

# Parents' Practical Guide for Healthy Schools

Creating Meaningful School-Based Change  
for Health and Wellness in Chicago

# Guía Práctica de Padres para Escuelas Saludables

Creando un Cambio Escolar Significante  
Para la Salud y el Bienestar de Chicago

**PARENTS UNITED  
PADRES UNIDOS**

**HEALTHY SCHOOLS  
CAMPAIGN**

**SECTION ONE  
SECCIÓN UNO**

**Welcome  
¡Bienvenidos todos!**

## Welcome!

Together, parents are making Chicago schools healthier places for all students. For 10 years, Parents United for Healthy Schools has been leading the way for healthy families, healthy schools and healthy communities in Chicago. This parent-led movement for healthy schools is grounded in a focus on social justice and a belief in the power of speaking up together.

Now, we are pleased to release this Parents' Practical Guide for Healthy Schools. This guide was developed with the input and advice of experienced parent leaders who have successfully created change for healthy eating and physical activity in their schools. These parents' experiences and the lessons they have shared form the foundation of this guide.

With this guide and the ongoing support of Parents United, you are well-positioned to raise your voice for health-promoting change at your school.

Thank you to the many parent leaders whose efforts are creating a healthier future for our children. As we celebrate 10 years of Parents United, we applaud your work and thank you for being a part of this movement.

## ¡Bienvenidos todos!

Juntos, los padres de Chicago están convirtiendo las escuelas en sitios saludables para todos los estudiantes. Durante 10 años, Padres Unidos para Escuelas Saludables (Parents United for Healthy Schools) ha estado en la vanguardia promoviendo familias saludables, escuelas saludables y comunidades saludables en Chicago. Este movimiento liderado por padres para lograr escuelas saludables se basa en la justicia social y en la creencia de que si nos unimos, podremos hacer escuchar nuestra voz.

Nos complace presentarles esta Guía Práctica de Padres para Escuelas Saludables. Esta guía se ha creado con la colaboración y la orientación de padres líderes con experiencia que han logrado cambios exitosos en la alimentación y en las actividades físicas saludables en sus escuelas. Las experiencias de estos padres y las lecciones que han compartido conforman las bases de esta guía.

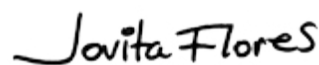
Con este material y el apoyo continuo de Padres Unidos, usted se encuentra en una posición favorable para levantar su voz por un cambio que promueva la salud en su escuela.

Agradecemos a los numerosos padres líderes, cuyos esfuerzos se consolidan en un futuro más saludable para nuestros niños. En la celebración de los 10 años de Padres Unidos, aplaudimos su trabajo y les agradecemos por ser parte de este movimiento.



**Guillermo Gómez**  
Vice President of Urban Affairs  
Healthy Schools Campaign

Vicepresidente de Asuntos Urbanos  
Campaña para Escuelas Saludables



**Jovita Flores**  
Manager  
Parents United for Healthy Schools

Gerente  
Padres Unidos para Escuelas Saludables



## Quienes somos

### Acerca de la Campaña para Escuelas Saludables

La Campaña para Escuelas Saludables (HSC, por sus siglas en inglés) es una organización sin fines de lucro que se dedica a convertir a las escuelas en sitios más saludables para todos los estudiantes. HSC cree que la salud y el bienestar deben incorporarse a cada aspecto de la experiencia escolar. Fundada en 2002, HSC promueve que los niños tengan un mejor acceso a alimentos nutritivos en la escuela, actividad física, recursos de salud en la escuela y aire puro para moldear su aprendizaje y su salud para toda la vida. HSC posibilita la colaboración entre estudiantes, padres, profesores, administradores y legisladores para ayudar a preparar a este grupo diverso de partes interesadas para que lideren un cambio que permita la existencia de escuelas más saludables a nivel de la escuela, el distrito, el estado y la nación.

