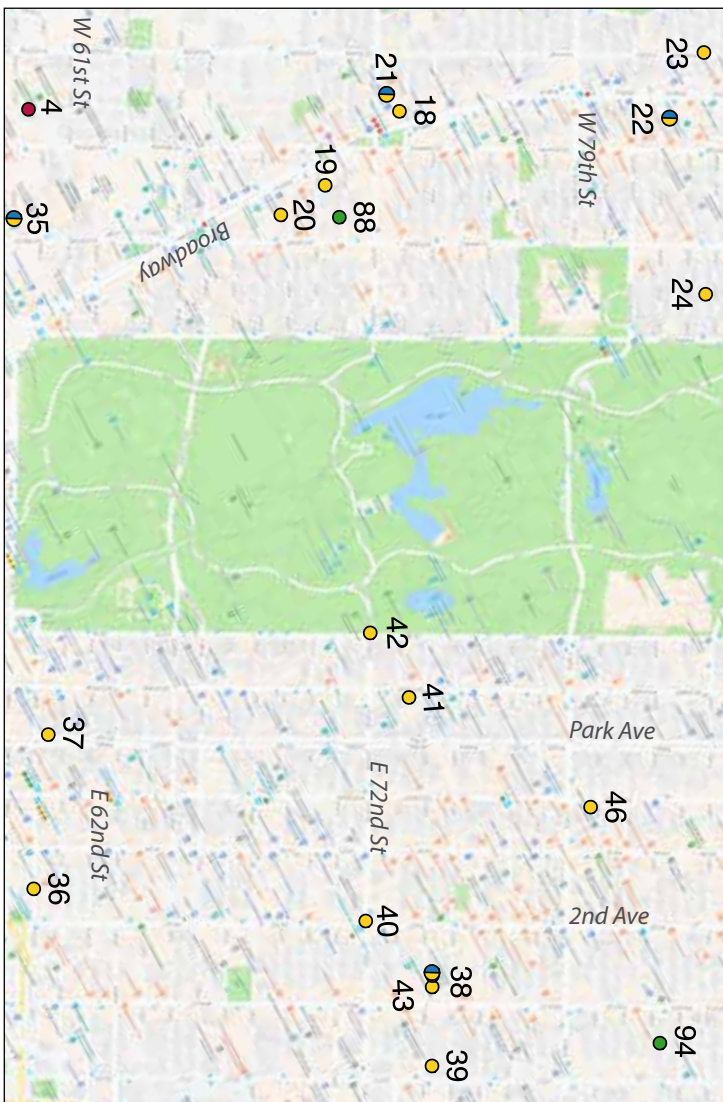
Ciertas personas pueden ser obligadas a trabajar, buscar trabajo y/o registrar en un programa de capacitación profesional para recibir los beneficios de SNAP.

