

# Guía de recursos **ALIMENTARIOS**



## Guía de Recursos de Alimentos

### Guía de Recursos de Asistencia Alimentaria

El Alcalde John Whitmire y la Ciudad de Houston quieren asegurarse de que las familias tengan acceso a información confiable sobre la distribución de alimentos. A continuación, se presenta una **Guía de Recursos de Asistencia Alimentaria** compilada a partir de las respuestas recibidas de nuestros socios comunitarios y del **Consejo Asesor de Ministros**. Esta guía incluye programas locales de asistencia alimentaria y despensas de alimentos, junto con sus fechas, horarios e información de contacto. Por favor, comparta esta información con familias, iglesias o miembros de la comunidad que puedan beneficiarse de ella.

## Organizaciones Religiosas y Despensas de Alimentos

Las iglesias y organizaciones religiosas locales ofrecen alimentos gratis sin necesidad de llenar formularios o presentar documentos. La mayoría abre varios días a la semana durante horas regulares.

### WHAM – Asistencia de Despensa de Alimentos

West Houston Assistance Ministries (WHAM) proporciona alimentos para combatir el hambre en la comunidad. Se atienden todos los códigos postales y los alimentos están disponibles **una vez por semana por hogar** para ayudar al mayor número posible de familias.

### Opciones de Asistencia Alimentaria

#### 1. Servicios Generales – Distribución en Auto (Drive-Up / Car Access)

- Se distribuyen cajas con productos frescos, proteínas y comestibles los **viernes de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.**, o hasta que se agoten los suministros.
- Artículos de cuidado personal y artículos esenciales para bebés (pañales, toallitas, fórmula) están disponibles **a solicitud**.
- **Se requiere registro** para que las familias reciban asistencia.

#### 2. Atención a Pie / Entrega a Domicilio (Walk-Up / Home Delivery)

- Voluntarios entregan alimentos y artículos esenciales por orden de llegada a personas con discapacidad, adultos mayores o personas que no pueden trasladarse a WHAM.
- **Distribución a pie:** lunes de **8:00 a.m. a 10:00 a.m.**
- Cada entrega atiende aproximadamente **40 hogares dentro de un radio de 10 millas** e incluye alrededor de **50 libras de alimentos por hogar**.

### **3. Feria de Alimentos Drive-Thru (A partir de enero de 2026)**

- Se lleva a cabo el **segundo y cuarto sábado de cada mes**, de **9:00 a.m. a 11:00 a.m.**
- Abierto a clientes registrados en la base de datos **Linked2Feed**
- Alimentos gratuitos para las **primeras 250 familias**, incluyendo personas en auto y caminando
- Incluye productos frescos, lácteos y carne (cuando esté disponible)

#### **The Church Without Walls – North Campus – Iglesia (Campus Norte)**

5314 Bingle Rd, Houston, TX 77092

Sábados: 10:00 a.m. – 12:00 p.m. (o hasta que se agoten los suministros)

#### **Good Hope Church – Iglesia**

3015 N. MacGregor Way, Houston, TX 77004

Sábados: 9:00 a.m. – 12:00 p.m.

Teléfono: 713-524-6578 | Sitio web: [goodhope.org](http://goodhope.org)

#### **Living Water International Apostolic Ministries – Ministerio y Recursos Comunitarios**

7802 Jensen Drive, Houston, TX 77093

Servicios: despensa de alimentos, vivienda para veteranos y recursos comunitarios

Teléfono: 281-936-8175 (Llamar para cita)

#### **Jacinto City Food Pantry – Despensa de Alimentos**

1026 Mercury Drive, Jacinto City, TX 77029

Lunes, miércoles y viernes: 9:00 a.m. – 12:00 p.m.

Teléfono: 713-485-6640

#### **Harvest Time Church – Iglesia y Despensa de Alimentos**

17770 Imperial Valley Dr., Houston, TX 77060

Primer y tercer martes: 8:00 a.m.

Segundo y cuarto sábado: 8:00 a.m.

Sitio web: [itsyourharvest.com](http://itsyourharvest.com)

#### **Boynton Chapel Methodist Church**

2812 Milby Street

Houston, TX 77004

713-748-6066

La despensa de alimentos está abierta todos los sábados a las 10:00 a.m. Ocasionalmente, el horario puede cambiar a las 2:00 p.m. para adaptarse a las necesidades de la comunidad.

