



Las Comidas Escolares

Las familias confían en su escuela y en sus maestros, en la administración y el personal en relación con obtener información confiable y de calidad. Este documento incluye consejos y mensajes para hablar con los padres, estudiantes y otras personas de su comunidad sobre los programas de comidas escolares y de verano con el fin de alentar la participación y proporcionar información útil sobre cómo acceder a estos programas.

Sus mensajes son importantes.

Estos mensajes expresan el propósito e impacto que tienen los programas de nutrición infantil e ilustran por qué son importantes para los padres y estudiantes. Los mensajes lo ayudan a comunicarse de manera eficaz y a hablar directamente sobre las ideas preconcebidas o barreras que dificultan la participación.



¿Para quién están dirigidos?

Nuestros mensajes están dirigidos a dos públicos clave:

Padres

Estudiantes

especialmente los estudiantes de preparatoria

que pueden salir del campus y tienen más opciones disponibles fuera de la escuela

Los mensajes o temas de conversación que se muestran a continuación abordan las maneras de adaptar las conversaciones para cada grupo.

Para los padres

Estos cinco temas de conversación se establecieron para que los padres y cuidadores conozcan cómo son las comidas escolares y de verano en la actualidad. Las comidas tienen una mayor probabilidad de ser frescas, nutritivas, bien presentadas y sabrosas. Estas son útiles para el aprendizaje de los niños y mejoran la comunidad escolar reuniendo a los estudiantes. Las comidas de verano son gratuitas para todos, mientras que las comidas escolares son gratuitas para todos los estudiantes que cumplan con los requisitos.



1

Las opciones de comidas escolares frescas y accesibles que se le ofrecen a cada uno de los estudiantes durante el día fomentan su éxito y cultivan hábitos saludables que impulsan su aprendizaje y logros de por vida.

2

Comer comidas escolares beneficia a todas las personas, ya que apoyan a los estudiantes, sus familias y sus escuelas.

3

Para las familias que cada vez están más ocupadas, las comidas escolares y de verano ofrecen opciones saludables que satisfacen y proporcionan más tiempo para enfocarse en lo que es importante: aprender, jugar y criar.

4

Las comidas escolares y de verano han evolucionado desde que usted era niño, ya que ahora ofrecen más opciones saludables para las personas con diversos gustos y orígenes.

5

Las escuelas usan cada vez más ingredientes frescos y naturales y le brindan las capacitaciones necesarias al personal de cocina para que preparen comidas saludables. Cuando las escuelas pueden usar ingredientes locales, también están apoyando a los agricultores y economías regionales, mientras a la vez ayudan a cuidar el medio ambiente.

Prepárese para realizar un seguimiento

Cambiar las opiniones sobre los programas de comidas escolares tomará tiempo. Estas preguntas pueden ayudarlo a generar conversaciones y a que las familias participen u obtengan más información.

¿Necesita más información?

Incluya dirección hacia otros volantes del kit de herramientas.

¿Tiene comentarios que le gustaría compartir?

Dirija a los padres para que comenten y asegúrese de que reciban una respuesta.

¿Tiene preguntas o inquietudes que le gustaría que abordáramos?

Dirija a los padres para que comenten y asegúrese de que reciban una respuesta.

Para los estudiantes

Es posible que los estudiantes compartan las mismas opiniones que sus padres en relación con las comidas escolares y de verano, sin embargo, sus prioridades y razonamientos pueden ser diferentes. Es posible que creen que los almuerzos escolares no son sabrosos o que no satisfacen lo suficiente. A los estudiantes mayores que tienen la opción de comer fuera del campus de la escuela puede preocuparles más ir con sus amigos a los lugares donde quieran ir. Los mensajes deben enfocarse en las comidas escolares y de verano como una opción que les ofrece una variedad de opciones sabrosas y que satisfacen sin que tengan que gastar su propio dinero fuera del campus.

A Dale un vistazo nuevamente a las comidas escolares y de verano. Encontrarás opciones deliciosas y asequibles que se adaptan a tu horario.

B Las comidas escolares y de verano se preparan con ingredientes integrales que ofrecen una nutrición equilibrada para impulsar el éxito dentro y fuera de la escuela.

C Debido a que son convenientes, puedes ahorrar dinero y tiempo mientras compartes con tus amigos.

D El fácil acceso a opciones saludables y sabrosas permite que puedas concentrarte en todas las otras cosas que son importantes para ti.

Tres pasos para que las comidas escolares sean comunes en su escuela

1. Encueste a los alumnos para saber qué elementos del menú les gustan y cuáles no, e incluso invítelos a que ofrezcan sugerencias sobre la preparación o presentación de los alimentos. Cuando sea posible, demuestre cómo sus comentarios y opiniones han generado cambios específicos.
2. Exhiba los menús en lugares altamente visibles y en los salones de clases. Destaque los elementos más atractivos.
3. Los maestros, administradores y miembros del personal también pueden ayudar a que las comidas escolares sean comunes en la escuela consumiéndolas ellos mismos.



Consejos para compartir los mensajes



Debido a que muchas personas han tenido experiencia con las comidas escolares y de verano en algún momento de sus vidas, ya sea porque estuvieron en un comedor escolar el año pasado o hace décadas, es posible que piensen que ya saben qué esperar de estas. Estos consejos pueden ayudar a que cambien de opinión y alentar a las familias a que les den otra oportunidad a las comidas escolares y de verano.

Sea conciso

Sea directo y vaya al grano.

Use información de apoyo

Asegúrese de agregar evidencias, ya sea mediante uno de los mensajes de apoyo, cualquiera de los otros volantes de promoción o detalles sobre el propio programa de comidas y menú de su escuela.

Usar estas palabras puede ayudarlo a comunicar un mensaje de manera positiva sobre las comidas escolares



Abordar las preocupaciones

Las personas tienen diferentes opiniones, preocupaciones y barreras en relación con el acceso a comidas escolares. Algunos padres pueden pensar que no son nutritivas, mientras que es probable que otros ni siquiera sepan que cumplen con los requisitos para participar en un programa de comidas. Si tiene la oportunidad de adaptar un mensaje, asegúrese de preguntar si alguien ya está participando en uno de estos programas y, si no, pregunte por qué.



COLORADO
Department of Education
School Nutrition

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.