

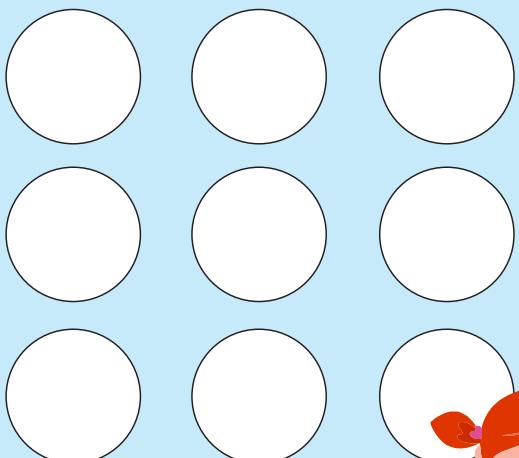
Hábitos Saludables. Vida Saludable.

PARTICIPA EN EL JUEGO 5-2-1-0: COLOREA O COLOCA UN ADHESIVO EN UNA CÍRCULO CADA VEZ QUE ALCANCES UNO DE LOS OBJETIVOS DEL 5-2-1-0. ¿PUEDES RELLENARLOS TODOS?

Objetivo
Al menos 5 verduras y frutas al día – ¡o más!



Objetivo
2 horas o menos al día frente a la pantalla



Objetivo
1 hora de actividad física al día



Objetivo
0 o casi ninguna bebida azucarada



Healthy Kids
Collaborative

Este mensaje fue
recibido por y adaptado de
www.letsgo.org.