



CERES COMMUNITY PROJECT

Comidas nutritivas

Hechas con amor,
hasta la puerta de tu casa



Nuestras comidas son gratis o de bajo costo, deliciosas, saludables y diseñadas para apoyarte cuando estás enfermo.

Justo cuando comer bien es más importante que nunca ...

Ceres Community Project puede ayudar

Ceres es una organización sin fines de lucro que entrega comidas a domicilio, hechas para apoyarte cuando tu salud esta afectada.

- Nuestro servicio estándar es de siete comidas a la semana. Según tu situación y diagnóstico, puedes calificar para recibir comidas adicionales o una bolsa de comida fáciles de cocinar.
- Si es necesario, podemos ofrecer comida para toda la familia.
- Las comidas son gratis para clientes que ganan \$27,000 anuales o menos. Los precios se basan en una escala de descuento para quienes tengan ingresos mayores.
- Las comidas se preparan para atender los requerimientos nutricionales de la mayoría de las enfermedades.

En Ceres Community Project creamos salud para las personas, comunidades y el planeta a través de amor, comida curativa y empoderamiento para la siguiente generación. Entrenamos a voluntarios adolescentes para preparar y disfrutar comidas saludables. Obtienen habilidades para el trabajo y de liderazgo y descubren la alegría de dar a los demás.

Conectamos a personas de todas las edades y posiciones sociales.
Juntos creamos una comunidad sana y más unida.

CeresProject.org
o llama al **707-829-5833**

Apoya nuestro trabajo.
¡Se aceptan donaciones y voluntarios!

Ceres Community Project
PO Box 1562 | Sebastopol CA 95473
Federal Tax ID 26-2250997



Sirviendo a los condados de Marin y Sonoma



Una Comida de Ceres es ...

Saludable

deliciosa y llena de nutrientes

Orgánica

más saludable para ti y para nuestro planeta

Local

los alimentos más frescos, en su punto

Comidas analizadas médicamente

para atender tus necesidades nutricionales específicas

Hecha con amor

por nuestros voluntarios adolescentes y adultos, ¡porque nos preocupamos por ti!

Servimos a quienes:

- sufren de una enfermedad crónica o grave, como cáncer, diabetes o enfermedad del corazón
- tienen dificultades para comprar o preparar comida
- viven en Sonoma o el Condado de Marin
- de todas las edades
- tengan una vivienda estable y sean capaces de refrigerar y calentar comida
- no estén en hospicio

¡Comunícate con nosotros para saber si nuestro servicio es ideal para ti!



Cada semana, incluimos una gran variedad de comidas deliciosas y nutritivas. Nuestra comida es 100% orgánica y contiene granos integrales, vegetales frescos y carnes bajo en grasa y de pastoreo; nunca comidas procesados, aditivos o conservadores.

Si no cumples con los criterios de nuestro programa, pero te beneficiaría recibir nuestras comidas saludables a domicilio y tienes los medios para pagarlas, por favor, comunícate con nosotros. Comprar comidas de Ceres a precio completo es de gran ayuda para nuestros programas y para tu salud. Los espacios están limitados.

Agradecemos a nuestros donadores y voluntarios, su apoyo nos permite dar comidas sin costo a más del 86% de nuestros clientes.

Más información y menús de muestra en:
CeresProject.org

en español
(707) 829-5833 x 203

¡Contáctanos!
clientcareteam@ceresproject.org
or 707-829-5833 x 203 (en español)