

DINERO PARA ALIMENTOS

TABLA DE CONTENIDO

	<u>Página</u>
Introducción	i
Objetivos de las lecciones	iii
Cómo utilizar este currículo	v
Evaluando las necesidades educativas de los participantes	vii
La evaluación del impacto del programa	xv
Lecciones:	
1- Planificación: Cómo obtener suficiente dinero para alimentos	1
2A - El juego del dinero	26
2B- Dinero que viene y dinero que se va	34
2C- Un presupuesto para la familia	48
3- Administrando su dinero	60
4- Alimentos que se necesitan - Alimentos que son deseados	73
5- Selección de alimentos de la guía pirámide de alimentos	81
6- ¿Por qué planificar comidas con anticipación?	88
7- Planificación de comidas	98
8- La preparación de una lista para la compra de comestibles	106
9- Alimentos que se deben tener a la mano	120
10- Opciones para ahorrar dinero en alimentos	127
11- Ideas para la compra de alimentos	134
12- Cenando fuera de casa	144
13- Materiales educativos suplementarios	156