Los voluntarios siempre son bienvenidos para ayudar con el servicio y la distribución.

## Más Recursos de Alimentos

### Houston Food Bank - Asistencia Alimentaria

Houston Food Bank colabora con organizaciones comunitarias y organiza eventos de distribución directa de alimentos en toda la región. Las distribuciones incluyen alimentos frescos y empaquetados, todos proporcionados de manera gratuita. Los alimentos también están disponibles a través de despensas locales, programas de comidas y otros sitios comunitarios de distribución.

Usted puede:

- Encontrar despensas de alimentos cercanas visitando [houstonfoodbank.org](http://houstonfoodbank.org)
- Ver horarios y ubicaciones
- Localizar programas de comidas y distribuciones de alimentos
- Acceder a programas de alimentos **TEFAP**

#### Consejos:

- Llame con anticipación para confirmar horarios, servicios y requisitos antes de visitar una despensa.
- Use la aplicación móvil de Houston Food Bank para encontrar ubicaciones mientras se desplaza.
- **Actualización sobre recogida por representante:** cualquier persona puede recoger alimentos en nombre de un adulto mayor o alguien sin transporte. Solo se necesita su número de registro de distribución.

### Ayuda de Alimentos del YMCA

La YMCA ofrece asistencia alimentaria gratuita en varias ubicaciones del Condado de Harris. **No se requieren requisitos de ingresos ni papeleo.**

#### Willow Creek Apartments

7575 Office City Drive, Edificio #66, Houston, TX 77012

Lunes y martes: 9:00 AM – 1:00 PM

#### Mission Woods Pantry

25469 Borough Park Drive, Spring, TX 77380

Lunes, miércoles y viernes: 9:00 AM – 1:00 PM

Jueves: 9:00 AM – 11:00 AM (solo frutas y verduras)

### Second Servings Pop-Up Grocery Stores (YMCA) – Tiendas Emergentes de Comestibles

La YMCA, en colaboración con Second Servings of Houston y CITGO, ofrece comestibles frescos y gratuitos a las familias a través de eventos mensuales en ubicaciones de la YMCA en el área metropolitana de Houston.

Los comestibles disponibles pueden incluir:

- Frutas y verduras frescas
- Ensaladas empacadas
- Carne
- Lácteos
- Comidas preparadas
- Productos de panadería

**Qué traer:**

- Bolsas reutilizables (recomendado)

**Encuentre un evento cerca de usted:**

**Brenda & John Duncan Family YMCA**

10655 Clay Rd, Houston, TX 77041

**Fort Bend Family YMCA**

4433 Cartwright Rd, Missouri City, TX 77459

**Houston Texans YMCA**

5202 Griggs Rd, Houston, TX 77021

**M.D. Anderson Family YMCA**

705 Cavalcade St, Houston, TX 77009

**West Orem YMCA**

5801 West Orem Dr, Houston, TX 77085

**¿Desea ayudar o ser voluntario?**

Correo electrónico: [outreach@ymcahouston.org](mailto:outreach@ymcahouston.org)

## **Recursos Adicionales**

Puede **hacer clic en los enlaces de abajo** para visitar los sitios web y obtener más información:

[United Way – Special Distributions](#)

**United Way Greater Houston – Información y Referencias Comunitarias**

**¿Necesita ayuda? Llame al 2-1-1**

**Servicios de Navegación Gratuitos**

**Apoyo continuo para personas que desean orientación personalizada. Un Navegador trabaja uno a uno para ayudarle a identificar metas, crear un plan y conectarse con organizaciones comunitarias confiables.**

## **United Way – Distribuciones Especiales**

**Eventos especiales de distribución de recursos y apoyo comunitario.**

## **Goodwill Connect – Servicios de Empleo y Apoyo**

**Plataforma en línea para acceder a herramientas de búsqueda de empleo, capacitación laboral, orientación profesional y otros servicios de apoyo.**

## **Oportunidades de Voluntariado**

Houston Food Bank necesita voluntarios.

Regístrese en [houstonfoodbank.org/volunteer](https://houstonfoodbank.org/volunteer)

Gracias por su continuo apoyo y compromiso con nuestra comunidad.

Pronto se compartirán más recursos y eventos de distribución.