



Kindergarten



Newsletter

Vol. 2 Tomo 9
Mayo 2024



Recursos para una
comunidad del Valle
del Río Grande

EN ESTE TOMO:

¿Es saludable
nuestra
comunidad de
RGV? P1

La ciudades
con mayor
sobrepeso en
los EE. UU. P2

Recursos
Comunitarios
del RGV-
Parques. P3

Recursos
Comunitarios
del RGV-
Despensas de
Alimentos. P4

Saludable

El Valle del Río Grande (RGV) es uno de los lugares del país con una cultura y tradición increíbles. De acuerdo con RGV Health Connect, la demografía de 2024 en el RGV es 92.69% hispana/latina. Debido a que el RGV está tan cerca de México, nuestra comida, celebraciones y tradiciones se mezclan en una Fiesta Gastronómica TEX-MEX.



Pero ¿está sana
nuestra
comunidad del
RGV?

OH NO!

Las 10 ciudades con más sobrepeso en los EE. UU. son:

1. **McAllen-Edinburg-Mission, Texas**
2. Jackson, Mississippi
3. Shreveport, Louisiana
4. Mobile, Alabama
5. Little Rock, Arkansas
6. Knoxville, Tennessee
7. Memphis, Tennessee
8. Lafayette, Louisiana
9. Baton Rouge, Louisiana
10. Chattanooga, Tennessee



McAllen ocupa el primer lugar entre las 100 ciudades con más sobrepeso en EE. UU. McAllen, una pequeña ciudad fronteriza con México en Texas, ha sido proclamada como la ciudad con más sobrepeso de Estados Unidos, informó el New York Post. Según las estadísticas analizadas por investigadores de...

per statistics analysed by Researchers from...

McAllen, Texas, 2023



Las 10 ciudades más obesas de Estados Unidos 2024

¿Te preguntas qué ciudades de EE. UU. tienen las tasas más altas de obesidad? Enumeramos las 10 ciudades más obesas de Estados Unidos en (año).

top10.com / Sep 20, 2023

El Área Metropolitana de McAllen-Edinburg-Mission (MSA) en Texas es, según diversas encuestas de salud de la región, la ciudad más obesa de EE. UU. en 2024. Los datos muestran que la ciudad de 775.000 habitantes tenía una tasa de obesidad del 44,9%.

En parte, porque... McAllen-Edinburg-Mission tiene una de las tasas más bajas de actividad física entre los adultos. Un enorme 36.9% de los adultos en el área metropolitana informaron ser físicamente inactivos.

Y, aunque el calor de Texas ciertamente no inspira movimiento, los residentes de McAllen también informaron que comen muy pocas frutas y verduras en comparación con el promedio nacional, lo que solidifica su desafortunado lugar en la parte superior de esta lista.

Felicitaciones para la comunidad de Arlington, VA. por clasificar como la ciudad más saludable de los Estados Unidos – 2024

<https://smartasset.com/data-studies/healthiest-cities-2024>



Los Estudios de Prevención Temprana del Sur de Texas (STEPS, por sus siglas en inglés) en UTRGV es un proyecto que se enfoca en proporcionar recursos a los miembros de la comunidad del RGV que puedan estar experimentando inseguridad alimentaria y/o que deseen comenzar un programa de acondicionamiento físico / caminatas en un parque local.

Para conocer otros recursos disponibles para su comunidad local, llame al 211 o haga una búsqueda rápida en Google.

Recursos de la comunidad del RGV

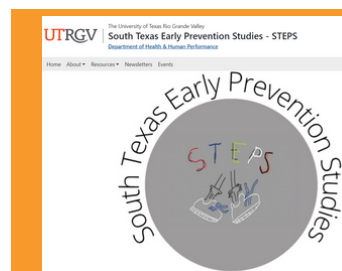
¿Pasas varias horas al día sentado o te acuestas justo después de una comida? No hagas eso más... Encuentra el parque más cercano a tu casa y comienza un programa de caminatas. Aquí está el directorio de Parques en el Valle Del Rio Grande.



https://www.utrgv.edu/steps/_files/documents/community-resources/rgv-parks-directory-2023.pdf

**Visita el sitio web de
UTRGV STEPS-Recursos
para obtener más
detalles.**

<https://www.utrgv.edu/steps>



Recursos Comunitarios de RGV – Directorio de Despensas de Alimentos



PHARR

Food Bank of the Rio Grande Valley
124 N. Cage Blvd. Pharr, TX 78577
(956) 662-8181
Hours of operation:
Monday-Friday, 8am - 5pm
Emergency food assistance may be used only once a year. After, you will receive a referral to a food pantry close to you.
No application needed for Mobile Food and Produce Pop Ups. Valid ID and proof of residential address required.

