Formulario de Solicitud del Consejo de Equidad

Subvención de Equidad Lancaster

*Información de la Propuesta de Subvención*

**Título del Proyecto \***

Nombre del Proyecto.

* Sentimientos Saludables (Healthy Feelings)

**Descripción del Proyecto**

Breve descripción de tu proyecto. (25 palabras o menos)

* Sentimientos Saludables se dedica a enriquecer a la comunidad del sudeste asiático de Lancaster, Pensilvania, con comidas sanas y completas a través de clases de cocina con ingredientes de origen local.

**¿Es esta una idea nueva o un programa existente?**

**Opciones**

* Idea Nueva
* **Programa Existente**

**Abordando la Equidad Racial**

Breve descripción de cómo este proyecto aborda la equidad racial en el condado de Lancaster. Ejemplos de áreas que a menudo afectan la vida de las comunidades BIPOC incluyen, entre otros, *Liderazgo Comunitario y Desarrollo Personal.*

*Educación y Preparación para el Trabajo*

*Salud y Bienestar dentro de las comunidades de color*

* Al crecer en el área, las tiendas de comestibles estaban desiertas y lo que a menudo estaba disponible no era familiar para mis padres, quienes crecieron con la cocina del sudeste asiático. Al menos cinco días a la semana, recuerdo comer productos secos y comidas instantáneas porque no sabían qué más hacer. No estaba solo en esa experiencia; Mis amigos y yo a menudo hablábamos de que solo obtendríamos alimentos caseros del sudeste asiático con vegetales y proteínas adecuados cuando visitábamos a la familia fuera de Lancaster.

Este proyecto ayudaría a impactar directamente las necesidades de salud y bienestar de la comunidad asiática en Lancaster utilizando las mismas tiendas de comestibles en las que compran y mostrando a las familias cómo crear recetas saludables y familiares. Luego, distribuiré las mismas recetas y consejos sobre el abastecimiento de ingredientes a la comunidad asiática en general para brindar educación más allá de los 50 a 100 residentes a los que he llegado hasta ahora. Además, como alguien que se ha dedicado a mejorar mi comunidad, me gustaría tener la oportunidad de participar en un curso de certificación y cocina para aumentar mis conocimientos y habilidades que puedo transmitir.

**¿Qué es lo que más valoras de tu identidad?**

* Mi experiencia como mujer en la industria de los restaurantes me ha mostrado la necesidad de una comida más accesible y familiar en la zona. La comida es una experiencia comunitaria. Crecí cocinando juntos a mi familia en la cocina. La comida era el lenguaje de amor que lo decía todo. Era un hogar lejos del hogar para mis padres, quienes emigraron en 1989 desde Filipinas. Espero impulsar eso más allá y enseñar a las generaciones más jóvenes cómo experimentar la cultura del sudeste asiático con las herramientas y comestibles que tengamos.

**Fecha de Inicio del Proyecto (a más tardar el 1 de mayo de 2022)**

* 23 de abril (primera clase)

**Fecha de Cierre**

* 26 de julio (última clase)

**Importe de Subvención Solicitado**

Hasta $5,000

* $4,000

*Descripción del Proyecto*

**I. Introducción**

Por favor, comparte ¿qué hace tu grupo u organización? ¿Por qué tu grupo u organización siente que este trabajo es importante? ¿Quiénes son los miembros fundadores y cuáles son sus experiencias en este trabajo?

* Mi organización se llama Sentimientos Saludables y brindamos educación y recursos para cocinar comidas saludables que reflejen los antecedentes culturales de los residentes de Lancaster. Si bien este proyecto comenzó como un proyecto individual, pude obtener el apoyo de la comunidad en Lancaster y tengo cinco voluntarios de BIPOC con más de diez años de experiencia en restaurantes, incluido un cultivador comunitario, que me apoyan con la preparación para y durante las clases. Combinado con mis 15 años en la industria de restaurantes, tenemos el conocimiento técnico para crear recetas y enseñar a las familias cómo preparar comidas accesibles para ellos con ingredientes disponibles en nuestra comunidad. Más aún, como colectivo, creemos que demasiadas familias en Lancaster no tienen acceso a comidas saludables o comidas que son culturalmente familiares debido a los presupuestos limitados, los ingresos y al lugar donde viven por los desiertos alimentarios existentes en Lancaster.

**II. Resumen del Proyecto**

Describe tu proyecto, incluidas **las actividades clave** y los **objetivos**.

* Para fines de julio de 2022, brindaré a 60 familias en el sureste de Lancaster clases de cocina de 2 horas para enseñarles recetas rápidas, fáciles y saludables.
* Al finalizar la subvención, proporcionaré a 300 familias que no hayan participado en las clases de cocina, folletos que contengan recetas y lugares donde obtener ingredientes.
* Al finalizar la subvención, mi equipo habrá participado en un curso de desarrollo profesional para aumentar nuestro conocimiento de diferentes cocinas asiáticas y ampliar las recetas que podemos ofrecer a nuestra comunidad.

**III. ¿Qué Logrará tu Proyecto?**

Describe cómo se verán impactadas las personas que participen en tu proyecto. Explica si planeas continuar con tu proyecto más allá de esta subvención y cómo lo harás.

