

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.



Sirviendo a los condados de Marin y Sonoma



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

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.



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)