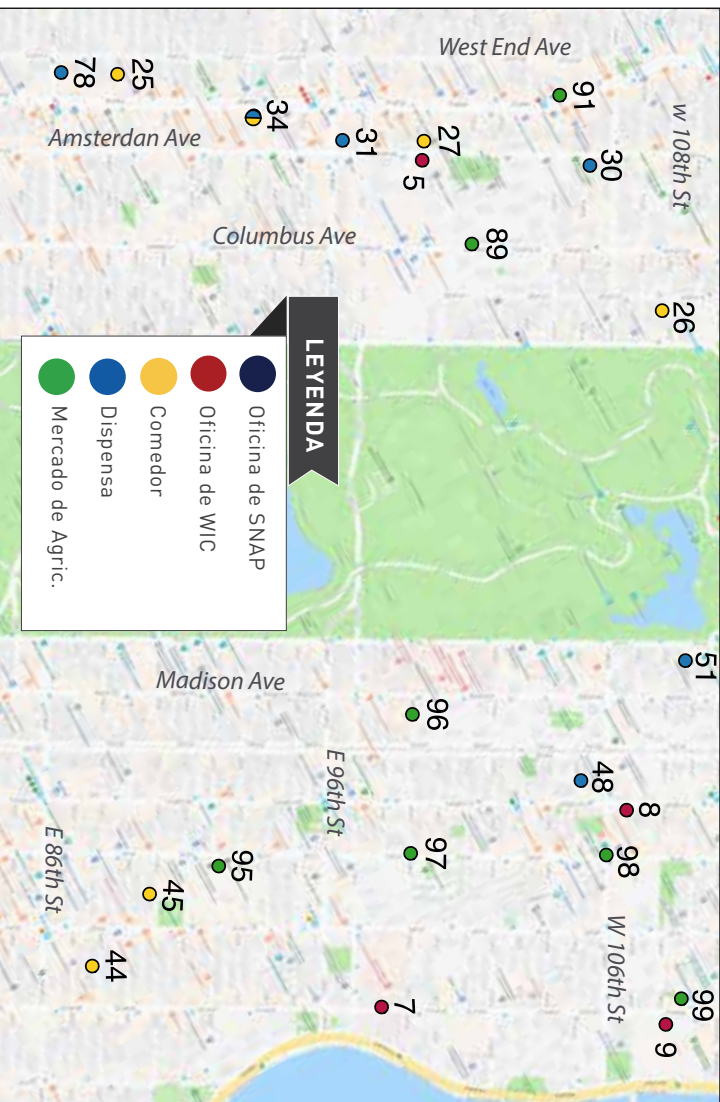
EMPLEO & CAPACITACIÓN

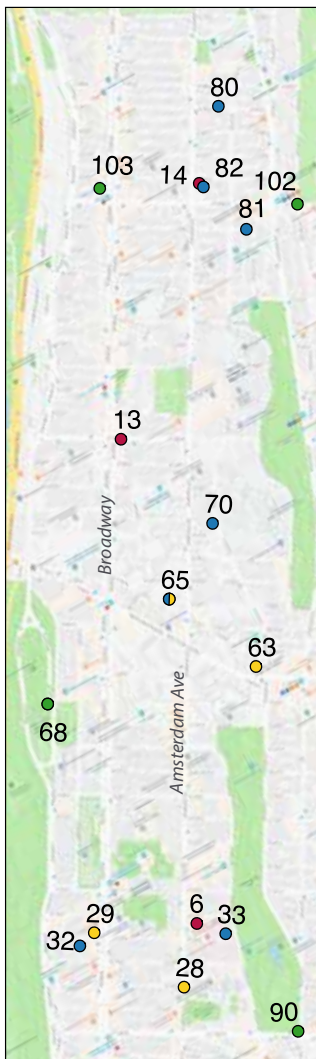
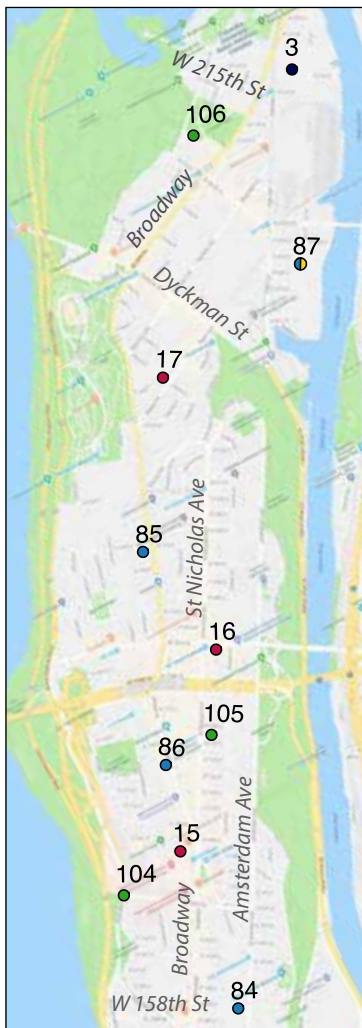
Puede visitar los siguientes sitios web para encontrar más información sobre capacitación profesional en toda la ciudad:

