



## Destacar los alimentos saludables – Guía rápida



### Pasos a seguir

Concentre la iniciativa en un área: **cafetería o máquinas de vender comida:**

- Identifique maneras de mejorar el área que ofrece alimentos saludables.
- Establezca metas a corto y largo plazo para las renovaciones físicas y/o las promociones que puedan animar a los estudiantes a comer más saludablemente.
- Lleve a cabo sus planes y evalúe los cambios en los hábitos alimenticios de los estudiantes.



### ¿Quién puede ayudar?

Las principales personas que pueden apoyar su plan son:

- Los profesionales de nutrición de su escuela.
- El director, los coaches y los maestros.
- El personal de limpieza y los administradores de las instalaciones.
- Padres de familia voluntarios.



### Generar interés

Reclute a voluntarios y considere sus contribuciones:

- Encueste a los estudiantes en cuanto a lo que no y sí les gusta.
- Inicie la campaña: “La comida saludable solo es nutritiva si la comemos”.
- Anime a los estudiantes a compartir sus ideas en cuanto a los cambios para mejorar las áreas de comestibles.



### Compartir resultados:

Destaque sus logros y pida más ayuda:

- Acuda a las reuniones de organizaciones de maestros y padres de familia para pedir contribuciones.
- Lleve a cabo eventos de “gran inauguración” para promover y destacar los cambios en la escuela usando los medios sociales de comunicación.



### Comunidad

Encuentre maneras de hacer que esta estrategia perdure:

- Invite a chefs locales, padres de familia, profesionales de dietética de los supermercados locales y hable con ellos acerca de su iniciativa.
- Reúna a un comité de la comunidad que pueda continuar con la iniciativa.