



# Voluntariado

## ¿Cómo me registro?

- Si usted da servicio voluntario frecuentemente, visite nuestro [centro virtual de acciones](#) (sólo en inglés) para registrarse.
- Si usted es nuevo o nueva en nuestro voluntariado, por favor [cree un perfil nuevo](#) (sólo en inglés).
- Todas las voluntarias tienen que crear un perfil y registrarse antes de su turno. Realizamos la planeación de proyectos y asignación de personal con base en el número de voluntarias en el registro. Si usted llega a un turno y no se registró, es posible que no se pueda quedar.

## ¿Qué se hace en el voluntariado?

Hay muchas formas de contribuir su tiempo a nuestro movimiento para terminar con el hambre y sus causas de raíz:

### **Reempaque y separación de alimentos:**

El proyecto depende de las necesidades de la Red de Oregon Food Bank. Los turnos de servicio voluntario pueden incluir varios proyectos. A veces es posible que les voluntarias trabajen en un espacio refrigerado, según el proyecto. La temperatura ambiente en dichos espacios es de 50 grados fahrenheit. Para que mantenga sus manos cálidas le proporcionaremos un forro para los guantes con los que manejará alimentos de forma segura.

Las tareas pueden incluir:

- Separar las donaciones de alimentos en latas y en cajas por categoría.
- Reempacar y etiquetar alimentos a granel en porciones familiares.
- Escoger y separar frutas y verduras.



# Voluntariado

## **Turno del Mercado de Alimentos Gratuitos:**

El Mercado de Alimentos Gratuitos suministra directamente frutas y verduras frescas, así como otros alimentos de relevancia cultural a personas que lo necesitan. Estos turnos se llevan a cabo fuera de nuestras instalaciones y los dirigen los organismos asociados con Oregon Food Bank. El servicio voluntario es al aire libre, por favor véstase de acuerdo al clima.

Las tareas pueden incluir:

- Preparar mesas y presentaciones de alimentos.
- Reempacar alimentos en porciones familiares.
- Saludar a las personas cuando llegan.
- Facilitar el registro y dar seguimiento a la participación.
- Limpiar al terminar la distribución.

## **Apoyo a organismos asociados:**

Los organismos asociados fungen como centros de distribución que suministran frutas y verduras frescas y alimentos que no requieren refrigeración para todo aquel que lo necesite. El servicio voluntario es diferente en cada sitio y es una forma significativa de participar en la misión de OFB. El servicio voluntario puede ser en lugares cerrados, abiertos o ambos. El distanciamiento social y el uso de mascarillas es requerido.

Las tareas pueden incluir:

- Cargar y descargar entregas de alimentos de los camiones.
- Reempacar alimentos en cajas para familias.
- Reabastecer mesas.
- Saludar a las personas cuando llegan.
- Ayudar en la admisión de clientes.
- Cargar cajas de alimentos a los autos.
- Ayudar dirigiendo el tránsito.
- Limpiar después de la distribución.



# Voluntariado

- Ensamblaje de cajas de cartón.

## Participación en el jardín:

Las y los jardineros principiantes y experimentados trabajan juntos en proyectos de temporada en el jardín con guía de las y los líderes de equipo y personal. Les voluntaries tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades de jardinería y todos están invitados a participar en la cosecha. Se pide a quienes dan servicio voluntario que usen zapatos cómodos, cerrados, resistentes, y ropa que no les importe ensuciar. Además, se les pide traer su propia botella de agua. Hacemos todo lo posible por que nuestros voluntarios estén seguros. El jardín está abierto llueva o truene así que deberá usar ropa adecuada. Todos los y las voluntarias están invitadas a participar de la cosecha, así que traiga sus propias bolsas.

Las tareas pueden incluir:

- Estar de pie, levantarse, agacharse, jalar y levantar.
- Deshierbar, cosechar, plantar.

## ¿Qué debo vestir / llevar?

### Turnos de reempaque y separación de alimentos:

Se proveerá todo el equipo para manejo seguro de alimentos. Si el turno se lleva a cabo en un lugar a temperatura baja, le proporcionaremos forros para los guantes. Cualquier turno puede llevarse a cabo en una habitación a temperatura fría que se mantiene a 50 grados fahrenheit. Proporcionaremos forros cálidos para usar debajo de los guantes de manejo seguro de alimentos.

Animamos a los voluntarios a usar capas de ropa. Por razones de seguridad, es posible que se le RECHACE si no viste la ropa o zapatos adecuados. El calzado debe ser cerrado (no se aceptan sandalias, zuecos, zapatos abiertos del talón o zapatos de tacón alto). Las playeras deberán tener mangas (NO SE ACEPTAN PLAYERAS SIN



# Voluntariado

MANGAS). Por favor, quítese cualquier artículo de joyería y póngalo en un lugar seguro antes de su turno.