* En última instancia, este proyecto aborda las disparidades en los alimentos saludables accesibles para las familias y los desiertos alimentarios en los que muchos viven al brindar educación sobre el abastecimiento creativo de ingredientes familiares en Lancaster y la elaboración de comidas saludables a partir de ellos. A menudo, las familias no tienen tiempo para visitar varias tiendas de comestibles para encontrar los ingredientes correctos, ni tienen la experiencia culinaria para adaptar las recetas con las que crecieron para reflejar lo que está disponible localmente. La esperanza es, que al hacer un poco de trabajo preliminar para las familias, Sentimientos Saludables pueda enseñar a los residentes de Lancaster nuevas herramientas y habilidades para enriquecer su dieta.

Durante esta subvención, Sentimientos Saludables explorará la necesidad y la demanda de un programa como este para comprender si esto puede ser sostenible a largo plazo. Sentimientos Saludables utilizará este período de subvención para hacer crecer su base de clientes que participarían en más de un taller y en un modelo basado en tarifas y/o solicitarían otras subvenciones.

**IV. ¿Cómo medirás tu logro? ¿Cómo sabrás que has tenido éxito?**

Explica cómo sabrás cuándo tu proyecto ha completado el objetivo planificado. Explica cómo medirás el éxito de tu proyecto.

* Para garantizar que nuestras clases satisfagan las necesidades de los residentes de Lancaster, incluiremos encuestas como práctica habitual después de cada clase. El objetivo es que el 90% de nuestros participantes sientan que las clases les han permitido cocinar comidas más saludables para sus familias y obtener comentarios sobre el programa en general. Las encuestas también nos permitirán adaptar las clases durante la subvención y nos ayudarán a comprender los siguientes elementos: ¿cuántas comidas les gustaría preparar a las familias durante la clase? ¿Cuántos participantes regresarían a un segundo taller? ¿Qué recetas usarían de nuevo? ¿Qué tan probable es que recomienden la clase a otros? Además, dado que compartir las recetas y la información sobre el abastecimiento de ingredientes a través de folletos es una parte importante de este proyecto para aumentar nuestro alcance, realizaremos un seguimiento de la rapidez con la que se distribuyen los folletos y su demanda.

**V. Participantes** Por favor, comparte aproximadamente cuántas personas negras, morenas, indígenas y/o inmigrantes de color participarán en tu proyecto.

* Participantes de la clase: 60 personas (6 clases de 10 participantes)
* Destinatarios de los folletos: 300 familias
* El 80% de los participantes serán BIPOC

**VI. ¿Quién está en tu equipo de proyecto?** Enumera las personas y/u organizaciones locales involucradas en el programa/proyecto propuesto.

* Sentimientos Saludables: Nuestro equipo está compuesto por seis personas, incluyéndome a mí. Como colectivo, aportamos más de 25 años de experiencia culinaria; muchos de nosotros hemos trabajado en las filas de diferentes cocinas, algunos comenzando como lavaplatos y siendo dueños de nuestros propios restaurantes/camiones de comida. Más aún, como equipo de BIPOC, tenemos la comprensión cultural de la cocina y los ingredientes asiáticos para garantizar que nuestras recetas sean culturalmente apropiadas para los residentes asiáticos de Lancaster. Además, reconociendo que existe la necesidad de acceso directo a ingredientes saludables, uno de nuestros voluntarios es un cultivador comunitario que brindará a las clases información sobre cómo cultivar sus ingredientes y proporcionar ingredientes para las clases. Nuestro equipo incluye a Denise Wang, Julia Morales, Cynthia Wong, Brooke Smith, Evan Ngo y Leslie Reilley. Patrocinador Fiscal: Meals on Wheels

**VII. Presupuesto**

Por favor, carga un presupuesto que detalle tu propuesta de proyecto. Puedes usar la plantilla de presupuesto de LCCF (que se encuentra aquí) o usar la tuya propia. Te recomendamos que incluyas en tu presupuesto el tiempo que dedicaste a crear este proyecto (págate a ti mismo). Incluye otras fuentes de financiamiento si corresponde.

* Ingredientes para 60 comidas: $900 ($15 por participante por una comida de cuatro porciones)
* Equipo: $860 (ollas, sartenes, utensilios, etc.)
* Diseño gráfico para tarjetas de recetas: $320 ($80 por tarjeta de recetas, cuatro tarjetas de recetas)
* Impresión de Tarjetas de Recetas: $240 ($.80 por tarjeta de recetas)
* Desarrollo profesional para el equipo: $480 ($80 para el curso por miembro del equipo)
* Estipendio para el equipo: $1200 ($200 por miembro del equipo)

*Documentos de Respaldo*

**Sitio web/Enlace de redes sociales**

Si corresponde, proporciona un enlace al sitio web de tu grupo/organización o página(s) de redes sociales *Límite de caracteres: 2000*

**Archivo Adicional Subir Uno**

Opcional: puedes usar esto para subir tu informe anual o cualquier documento adicional relevante para tu programa.

*Límite de Tamaño de Archivo: 2 MB*

*Opción de Archivo de Video para Cargar o Entrevista*