Working Together for Healthier ...

The Austin/Travis County Health & Human Services Department is dedicated to making opportunities for healthy eating and active living available to everyone.

SCHOOLS

Promote healthy habits for life by improving a child's experience during school or while in childcare.

Design a Healthier School. Consider setting up a Farm to School produce program, building a school garden or getting on-site nutrition education classes taught by experts. Design your curriculum to maximize activity times and model healthy eating!

HOMES

Healthy starts at home.

Eat Healthy. Buy fresh fruits and vegetables at a local farmers' market or your area grocery store.

Get Active. Join our free program, Walk Texas! ACTIVE AUSTIN, to start a physical activity group with your family, friends or coworkers.

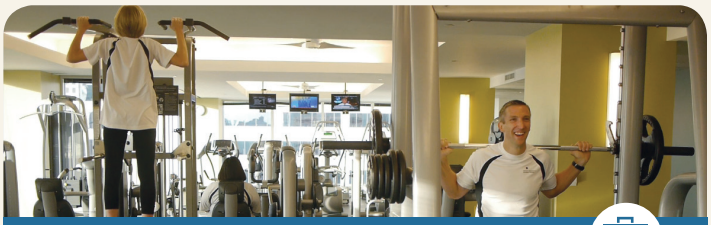
Learn More. Sign up for our free nutrition or diabetes education classes, available throughout Travis County.

NEIGHBORHOODS

The way a neighborhood is built and maintained plays a role in everyday opportunities for healthy living.

Plan Together. Complete our "Walkability Assessment" in your neighborhood to assess where changes are needed to make it healthier and safer.

Build Together. Grow, eat and even sell your own harvest by building a community garden.



WORKPLACES

Healthy workplaces are good for businesses, employees and their families. Studies show a long-term return of up to $6 for every $1 invested in comprehensive wellness programming.

Make Workplace Wellness Happen. Consider vending machines with healthy options, Farm to Site programs that deliver fresh produce to your work, flex time to allow for exercise, mother-friendly policies, incentives for healthy behaviors and a benefits package that supports healthy, productive employees.

Get Recognition. Get your organization certified through the Mayor's Health & Fitness Council or get designated as a Mother-Friendly Worksite through the Texas Department of State Health Services.

HEALTHY PLACES HEALTHY PEOPLE

Together, we have the power to create a healthier Austin/Travis County. To learn more, email us at HPHP@austintexas.gov.

Made possible by funding through the Department of Health & Human Services and the Austin/Travis County Health & Human Services Department.

www.HealthyPlacesHealthyPeople.org

Trabajando juntos para mejorar la salud en...

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Austin/Condado de Travis se dedica a crear oportunidades para poner al alcance de todos una alimentación saludable y una vida activa.

ESCUELAS

Promueve hábitos de vida saludables al mejorar la experiencia de los niños durante su estancia en la escuela o la guardería.

Diseña una escuela más saludable. Considera la creación de un Programa de Repartición de Productos de la Granja a la Escuela, la construcción de un jardín en la escuela u ofrecer clases de educación nutricional impartidas por expertos . ¡Diseña tu plan de estudios para maximizar los tiempos de actividad y modelar una alimentación saludable!

HOGARES

La salud empieza en el hogar.

Come sanamente. Compra frutas y verduras frescas de tu mercado de agricultores locales o en la tienda de abarrotes de tu vecindario.

Ponte activo. Únete a nuestro programa gratuito, ¡Walk Texas! para empezar un grupo dedicado a la actividad física, ya sea con tu familia, tus amigos o tus compañeros de trabajo.

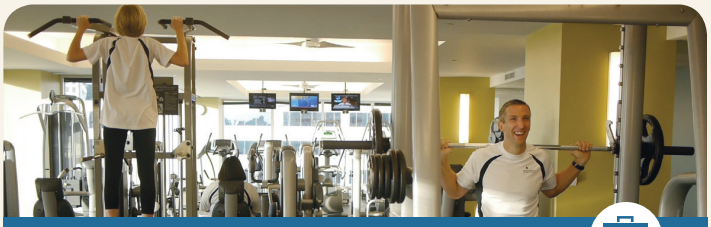
Aprende más. Inscríbete en nuestras clases gratuitas de educación sobre nutrición o diabetes, disponibles a través del Condado de Travis.

VECINDARIOS

La forma en que se construye y se mantiene un vecindario juega un papel muy importante en las oportunidades diarias para vivir sanamente.

Planifiquen Juntos. Completa nuestra “Evaluación de Condiciones para Caminar” en tu vecindario para descubrir dónde se necesita hacer cambios para promover un vecindario más saludable y seguro.

Construyan Juntos. Cultiva, come y hasta vende tu propia cosecha mediante la construcción de un jardín comunitario.



LUGARES DE TRABAJO

Los lugares de trabajo saludables son buenos para los negocios, los empleados y sus familias. Los estudios muestran un retorno a largo plazo de hasta $6 por cada $1 invertido en un programa de bienestar comprensible.

Promueve el bienestar en tu lugar de trabajo. Considera la colocación de máquinas dispensadoras con opciones saludables; la implementación de Programas de Repartición de Frutas y Verduras Frescas de la Granja al Lugar de Trabajo; la designación de tiempo flexible para hacer ejercicio; la implementación de políticas favorables a las mamás; los incentivos por comportamientos saludables; y un paquete de beneficios que apoye a los empleados productivos y saludables.

Obtén reconocimiento. Logra una certificación para tu organización a través del Consejo de Salud y Aptitud Física del Alcalde o logra que tu trabajo sea reconocido por el Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas, como un lugar de trabajo que apoya a las mamás que trabajan.

HEALTHY PLACES HEALTHY PEOPLE

Juntos tenemos el poder de hacer que Austin/Condado de Travis sea un lugar más saludable. Para aprender más, envíanos un mensaje de correo electrónico a HPHP@austintexas.gov.

Financiado a través del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Estado de Texas y del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Austin/Condado de Travis.

www.HealthyPlacesHealthyPeople.org