### Acerca de Padres Unidos Para Escuelas Saludables

Padres Unidos para Escuelas Saludables encabeza una fuerza en la creación de ambientes escolares saludables a través del liderazgo de padres organizados. Este movimiento dirigido por padres aboga para crear un futuro mejor para todos los niños de Chicago a través de un trabajo en conjunto con las escuelas para crear ambientes saludables que apoyen el aprendizaje del estudiante. La Campaña de Escuelas Saludables convocó a padres en el año 2006 debido a la creciente preocupación sobre las tasas exorbitantes de obesidad infantil en Chicago y las disparidades de salud que aumentan en nuestra ciudad. Padres Unidos provee a los padres con el conocimiento y las habilidades para abogar por políticas y programas que promuevan la alimentación saludable y estilo de vida activo en sus escuelas, comunidades y en sus hogares.

## Who We Are

### About Healthy Schools Campaign

[Healthy Schools Campaign](#) (HSC) is a nonprofit organization dedicated to making schools healthier places for all students. HSC believes that health and wellness should be incorporated into every aspect of the school experience. Founded in 2002, HSC advocates for children to have better access to nutritious school food, physical activity, school health resources and clean air to shape their lifelong learning and health. HSC facilitates collaboration among students, parents, teachers, administrators and policymakers to help prepare this diverse group of stakeholders to lead change for healthier schools at the school, district, state and national levels.

### About Parents United for Healthy Schools

Parents United for Healthy Schools is a leading force in creating healthy school environments through organized parent leadership. This parent-led movement advocates to create a better future for all Chicago children by working together with schools to create healthy environments that support student learning. Healthy Schools Campaign convened parents in 2006 out of a growing concern for the skyrocketing rates of childhood obesity in Chicago and the growing health disparities in our city. Parents United equips parents with the knowledge and skills to advocate for policies and programs that promote healthy eating and active lifestyles in their schools, communities and in their homes.

### SPECIAL THANKS TO OUR GENEROUS DONORS

### AGRADECEMOS ESPECIALMENTE A NUESTROS GENEROSOS DONANTES

Advocate Health Care  
J.R. Albert Foundation  
Anonymous  
Robert and Isabelle Bass Foundation  
Blue Cross and Blue Shield of Illinois  
The Brinson Foundation  
Cedar Tree Foundation  
Harry F. and Elaine Chaddick Foundation  
The Chicago Community Trust  
The Crown Family  
Finnegan Family Foundation  
W.K. Kellogg Foundation

Lloyd A. Fry Foundation  
Lumpkin Family Foundation  
McGowan Family Fund  
Michael Reese Health Trust  
Nielsen-Massey Foundation  
Osa Foundation  
Polk Bros. Foundation  
Presence Health  
The Siragusa Foundation  
Stuart Family Foundation  
Tengelsen Family Foundation

## El Equipo de Padres Unidos para Escuelas Saludables



### **Anagency Elizondo**

#### **Gerente de Eventos de Programas Campaña para Escuelas Saludables**

Anagency es estudiante de psicología en la Universidad National-Louis. En HSC, ella trabaja en la logística de eventos y programas en Chicago. Anagency ha sido parte de Padres Unidos para Escuelas Saludables desde el año 2007, ayudando a planificar y coordinar eventos y reuniones del programa, enfocándose en la logística, el reclutamiento de voluntarios, comunicación y coordinación con los padres, y el manejo de datos. Adicionalmente, su papel con Padres Unidos incluye apoyar los esfuerzos de los equipos de salud en las escuelas.



### **Jovita Flores**

#### **Gerente, Padres Unidos para Escuelas Saludables Campaña para Escuelas Saludables**

Jovita Flores es una reconocida y respetada organizadora comunitaria en las comunidades latinas de Chicago. Ha tenido éxito en resaltar la salud escolar como un tema de justicia social para motivar a los padres y líderes comunitarios a tomar acción apoyando los programas de bienestar escolar. En la Campaña para Escuelas Saludables, Jovita administra el programa de Padres Unidos para Escuelas Saludables, trabajando con padres para formar equipos de bienestar escolar y para organizarse por temas de salud escolar. En el 2013, Jovita fue reconocida en la Casa Blanca como una "Campeona del Cambio" por su compromiso continuo para mejorar la salud escolar de Chicago.

