



MÚLTIPLES OPCIONES DE FINANCIACION

Las personas que necesitan los servicios de Meals on Wheels pueden tener derecho a:

- Subsidio Commonwealth Home Support Programme (CHSP)
- Home Care Package (HCP)
- Plan National Disability Insurance Scheme (NDIS)
- Tarifa de servicio

Póngase en contacto con nosotros para más información.



FLEXIBLE

Nuestro servicio es flexible: elija una opción de apoyo diario (de lunes a viernes) o un arreglo a corto plazo para cubrir situaciones puntuales, como la ausencia de su cuidador.

¿Cómo empiezo?

Póngase en contacto con su servicio Meals on Wheels más cercano para que le ayuden con el proceso.

Para encontrar su servicio más cercano, visite qmow.org o llámenos al **1300 90 97 90**.



CADA VOLUNTARIO JUEGA UN PAPEL

Meals on Wheels depende de un ejército de increíbles voluntarios que entregan comidas con una sonrisa, una charla y valiosas conexiones sociales.

¿Puede ayudar? Buscamos:

- Miembros del comité
- Organizadores / coordinadores
- Pinches de cocina
- Conductores y ayudantes para el reparto

Visite qmow.org o llame al **1300 90 97 90**.



More than just a meal™

COMIDAS QUE HAN MARCADO LA DIFERENCIA PARA QUEENSLANDERS DURANTE 60 AÑOS

RECETA EN EL INTERIOR



Pastel de plátano

MÁS QUE COMIDAS

No solo entregamos comidas. Nuestros voluntarios también ofrecen una amable sonrisa y una charla agradable. Cada comida entregada da a nuestros voluntarios la oportunidad de comprobar el estado de salud y bienestar de nuestros clientes. Esto es importante porque es posible que seamos la única persona que ven ese día.



Comprobaciones periódicas del bienestar



Importantes conexiones sociales



Vínculos con la comunidad local



Una sonrisa y una cara amable

ENTREGAS CONTINUAS

Durante más de 60 años, Meals on Wheels ha entregado comidas a miles de Queenslanders con una gran variedad de necesidades de apoyo. Aunque somos más conocidos por entregar comidas a personas mayores, también servimos a personas con discapacidad, a aquellas que se están recuperando después de una hospitalización o enfermedad y a las que necesitan ayuda. Se nos considera un servicio esencial con respecto a la pandemia del COVID-19.



Entregamos unos 2 millones de comidas al año



Apoyamos a 15.000 clientes por todo el estado



Propulsados por un equipo de 10.000 voluntarios



Servimos a 140 comunidades por todo Queensland



DELICIOSAS Y NUTRITIVAS

Si usted, o alguien que conoce no puede preparar comidas, ¡deje que lo hagamos nosotros! Nos enorgullece proporcionar comidas deliciosas, variadas y diseñadas para cubrir diversas necesidades alimentarias.

Nuestras comidas pueden incluir:



Comida principal



Sándwiches



Ensalada



Sopa



Postre y/o zumo



NECESIDADES ALIMENTARIAS ESPECIALES

Atendemos a una gran variedad de necesidades especiales y también nos adaptamos a muchas alergias alimentarias.

Estos son algunos ejemplos:



Textura modificada



Purés



Bajos niveles de potasio



Sin gluten



Apto para diabéticos

Meals on Wheels entrega una gran variedad de comidas, aperitivos y postres con alto valor nutricional a nuestros clientes de todo Queensland. Esta es solo una de las deliciosas recetas que crean nuestros chefs para que disfruten nuestros clientes. ¿Por qué no prueba un trozo a media mañana con una taza de té? Verá lo bueno que está.

PASTEL DE PLÁTANO

Raciones: 12

Preparación: 15 minutos

Cocinado: 45 minutos

Ingredientes

- 4 plátanos maduros
- 2½ tazas de harina leudante
- 1½ tazas de azúcar moreno
- 150 g de mantequilla
- 4 huevos
- ⅓ taza de leche
- 1½ cucharaditas de canela
- 1½ cucharaditas de esencia de vainilla
- Crema espesa y bayas de temporada (para servir)

Método

- Precaliente el horno de convección a 170 °C (180 °C si el horno es convencional).
- En una cacerola (o en un cuenco en el microondas), funda la mantequilla y el azúcar. Retire del calor y añada la canela y la esencia de vainilla.
- Aplaste los plátanos y añádalos, junto con los huevos, a la masa de mantequilla.
- Añada la harina tamizada, remueva y añada la leche con cuidado.
- Vierta la mezcla en una bandeja de horno engrasada y hornee durante aproximadamente 45 minutos.
- Compruebe que el pastel esté cocido usando una brocheta o un palillo. Si sale pegajoso, debe dejarlo cocer más tiempo.
- Sírvalo con crema y bayas de temporada. ¡A disfrutar!