



## **RADIO SCRIPTS**

### **Champions for Change – 1% Milk Campaign**

#### English

One percent milk has all the vitamins and minerals as whole milk, like calcium and vitamin D, but without all the fat. Families who make the switch to 1% milk are called Champions for Change. Be a Champion for Change in your family. For healthy tips and free recipes, visit [EAT WELL BE WELL DOT ORG](http://EATWELLBEWELL.DOT.ORG) or call 1-800-695-3335.

This message is brought to you by the USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program. It provides nutrition assistance to people with low income. This institution is an equal opportunity provider and employer.

#### Spanish

La leche 1% tiene todas las vitaminas y minerales que la leche entera, como el calcio y vitamina D, pero sin toda la grasa. A las familias que hacen el cambio a la leche 1% les llamamos Campeonas del Cambio. Sea una Campeona del Cambio en su familia. Para consejos y recetas sanas, visite [COME SANO VIVE MEJOR PUNTO ORG](http://COME.SANO.VIVE.MEJOR.PUNTO.ORG) ó llame al 1-800-695-3335.

Este mensaje es traído a usted por el Programa de Ayuda de Nutrición Suplementaria del Departamento Federal de Agricultura. Ofrece ayuda de nutrición a las personas de escasos recursos. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades en sus servicios y en el empleo