FARM to Early Care and Education

Boulder County Public Health

Agosto 2023

Calabaza de verano, duraznos y melones

¡Uno sabe que estamos en pleno verano cuando las calabazas, los melocotones y los melones de verano son las cosechas del mes! La calabaza de verano es originaria de América Central y de México (donde se han encontrado sus semillas conservadas en cuevas que tienen más de 10.000 años). Hay dos tipos de melocotones: *clingstone* y *freestone*. La diferencia entre los dos está en el nombre: la pulpa del melocotón se "agarra" a un *clingstone*, pero no a un *freestone*. Para elegir la sandía perfecta, asegúrese de que la parte inferior tenga una mancha amarillita, lo que nos da la pista de que maduró en la mata.

ParentsCorner

Acceda a alimentos saludables en Longmont 24/7

Los refrigeradores comunitarios, funcionan gracias a la buena voluntad de los residentes locales. Cualquiera puede dejar alimentos que no van a usar o ya no quieren y cualquiera puede pasar a recoger lo que necesite. ¡No se hacen preguntas! Para obtener más información y encontrar un refrigerador comunitario cerca de usted, visite https://www.longmontcommunityfridges.org/.

Entrega de alimentos frescos para los participantes de WIC

Las familias que son elegibles para el programa WIC pueden inscribirse para recibir entregas a domicilio de alimentos frescos gratuitos del mercado de agricultores del condado de Boulder. Regístrese aquí.

Continuing Education

Capacitaciones, clases y excursiones gratuitas

Capacitaciones para el personal

Talleres sobre jardinería y limpieza del huerto en otoño

¡Únase a los expertos en horticultura y jardinería de la universidad CSU y al Departamento de Salud Pública de Boulder para participar en un taller de jardinería y limpieza en otoño! Los participantes obtendrán experiencia práctica en la limpieza de lechos de jardín y la plantación de cultivos de cobertura. Esta capacitación se llevará a cabo EN PERSONA, en Sunflower Farm en Longmont el martes 9/12 de 6 a 7:30 p. m. Todos los participantes recibirán un certificado por 1 hora de crédito de desarrollo profesional. Regístrese aquí.

Capacitación del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP)

Échele un ojo a la conferencia virtual CACFP del 15 al 17 de agosto para asistir a talleres sobre nutrición, administración de programas, operaciones, desarrollo profesional y más. La tarifa de registro incluye sesiones a pedido, disponibles hasta el 31 de agosto de 2023. Regístrese aquí. Hay becas disponibles para cubrir el costo de la inscripción. ¡Solicite una beca aquí antes del 8/1!

Clases y excursiones para niños

Cocina con tus hijos

La especialista en salud comunitaria del programa de extensión de la Universidad de CSU, Emma Dhimitri, preparará y llevará a cabo una actividad práctica de preparación de alimentos con sus hijos, empleando algunas de las frutas y verduras cultivadas localmente que ha visto en las bolsas de productos de este año. Los niños tendrán la oportunidad de probar, jugar, explorar y cocinar con nuevos alimentos. Envíe un correo electrónico a Heather Hauswirth para reservar su espacio para programar su clase. Cupos limitados.

Excursión a Ollin Farms

Venga a hacer un recorrido de la granja y aprenda sobre nutrición, lo que crece en Colorado y los ciclos de vida de las plantas. Regístrese aquí.

Recorrido y exploración de la granja de Milk and Honey Farm

Los participantes tendrán la oportunidad de explorar los campos, el invernadero y todas las frutas y verduras que crecen allí. Regístrese aquí.