

Healthy Schools Program

TRANSFORMING THE SCHOOL ENVIRONMENT

Sixteenth Street's Healthy Choices Department has been educating and inspiring hundreds of adults and children in the near south side of Milwaukee to improve their weight and overall health.

We are now partnering with the Farm to School Program to expand the work we do in schools to promote healthy eating and active living.



Nutrition and Cooking Education

For Children

In class and after-school lessons:

- Tasting and describing new foods
- Promoting healthy food behaviors
- Learning where different foods come from
- Understanding the role of food for a healthy body and lifestyle
- Creative projects
- Cooking practice



Gardening:

Fun hands-on activities that not only teach kids to garden and cultivate food, but connects them with origins of healthy, fresh food.

For Parents

We offer culturally appropriate nutrition and cooking classes to parents to teach them:

- How to prepare easy, affordable, delicious and healthy dishes
- How to add fruits and vegetables to their day
- How to read labels and save money
- Much more....



Food Policies

Kids and teens eat a large portion of their daily calories in schools. We help schools to develop policies to increase access to healthier foods during snacks,

celebrations and fundraising events.



Farms and Local Foods

We build relationships with farmers to bring local produce into the classrooms. We can also organize field trips to farms so kids know where their food comes from.



Walking Clubs

To facilitate more physical activity, we organize walking clubs for parents and students to nearby parks.



For more Information contact:
414-897-5297



Programa de Escuelas Saludables

TRANSFORMANDO EL AMBIENTE ESCOLAR



Educación en Nutrición y Cocina

Para Niños

Lecciones en el aula y después de clases:

- Probar y descubrir nuevos alimentos
- Promover Buenos hábitos alimenticios
- Aprender de donde vienen los diferentes tipos de alimentos
- Entender el papel de los alimentos para un cuerpo sano y estilo de vida saludable
- Proyectos creativos
- Practica de Cocina

Gardening: Actividades divertidas que no solo enseñan a los niños a cultivar alimentos, pero los conecta con los orígenes de alimentos saludables y frescos.



Para Padres

Ofrecemos clases de nutrición y cocina culturalmente apropiadas donde les enseñamos:

- Como preparar simples, bajo costo, deliciosos y saludables platos
- Como agregar frutas y vegetales a tu día
- Como leer empaques y ahorrar dinero
- Mucho más...



El Departamento de Elecciones Saludables de la Clínica de la Dieciséis ha estado educando e inspirando a cientos de adultos y niños en el sur de Milwaukee para mejorar su peso y salud en general.

Ahora estamos colaborando con el Programa De la Granja a la Escuela para expandir el trabajo que hacemos en las escuelas y para promover una alimentación y vida más saludables.



Políticas de Alimentación

Niños y jóvenes comen una gran porción de sus calorías diarias en la escuela. Nosotros ayudamos a las escuelas a desarrollar políticas que aumenten el acceso de comidas más saludables durante meriendas, celebraciones y eventos.



Granjas y Alimentos Locales

Establecemos relaciones con los agricultores para llevar productos locales a las aulas escolares. También organizamos excursiones a las granjas para que los niños sepan de dónde vienen sus alimentos.



Clubs de Caminatas

Para facilitar más actividad física, organizamos clubs de caminatas para padres y estudiantes a los parques cercanos.



Para más información:
414-897-5297