## Parents United for Healthy Schools Team



**Anagency Elizondo**  
**Program Event Manager**  
**Healthy Schools Campaign**

Anagency is a student at National-Louis University studying psychology. At HSC, she supports on-the-ground events and programs in Chicago. Anagency has been part of Parents United for Healthy Schools since 2007, helping plan and coordinate events and meetings, focusing on logistics, volunteer recruitment, parent outreach and coordination, and data management. Her role with Parents United also includes supporting the efforts of school-based wellness teams.



**Jovita Flores**  
**Manager, Parents United for Healthy Schools**  
**Healthy Schools Campaign**

Jovita Flores is a well-known and widely respected community organizer in Chicago's Latino communities. She has successfully brought school health into focus as a social justice issue to motivate parents and community leaders to take action supporting school wellness programs. Jovita manages Parents United for Healthy Schools, working with parents to form school wellness teams and to organize around school health issues. In 2013, Jovita was recognized by the White House as a "Champion of Change" for her ongoing commitment to improve school health in Chicago.



### **Guillermo Gómez**

#### **Vicepresidente de Asuntos Urbanos Campaña para Escuelas Saludables**

Guillermo Gómez es un activista por la justicia social, enfocado actualmente en implementar programas de bienestar escolar relacionados con la alimentación y condición física en las escuelas en todas las comunidades afro-americanas y latinas de Chicago. Lanzo a Padres Unidos para Escuelas Saludables en 2006 y continúa su liderazgo en este esfuerzo. Cuenta con más de 25 años de experiencia en organizaciones de defensa sin fines de lucro que se enfocan en las comunidades minoritarias marginadas, trabajando en asuntos como la educación, la salud, el desarrollo de la fuerza laboral, la justicia ambiental, la inmigración y derechos humanos, el transporte público, y el desplazamiento de las familias de bajos ingresos.



### **Rosa Ramírez Richter**

#### **Directora de Programas y Pólizas de Chicago Campaña para Escuelas Saludables**

Rosa trabaja con una amplia gama de líderes escolares, miembros de la comunidad, organizaciones no lucrativas, organismos públicos y organizaciones comunitarias. Ella ayuda a las escuelas a crear ambientes saludables donde la salud, la alimentación saludable, la actividad física y la educación nutricional son prioridades. Ella lanzó con éxito la campaña Go for the Gold, un movimiento a nivel de la ciudad para que la salud y el aprendizaje ayuden a frenar la subida de las tasas de obesidad infantil. Como resultado de este movimiento, los estudiantes de Chicago se están beneficiando de una más saludable alimentación escolar, el aumento de la actividad física y el aumento de la educación nutricional. Más adelante, estas mejoras se convirtieron en el nuevo estándar y han sido adoptadas en la póliza del distrito y se consideran la base del indicador en el informe de escuelas saludables que todas las escuelas muestran. Tiene una Maestría en Desarrollo Comunitario de la Universidad de California en Davis y una licenciatura en Pólizas Públicas y Sociología de la Universidad DePaul.



**Guillermo Gómez**

**Vice President of Urban Affairs  
Healthy Schools Campaign**

Guillermo Gómez is a social justice activist currently focused on work to implement school wellness programs involving food and fitness in schools throughout Chicago's African American and Latino communities. He launched Parents United for Healthy Schools in 2006 and continues to lead the effort. He has more than 25 years of experience in nonprofit advocacy organizations that focus on underserved minority communities concerning issues including education, health, workforce development, environmental justice, immigration and human rights, public transportation, and displacement of low-income families.



**Rosa Ramirez Richter**

**Director of Chicago Programs + Policy  
Healthy Schools Campaign**

Rosa works with a wide range of school leaders, community members, nonprofits, public agencies and community organizations. She helps schools create healthy environments where wellness, healthy eating, physical activity and nutrition education are priorities. She successfully launched the Go for the Gold campaign, a city-wide movement for health and learning to curb skyrocketing childhood obesity rates. As a result of this movement, Chicago students are benefiting from healthier school food, increased physical activity and increased nutrition education. Many of these improvements later became the new standard and have been adopted into district policy as well as the basis for the healthy school report indicator that all schools display. She holds a Master of Science degree in Community Development from the University of California at Davis and a bachelor's degree in Public Policy and Sociology from DePaul University.



