



## Formulario de Salida

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

SNAP Benefits (Virginia EBT card)

Dirección: \_\_\_\_\_

TANF (Temporary Assistance for Needy Families)

Ciudad: \_\_\_\_\_ Código: \_\_\_\_\_

Banco de alimentos y despensa de comida

Teléfono: (\_\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

WIC

Email: \_\_\_\_\_

Otro (por favor especifique): \_\_\_\_\_

*Sí! Me gustaría que inscribirme en el boletín electrónico del Programa de Nutrición de Familia. Asegúrese de darnos su dirección de correo electrónico y escribir claramente.*

**Miembros de la familia** - lista los nombres y edades de las personas que viven con usted desde que inscribió en el Programa De Nutrición de la Familia:

Si es mujer: ¿Está embarazada?  Sí  No

**Nombre (sin apellido)**

**Edad**

¿Está amamantando?  Sí  No

1. \_\_\_\_\_

**Programas en la cual participan usted y su familia como resultado de una remision de la Programa de Nutrición de la Familia.**

2. \_\_\_\_\_

(Marque todas las que apliquen):

3. \_\_\_\_\_

Almuerzo o desayuno gratis o reducido en la escuela

4. \_\_\_\_\_

Head Start

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

### FOR FAMILY NUTRITION PROGRAM USE ONLY:

Exit Date \_\_\_\_\_  Fast Track  Young Comprehensive # of Lessons: \_\_\_\_ # of Contacts: \_\_\_\_ # of Hours: \_\_\_\_

Educational Objective Met Program Assistant Name: \_\_\_\_\_

Group Name: \_\_\_\_\_

Participant ID#: \_\_\_\_\_

Termination Reason:  Returned to School  Took Job  Family Concerns  Staff Vacancy

Moved  Lost Interest  Other \_\_\_\_\_

El Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA) es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. Este material está financiado por el USDA Supplemental Nutrition Assistance Program – SNAP que ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese con la oficina de servicios sociales de su condado o para ubicar la oficina del condado, llama gratis 1-800-552-3431 (lunes a viernes 8:15-5:00, excepto días festivos). Llamando a su oficina local de DSS, usted puede obtener información útil acerca de los servicios.

## ANTES de que participara en el programa

Estamos intentando recopilar información sobre cómo beneficiaron del programa. Nos gustaría pedirle que complete esta encuesta, lo previsto y fijado alimentos antes de que usted participó en este programa pensando en maneras de. Para cada pregunta, por favor un círculo sólo una respuesta en cada fila. Ser tan honesto como sea posible. Esto no es una prueba. Hay no hay respuestas incorrectas. ¡Gracias!

<b>BEFORE</b>	1. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia planeaba las comidas con anticipación?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	2. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia comparaba precios antes de comprar alimentos?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	3. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia se le acababan los alimentos antes del final del mes?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	4. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia compraba los alimentos con una lista?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	5. Antes del programa... Esta pregunta es acerca de las carnes y productos lácteos. ¿Con qué frecuencia dejaba por fuera estos alimentos por más de 2 horas?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	6. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia descongelaba alimentos a temperatura ambiente?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de la veces	Casi siempre
	7. Antes del programa... A la hora de decidir sobre qué alimentos darle a su familia, ¿con qué frecuencia pensaba en opciones de alimentos saludables?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	8. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia preparaba alimentos sin agregarles sal?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	9. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia usaba los "Datos de Nutrición" en la etiqueta del alimento para elegir los alimentos?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	10. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia usted o sus niños comían durante las primeras 2 horas después de despertarse por la mañana?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	11. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia preparaba comidas que incluían una variedad de alimentos de MiPlato?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	12. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia salía a caminar, subía escaleras, corría con sus niños, y aprovechaba otras oportunidades para estar activa físicamente?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	13. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia usaba leche con grasa reducida (2%), baja en grasa (1%), o sin grasa?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	14. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia tomaba soda regular?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	15. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia leía las etiquetas de los alimentos para elegir alimentos de granos enteros?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	16. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia leía las etiquetas de los alimentos para elegir alimentos con menos grasa?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	17. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia consumía 2 o más tipos de fruta cada día? (Esto incluye fruta fresca, congelada, enlatada y jugo 100% de fruta natural).	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	18. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia consumía 3 o más tipos de verduras cada día? (Esto incluye verduras frescas, congeladas, enlatadas y jugo 100% de verduras naturales).	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	19. Antes del programa... ¿Con qué frecuencia lavaba utensilios y superficies con agua caliente y jabón que habían estado en contacto con aves o carne cruda antes de usarlas de nuevo?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	20. Antes del programa... ¿Alguna vez comió menos de lo que creía que debía comer porque no había suficiente dinero para comprar alimentos?	Sí	No			
	21. Antes del programa... Cuando compraba los alimentos, ¿trataba de comprar alimentos de todos los diferentes grupos de alimentos?	Sí	No			

