



March 28, 2018

FOR IMMEDIATE RELEASE



CONTACT:

UC CalFresh Nutrition Education

Miguel Diaz

805-781-5947

midiaz@ucanr.edu

Enseñando a los jóvenes a tener habilidades en la cocina para mejorar la salud

Nuestros estudiantes líderes de quinto y sexto grado de cinco clubes del Consejo Asesor de Nutrición Estudiantil (SNAC, por sus siglas en inglés) 4-H trabajarán para desarrollar sus habilidades culinarias durante las vacaciones de primavera. El 4 de abril de 10 a.m. a 2 p.m., se estima que 40 líderes de SNAC participarán en la Tercera Academia Culinaria anual. Este año, los jóvenes trabajarán en recetas para mejorar sus habilidades con los cuchillos, en la estufa, los hábitos de seguridad alimentaria, y las técnicas para hornear. Durante las reuniones de marzo los Jóvenes de SNAC identificaron tres recetas saludables y de bajo costo, entre ellas un mollete de arándano saludable, sushi y una tortilla de huevo para el entrenamiento de habilidades culinarias.

"Nuestro objetivo es mejorar las habilidades de los estudiantes en una cocina saludable y generar confianza para llevar a cabo la educación nutricional en los campus de sus escuelas", dijo JaNessa Willis, Educadora de Nutrición de UC CalFresh. "Queremos involucrar a nuestros líderes y desarrollar capacidad en la nutrición y en la cocina a través de formas educativas, prácticas y divertidas".

JaNessa es una de los cinco miembros del personal de UC CalFresh que facilita los clubes 4-H SNAC todas las semanas en las escuelas de Santa María y Océano. El programa es una asociación entre el programa de desarrollo Juvenil 4-H, UC CalFresh y los distritos escolares Santa Maria-Bonita y Lucia Mar. La meta de los Clubs 4-H SNAC es de involucrar a jóvenes de 5to y 6to grado en comunidades de bajos ingresos para identificar y abogar por cambios saludables en sus escuelas o comunidades mientras desarrollan sus habilidades de liderazgo.

Hacer que los niños cocinen es una forma de promover hábitos alimenticios saludables para toda la vida. Con los clubes 4-H SNAC, el objetivo es llevar esos hábitos saludables, incluso a un paso más adelante a medida de que los jóvenes difundan sus conocimientos y habilidades liderando las demostraciones de alimentos en sus escuelas, en sus hogares y en sus comunidades.

Academia Culinaria 4-H del Consejo Asesor de Nutrición Estudiantil

4 de abril del 2018 de 10:00am a 2:00pm

Escuela primaria Liberty 1300 W Sonya Lane Santa Maria, CA

No estará abierto al público, prensa es bienvenida

###