St. Anne's Church
110 East Lucas Pharr, TX 78577
(956) 781-8122
Hours of Operation:
Every Friday, 9am - 11am
Proof of residential address, valid ID, and social security number required.

St. Jude Thaddeus Parish
505 S. Ironwood St. Pharr, TX 78577
(956) 781-2469
Hours of Operation:
Monday-Friday, 10am - 11am
Valid ID and proof of residential address required.



SAN JUAN

Saint John Baptist Catholic Church
216 W. 1st St. San Juan, TX 78589
(956) 783-1196
Hours of Operation:
Wednesday, 1pm-2:30pm & Thursday, 1pm - 3pm
Produce and groceries available for San Juan City residents. In-person application required.
Must bring valid photo ID and proof of residential address.



ALAMO

Primera Iglesia Bautista De Alamo
401 E. Old 83 Alamo, TX 78516
(956) 781-2325
Hours of Operation:
Last Saturday of every month,
12pm - 1pm
Valid ID and proof of residential address in the City of Alamo required.

Church at Bethany
1520 S. Alamo Rd. Alamo, TX 78516
(956) 781-6191
Hours of Operation:
Every Thursday, 10:30am - 12pm
Available to those that attend the service.
Valid ID required.



LA JOYA

La Joya Housing Authority
945 S. Leo Ave.
La Joya, TX 78560
(956) 581-1069
Hours of operation:
Monday - Friday, 9am - 3pm
Valid ID required. All Hidalgo County residents Welcome. Number of people per household may be required.

First United Methodist Church
1101 Doherty Ave. Mission, TX 78572
(956) 585-1665
Hours of Operation:
1st & 3rd Thursday of the month,
9am
Curbside is available. Drive up only on 11th Street. Car line goes down Doherty at 9am until food is finished. Valid ID and proof of residential address required.

Mission Food Pantry
115 S. Mayberry St. Mission, TX 78572
(956) 585-3542
Hours of Operation:
Monday - Friday
9am - 12pm / 1:30pm - 4pm
Provides food for emergencies only.
Clothes are for sale at \$1 per piece.



MISSION

Amigo Del Valle, Inc.
1116 N. Conway Ave. Mission, TX 78572
(956) 583-9494 & (956) 583-2210
Hours of Operation:
Monday, Wednesday, Friday (hot meals or frozen meals)
11am - 12pm / 1pm - 2pm
Application process needed for home delivery.
Curbside meals available for senior citizens (60+ years).

Our Lady of Guadalupe Parish
607 N. Conway Ave. Mission, TX 78572
(956) 445-7956
Hours of Operation:
Tuesdays, 10am - 12pm
All Hidalgo County residents welcome.

Iglesia Luz de la Vida
201 Scott Lane Rd. Mission, TX 78572
(956) 519-8028
Hours of Operation:
Every 1st & 3rd Wednesday of the month
Must call for availability.



PEÑITAS

His Hands Ministries Inc
11214 Salida del Sol St. Peñitas, TX 78576
(956) 584-6844
Must Call for Availability. Family members Identification and City of Peñitas proof of residency required. Food, Clothing and Furniture bank available.

Peñitas Baptist Church
406 S Main St. Peñitas, TX 78576
(956) 358-1212
Hours of Operation:
Thursdays, 8am - 10am
Call for availability.

https://www.utrgv.edu/steps/_files/documents/community-resources/rgv-food-resources-directory.pdf

Responda las siguientes afirmaciones.

"En los últimos 30 días, nos preocupaba que se nos acabara la comida antes de que tuviéramos dinero para comprar más".

- ☐ A menudo cierto
☐ A veces es cierto
☐ Nunca es cierto

"En los últimos 30 días, la comida que compramos no duró y no teníamos dinero para comprar más".

- ☐ A menudo cierto
☐ A veces es cierto
☐ Nunca es cierto

Sí respondió a menudo cierto o a veces cierto a una o ambas afirmaciones, puede ser elegible para recibir el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP). Para obtener más información, busque Servicios de Alimentos y Nutrición del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) o pida ayuda a la escuela de su hijo.



<https://www.fns.usda.gov/snap/snap-ed>

Adaptado de El Signo Vital del Hambre – Inseguridad Alimentaria™
(En las dos declaraciones a continuación, "nosotros" se refiere a usted y su familia)

Este boletín fue creado por el personal de UTRGV STEPS para el proyecto STEPS/SNAP -Ed.

Project Sponsored By:



This institution is an equal opportunity provider.



For more information:

UTRGV STEPS Office
(956) 665-2127
Southwick Hall Rm 1.120
1201 W University Dr.
Edinburg, TX 78539

