

Club de Cocina GOYA®

con Hoy

TE INVITAN A SUS CLASES DE
COCINA

PARA PREPARAR PLATILLOS

Deliciosos y Saludables

**¡Únete gratis a
nuestro Club!**



Goya Chef
Cindy Rueda



En Huntington Park:
Oldtimers Foundation-Family Center
3355 E. Gage Ave.,
Huntington Park, CA 90255

Si te encanta cocinar, quieres divertirte y tener nuevos amigos, únete hoy mismo al Club de Cocina Goya con Hoy.

Una vez al mes, la Chef de Goya te enseñará cómo preparar platos diferentes, dará tips para preparar sabrosos y saludables platillos, y al terminar la reunión, te llevarás a casa muestras y productos de Goya Foods.

INSCRIBETE GRATIS

En línea:

goyaclub-31demayo.eventbrite.com
o envía este formulario a:

Oldtimers Foundation Family Center
3355 E. Gage Ave., Huntington Park, CA 90255

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

Ocupación: _____

Email/Correo _____

Electrónico: _____

Nacionalidad: _____

Próxima Clase

□ Sábado 31 de Mayo 11am- 1pm
Inscripción estará abierta entre el 1 y 20 de mayo.
Los cupones enviados por correo deben tener el
sello postal a mas tardar el día 20 mayo.

FOTOS: SOUDI JIMÉNEZ/HOY



La chef Rueda se dirige a los participantes en el Club de Cocina de Goya. Este proyecto piloto ofrecerá seis clases gratis de cocina a familias latinas.

POR UNA COMUNIDAD SALUDABLE

Goya, el supermercado Superior y el periódico HOY demuestran que comer saludable no es cuestión de dinero

Por SOUDI JIMÉNEZ
213.237.4584/LOS ANGELES

En un momento en que cada vez es más importante alimentarse saludablemente, la empresa de comida Goya, el supermercado Superior y el periódico HOY han lanzado su programa denominado Club de Cocina Goya con el que busca enseñar a cientos de amas de casa y amantes de la cocina a preparar sus platillos en una forma más sencilla, barata y sana.

El sábado 26 de abril se realizó la segunda clase en la Fundación Oldtimers, en el sureste de Los Ángeles, donde llegaron cerca de 50 mujeres y algunos hombres, responsables directos de la alimentación en sus hogares.

“La idea es dar a conocer que comer saludable no cuesta más, con tan solo sustituir uno o dos ingredientes se mejora la calidad de la comida”, manifestó Oralía Michel, directora de



La chef Rueda explica a Adela Solorzano el proceso de una de las recetas en la Fundación Oldtimers.

relaciones públicas de Goya.

En el año 2012, uno de los últimos estudios realizados por el California Center for Public Health Advocacy (CCPHA) y la universidad de la UCLA advertía que el 38% de los niños en California padecía obesidad.

De las ciudades analizadas, Manhattan Beach registraba el 11%, una de las tasas más bajas del Condado de Los Ángeles; mientras que Huntington Park (sureste de la ciudad) se presentaba con uno de los índices

de obesidad infantil más apabullantes y de preocupación: La cifras revelaban que el 53% de niños en la ciudad eran obesos.

Desde entonces poco ha cambiado en Huntington Park, una de las comunidades más mexicanas del condado, no sólo por su población, pero porque ya es una tradición que cada que juega la selección Tricolor la comunidad se desborde en el bulevar Pacific.

A juicio de Irene Muro, directora de Oldtimers, lo intere-

sante de este proyecto es que está llegando a los residente del sureste de Los Ángeles, zona que por lo general no es tomada en cuenta.

Considerando las cifras de obesidad, subraya que el proyecto es muy importante, particularmente porque se le está enseñando a la comunidad a cocinar en una forma saludable, pero sin tener que invertir más dinero.

“Esto es algo impresionante, porque los participantes tie-