**DESPUÉS de completar el programa (la serie de clases)**

Para estas preguntas, por favor díganos qué ahora, después de participar en el programa. Para cada pregunta, por favor un círculo sólo una respuesta en cada fila. Ser tan honesto como sea posible. Sus respuestas son importantes y se utilizará para mejorar futuras clases. ¡Gracias!

<b>AFTER</b>	22. ¿Con qué frecuencia planea ahora las comidas con anticipación?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	23. ¿Con qué frecuencia compara ahora precios antes de comprar alimentos?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	24. ¿Con qué frecuencia se le acaban ahora los alimentos antes del final del mes?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	25. ¿Con qué frecuencia compra ahora el mercado sin una lista?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	26. Esta pregunta se enfoca de la carne y las comidas lácteas. Ahora, con qué frecuencia se quedan afuera del refrigerador por más de dos horas?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	27. ¿Con qué frecuencia descongela ahora alimentos a temperatura ambiente?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	28. A la hora de decidir qué alimentos darle a su familia, ¿con qué frecuencia piensa ahora en opciones de alimentos saludables?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	29. ¿Con qué frecuencia prepara ahora alimentos sin agregarles sal?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	30. ¿Con qué frecuencia usa ahora los “Datos de Nutrición” en la etiqueta del alimento para elegir los alimentos?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	31. ¿Qué tan a menudo, comen ahora usted o sus niños algo durante las primeras 2 horas después de despertarse por la mañana?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	32. ¿Con qué frecuencia prepara ahora comidas que incluyen una variedad de alimentos de MiPlato?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	33. ¿Con qué frecuencia sale ahora a caminar, sube escaleras, corre con sus niños, y aprovecha otras oportunidades para estar activa físicamente?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	34. ¿Con qué frecuencia usa ahora leche con grasa reducida (2%), baja en grasa (1%) o sin grasa?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	35. ¿Con qué frecuencia toma ahora soda regular?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	36. ¿Con qué frecuencia lee ahora las etiquetas de los alimentos para elegir alimentos de granos enteros?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	37. ¿Con qué frecuencia lee ahora las etiquetas de los alimentos para elegir alimentos con menos grasa?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	38. ¿Con qué frecuencia consume actualmente 2 o más tipos de fruta cada día? (Esto incluye fruta fresca, congelada, enlatada y jugo 100% de fruta natural).	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	39. ¿Con qué frecuencia consume actualmente 3 o más tipos de verduras cada día? (Esto incluye verduras frescas, congeladas, enlatadas y jugo 100% de verduras naturales).	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	40. ¿Con qué frecuencia lava ahora utensilios y superficies con agua caliente y jabón que han estado en contacto con aves o carne cruda antes de usarlas de nuevo?	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
	41. Desde que participó en el programa, ¿ha comido alguna vez menos de lo que creía que debía comer porque no había suficiente dinero para comprar alimentos?	Sí	No			
	42. Desde que participó en el programa, cuando compra el mercado ¿trata de comprar alimentos de todos los diferentes grupos de alimentos?	Sí	No			