

## ¿Qué hay en una bolsa de Share?

El contenido de una bolsa de Share variará semana a semana, dependiendo de la estación de cultivo y de lo que hay disponible en la zona.

Ud. puede esperar hallar por lo menos un ítem de fruta cada semana, incluyendo arándanos, frambuesas, fresas, manzanas, o duraznos.

Puede también encontrar varias raciones de verduras, como lechuga, vegetales de hoja verdes, maíz, tomates, pimientos, zapallitos y hierbas.

Las bolsas de Share también vienen con recetas, información nutricional y anuncios sobre eventos de City Fresh, como encuentros con los horticultores, festivales de la cosecha, cortometrajes, o foros educativos.

Las bolsas Share las preparan voluntarios, horticultores, y jóvenes cada semana en el puesto comunitario de distribución de City Fresh. De ahí son transportadas al Punto Fresh de su vecindario.



## ¿Cómo funciona SHARE?

El programa SHARE dura 20 semanas en la estación de cosecha de vegetales. Usted reserva su parte haciendo un prepago. Dependiendo de su presupuesto, usted puede participar por toda la temporada, por algunas semanas o semana a semana. Usted elige las fechas en que desea reservar su bolsa de vegetales SHARE. Su participación en SHARE puede ser comprada usando Ohio Direction.

Las compras Share no tienen reembolso. Si usted no se presenta a buscar su bolsa de vegetales SHARE, ella será donada.

Para consolidar un sistema de distribución de alimentos más equitativo, nosotros sugerimos que si usted puede hacerlo pague un poco extra para reducir los costos de otros participantes con recursos limitados. Los pagos extra son deducibles de impuestos.

Las bolsas de SHARE incluyen productos de horticultores que viven y trabajan aquí mismo en el Noreste de Ohio, incluyendo granjeros Amish, familias de agricultores de cinco generaciones, horticultores urbanos de mercado, graduados

## ¿Cómo hago para participar?

Llene este formulario y envíelo por correo a NAC, MPO Box 357, Oberlin, OH 44074 o complételo electrónicamente en [www.GotTheNAC.org](http://www.GotTheNAC.org) Por favor incluya sus dos primeros pagos SHARE (a menos que esté utilizando Ohio Direction).

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad/Código Postal: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

### PRECIO DE LA PARTICIPACION EN LA COMPRA DE ALIMENTOS SHARE

Participación Regular Share:

Bueno para familias, parejas \_\_\_ \$20 Regular + \_\_\_ \$5 \_\_\_ \$10 para Share Fund

\_\_\_ \$10 Ingresos Limitados Regular

Participación Económica-Share:

Personas solteras, retirados-seniors, madres solteras

\_\_\_ \$10 Participación Media bolsa-Share (Regular)

\_\_\_ \$5 Media bolsa-Share (Ingresos Limitados)

\_\_\_ Voy a utilizar Ohio Direction

### PARTICIPE CON SU APOYO

\_\_\_ \$ \_\_\_ para contribuir a Share Fund para ayudar a otros participantes con recursos limitados (elegible para ser deducible de impuestos)

\_\_\_ Estoy interesado-a en trabajar como voluntario-a

### LUGARES (días/horas A DETERMINAR):

\_\_\_ Art House, Old Brooklyn

\_\_\_ Central

\_\_\_ Clark-Metro (W. 25th and Clark)

\_\_\_ Cleveland Heights

\_\_\_ Kamm's Corners

\_\_\_ Elyria

\_\_\_ Lakewood

\_\_\_ Lorain

\_\_\_ Oberlin

\_\_\_ Slavic Village

\_\_\_ Urban Community School

## CITY FRESH SHARE 2007

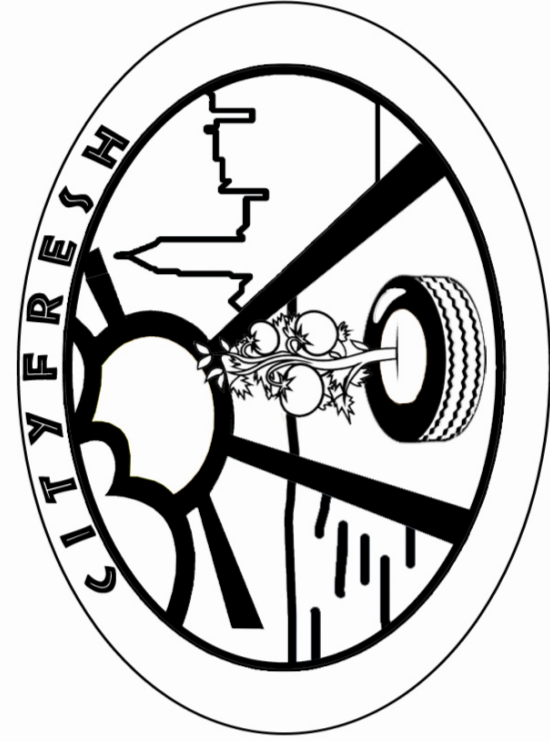
Aprendimos la importancia de compartir siendo niños pequeños. Al compartir, recurrimos a nuestra naturaleza generosa. Al compartir, nuestra riqueza se multiplica y hallamos que nuestra vida es más rica. Compartir nos hace pensar en cómo nuestra vida está conectada a las vidas de los demás a nuestro alrededor. Compartiendo, creamos comunidad.

¿Qué mejor manera de compartir que con la comida? Su participación en City Fresh le permite compartir el dinero de sus alimentos directamente con los horticultores de su zona y no con los camiones, aviones e intermediarios que los embarcan desde la otra mitad del mundo.

Una vez que reserva su participación en SHARE, Usted puede extender su práctica de compartir:

- Puede compartir sus alimentos con amigos, familias o gente que lo necesita en su comunidad
- Puede pagar un poquito extra para ayudar a hacer los alimentos más accesibles para aquellos que tienen menos recursos
- Puede compartir recetas, ideas o historias
- Puede compartir técnicas para cultivar
- Puede llevar su bolsa de vegetales SHARE y preparar una deliciosa comida para compartir en un evento de City Fresh.
- Puede compartir sus desechos de comestibles o del jardín con el jardinero de la esquina.

New Agrarian Center  
MPO Box 357 Oberlin, OH 44074  
216-429-8238 (Cuyahoga Cty.)  
440-774-2906 (Lorain Cty.)  
[www.GotTheNAC.org](http://www.GotTheNAC.org)



# SHARE

# 2007

Compartiendo alimentos,  
creando comunidad,  
cultivando la generosidad.