## Reconocimientos

### Asesores del Proyecto

Un agradecimiento especial a los padres líderes por su participación en el desarrollo de esta guía:

Herlinda Arriaga, Mancel Talcott Elementary School

Dolores Benitez, Charles G. Hammond Elementary School

Maria Cristobal, Francisco I. Madero Middle School

Rosalinda Galvan, John H. Hamline Elementary School

Isabel Gonzalez, Calmecca Academy of Fine Arts and Dual Language

Jose Hernandez, Calmecca Academy of Fine Arts and Dual Language

Liliana Hernandez, Eli Whitney Elementary School

Martha Ramirez, Joseph Jungman Elementary School

Raquel Reyes, Richard J. Daley Elementary School

Maria Rico, Louis Pasteur Elementary School

### Editores Ejecutivos

Rochelle Davis  
Presidente + Oficial Ejecutivo Principal,  
Campaña para Escuelas Saludables

Guillermo Gómez  
Vicepresidente de Asuntos Urbanos,  
Campaña para Escuelas Saludables

### Escritor Principal

Tara Kennon, Especialista Principal de Comunicaciones, Campaña para Escuelas Saludables

### Diseño

Anne Moertel, Directora Creativo, Campaña para Escuelas Saludables

### Gracias Especiales

Para Jovita Flores por su valiosa contribución y asistencia.

Para Abby Callard y Tara Ebrahimi por su apoyo escribiendo y editando.

## ¡MANTENTE CONECTADO!

Le invitamos a conocer más y mantenerse relacionado con los Padres Unidos. Póngase en contacto con nosotros para más:

**Guillermo Gómez**  
Vicepresidente de Asuntos Urbanos  
Campaña para Escuelas Saludables  
[ggomez@healthyschoolscampaign.org](mailto:ggomez@healthyschoolscampaign.org)  
312-419-1810

**Anagency Elizondo**  
Gerente de Eventos de Programas  
Campaña para Escuelas Saludables  
[anagency@healthyschoolscampaign.org](mailto:anagency@healthyschoolscampaign.org)  
312-419-1810

**Jovita Flores**  
Gerente  
Padres Unidos para Escuelas Saludables  
[jovita@healthyschoolscampaign.org](mailto:jovita@healthyschoolscampaign.org)  
312-342-0224

## Acknowledgments

### Project Advisors

Special thanks to the parent leaders whose input shaped this guide:

Herlinda Arriaga, Mancel Talcott Elementary School

Dolores Benitez, Charles G. Hammond Elementary School

Maria Cristobal, Francisco I. Madero Middle School

Rosalinda Galvan, John H. Hamline Elementary School

Isabel Gonzalez, Calmecca Academy of Fine Arts and Dual Language

Jose Hernandez, Calmecca Academy of Fine Arts and Dual Language

Liliana Hernandez, Eli Whitney Elementary School

Martha Ramirez, Joseph Jungman Elementary School

Maria Rico, Louis Pasteur Elementary School

Raquel Reyes, Richard J. Daley Elementary School

### Executive Editors

Rochelle Davis  
President + CEO, Healthy Schools Campaign

Guillermo Gómez  
Vice President of Urban Affairs, Healthy Schools Campaign

### Lead Writer

Tara Kennon, Senior Communications Specialist, Healthy Schools Campaign

### Design

Anne Moertel, Creative Director, Healthy Schools Campaign

### Special thanks

To Jovita Flores for her valuable input and assistance.

To Abby Callard and Tara Ebrahimi for writing and editing support.

## STAY CONNECTED!

We invite you to learn more and stay involved with Parents United.

Contact us for more:

**Guillermo Gómez**  
Vice President of Urban Affairs  
Healthy Schools Campaign  
[ggomez@healthyschoolscampaign.org](mailto:ggomez@healthyschoolscampaign.org)  
312-419-1810

**Anagency Elizondo**  
Program Event Manager  
Healthy Schools Campaign  
[anagency@healthyschoolscampaign.org](mailto:anagency@healthyschoolscampaign.org)  
312-419-1810

**Jovita Flores**  
Manager  
Parents United for Healthy Schools  
[jovita@healthyschoolscampaign.org](mailto:jovita@healthyschoolscampaign.org)  
312-342-0224