## Turnos en el jardín:

Le pedimos llevar zapatos resistentes, cómodos y cerrados además de ropa que no le importe ensuciar. También, por favor lleve su botella de agua. El jardín está abierto llueva o truene. Por favor, asegúrese de vestirse apropiadamente. Todos los voluntarios y voluntarias están invitadas a participar de la cosecha, así que traiga sus propias bolsas.

## ¿Qué pasa si tengo alergias o no quiero tocar ciertos alimentos en un turno de reempaque de alimentos?

Oregon Food Bank es un sitio que procesa alérgenos alimentarios comunes. Desafortunadamente, no podemos darle información sobre el tipo de productos que estaremos empacando en cierto día ya que es algo sujeto a cambio de último minuto debido a la disponibilidad de los alimentos y a las necesidades de nuestra red.

Para adaptarnos a quienes tienen alergias al látex, utilizamos guantes de vinil, redecillas para el cabello y delantales al manejar alimentos.

## ¿Qué pasa si necesito cancelar?

Contamos con su ayuda para llevar el alimento a quienes verdaderamente lo necesitan. Si necesita cancelar su turno, por favor visite nuestro [centro virtual de acción](#) (sólo en inglés) para cancelar su turno lo más pronto posible. Gracias.

## ¿Está el servicio de voluntariado abierto a niños y niñas?

Para la seguridad de nuestros voluntarios, nuestro personal y para la seguridad de los alimentos que distribuimos, tenemos requisitos de edad para que los jóvenes sean voluntarios.



# Voluntariado

- Los turnos de servicio voluntario requieren una edad mínima de 8 años para participar.
- Por favor, verifique los requisitos mínimos de edad que se especifican en cada turno disponible y que se enlistan en nuestro [centro virtual de acción](#) (sólo en inglés).
- Se requerirán [formas de consentimiento para voluntarios que sean menores de 18 años](#).

## ¿Puedo solicitar asistencia adicional?

Sí. Hacemos lo posible para que nuestras oportunidades de voluntariado sean accesibles para todos y todas. Por favor, envíe un correo por adelantado en el que nos indique cómo podemos apoyarle y garantizarle una experiencia positiva. Envíenos un correo a [Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org).

Si lo acompaña un animal de servicio registrado/certificado, necesitamos recibir una notificación previa para que podamos proporcionarle un servicio voluntario que sea disfrutable y que cumpla con nuestra necesidad de adherirnos de forma estricta a todas las leyes federales y estatales, incluyendo las disposiciones de alimentos y seguridad que la FDA ha implementado para evitar la contaminación. Por favor, envíe un correo a [Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org) con varios días de anticipación.

## ¿Cuándo puedo hacer mi servicio voluntario?

- Tenemos turnos de reempaque de alimentos de lunes a sábado.
- Los turnos fuera de instalaciones en mercados de alimentos gratuitos y organismos asociados son únicos en cada ubicación.
- Los turnos del jardín se llevan a cabo por temporadas.

Visite nuestro [centro virtual de acciones](#) para ver todas las opciones disponibles. Haga una búsqueda por día para encontrar los días que son de su interés. También puede ponerse en contacto con nosotros ([Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org)) si necesita ayuda para encontrar un turno que se ajuste a su horario.



# Voluntariado

## ¿Necesito registrarme por adelantado?

Sí, todos los voluntarios deben registrarse por adelantado. Se podrá rechazar a los voluntarios sin registro previo. Planeamos proyectos y asignamos personal dependiendo del número de voluntarios que tenemos registrados. Esto es aún más importante durante la pandemia de COVID debido a los requisitos de distanciamiento social. Por favor, visite nuestro [centro virtual de acciones](#) para registrarse.

## ¿Cuándo tengo que llegar a mi turno?

Cada turno tiene una hora de inicio diferente. Cuando se registre a un turno de servicio voluntario, preste atención a recibir la confirmación automática por correo electrónico en donde se le dará la información necesaria para estar preparado y llegar a tiempo a su turno. Si no recibió el correo electrónico automático de confirmación, envíenos un correo a ([Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org)) Por favor, practique el distanciamiento social en cuanto llegue a nuestras instalaciones, afuera del edificio, en la entrada principal y durante su turno.

## ¿Necesito hacer un compromiso continuo?

No. Puede registrarse solo para los turnos que funcionen mejor para usted. Si puede realizar un compromiso regular, envíe un correo electrónico a [Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org).

## ¿Qué pasa si aún no responden a mis preguntas?

Por favor, envíenos un correo a [Volunteer@OregonFoodBank.org](mailto:Volunteer@OregonFoodBank.org).