www1.nyc.gov/html/sbs/wf1/html/develop/develop.shtml

www1.nyc.gov/site/hra/help/types-training-education.page

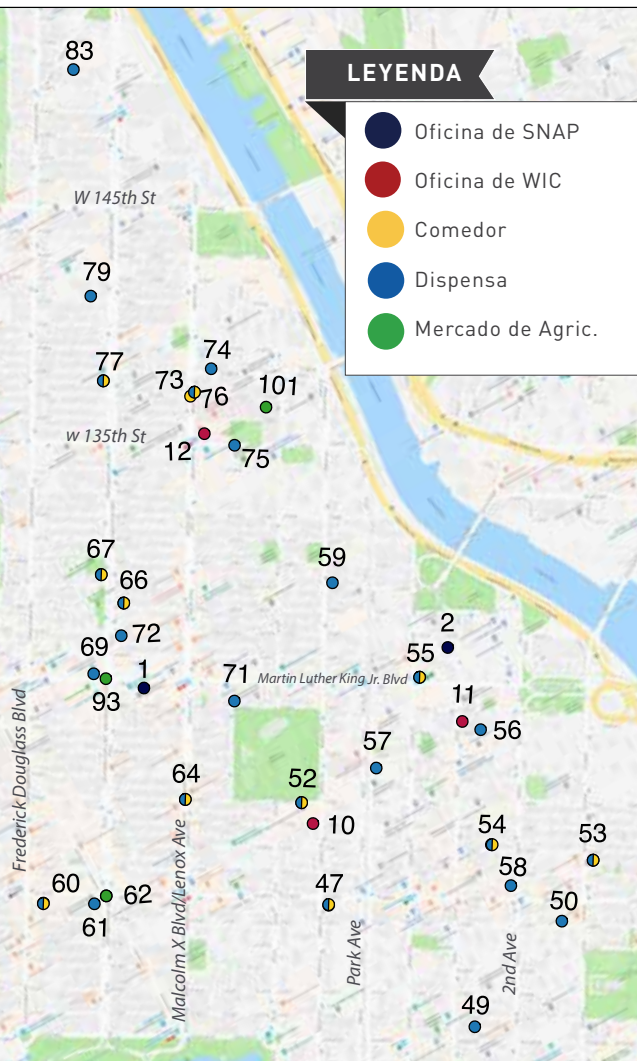






LEYENDA

- Oficina de SNAP
- Oficina de WIC
- Comedor
- Dispensa
- Mercado de Agric.



ASISTENCIA ADICIONAL

Organizaciones en su vecindad que le puedan ayudar con asuntos distintos a la alimentación.

CUIDADO MÉDICO

Harlem Hospital Center

506 Lenox Ave., 10037
212 939 1000

Metropolitan Hospital

1901 1 Ave., 10026
212 423 6262

Washington Heights Health Center

600 W. 168th St., 10032
212 795 0880

St. Nicholas Health Center

281 W. 127 St., 10027
212 865 1300

La Clinica del Barrio

413 E. 120 St., 10035
212 410 7940

William F. Ryan Community Health Center

110 W. 97 St., 10025
212 749 1820

SEGURO MÉDICO

Affinity Health System

Información disponible sobre asuntos de seguro médico, incluyendo registración con Medicare, Medicaid y otros programas.

Información General 866 694 9809

1307 St. Nicholas Ave., 10033

ASISTENCIA LEGAL

The City Bar Justice Hotline

212 626 7383

Lun-jue 9am-5pm, **vie** 9am-1pm

Ofrece consultas sobre una variedad de temas legales civiles, pero no puede asistir en encontrar un abogado (no asiste con representación en la corte).

www.ayudalegalny.org

Ofrece información específica y detallada sobre una amplia cantidad de temas legales, incluyendo agencias que posiblemente podrán ayudarle a conseguir un abogado para representación en corte.

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Línea Directa Nacional del Hambre: 877 8-HAMBRE

Línea Directa del Hambre de NYC: 866 888 8777

Policía/Fuego/Ambulancia: 911

Asilo de Emergencia: 311

Línea Directa para Personas Sin Hogares: 800 994 6494

Línea Directa de Inmigración: 212 419 3737, 800 566 7636

Centro de Control de Enfermedades: 800 232 4636

Centro de Control de Envenenamiento: 800 222 1222

Línea Directa de SIDA (español): 800 233 7432

Alcohólicos Anónimos: 212 647 1680

Narcóticos Anónimos: 212 929 6262

Línea Directa Anónima de Jugadores: 855 222 5542

Línea Directa de Violencia Domestica: 212 577 7777,

800 621 4673

Línea Directa de Violación y Asalto Sexual: 212 423 2140,

212 227 3000

Línea Directa de Abuso de Niños/as: 800 342 3720

Línea Directa de Fugitivos: 800 786 2929

Línea Directa de Víctimas de Crimen: 212 577 7777,

800 689 4357























Línea Directa de Suicidio: 800 273 8255

Línea Directa Nacional de Crisis: 800 999 9999

Créditos: Los iconos utilizados en esta guía fueron adaptadas de la colección The Noun Project. Datos de mapas © colaboradores de OpenStreetMap.

TABLA DE SERVICIOS DISPONIBLES

Vea abajo cuales programas están disponibles para usted y su familia.

PERSONAS CON NIÑOS/AS				
PERSONAS SIN NIÑOS/AS				
PERSONAS ANCIANAS				
PERSONAS SIN HOGAR				
INMIGRANTES LEGALES				
INMIGRANTES INDOCUMENTADOS				



Beneficios de SNAP/
Cupones Para Alimentos



Comidas en comedores



Alimentos en despensas



Paquetes de WIC
Desayuno y almuerzo en las escuelas
Alimentos de Verano para niños/as



Alimentos en centros de ancianos
Alimentos repartidos a su hogar

~~HUNGER~~
FREE
NYC