Sea

defensor de la salud en la escuela

Padres, ¡necesitamos su ayuda para hacer nuestra escuela más sana!

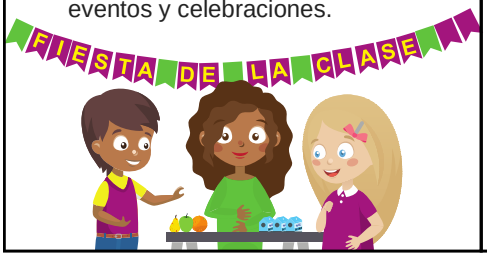
Los niños pasan la mayor parte del día en la escuela. Por lo tanto, es importante que haya disponible alimentos y bebidas saludables mientras estén ahí. Además, una buena nutrición ayuda a que los niños aprendan más en la escuela. Nuestra política de bienestar escolar explica la manera en que nuestra escuela elige la opción saludable, la opción fácil para los niños. Los padres pueden ayudar a actualizar la política de bienestar escolar y a implementarla.

4 maneras en que los padres pueden ayudar:

1. **Únase al comité de bienestar escolar.** Nuestra próxima reunión será en [lugar] de [hora] a [hora]. El comité de bienestar escolar se reúne [frecuencia] y desarrolla proyectos que promueven la salud en la escuela. Usted no necesita ningún conocimiento especializado para ser parte del comité. ¡Sólo necesita querer promover la salud en la escuela!

2. **Lea la política de bienestar escolar** en [URL]. Para preguntas o más información, contacte: [persona]

3. **Apoye los eventos escolares y del salón de clase** para promover los alimentos saludables y mantener a los niños físicamente activos. Tome en cuenta la política de bienestar escolar al escoger los alimentos y las bebidas para eventos y celebraciones.



4. **Evalúe la salud en nuestra escuela**. Comparta su opinión sobre cómo nuestra escuela promueve la buena nutrición y la actividad física en: [XXXX]

¿Qué contiene nuestra política de bienestar escolar?

La política completa de bienestar escolar se encuentra en línea en: [XXXX]. Algunos de los temas importantes de la política son:

- **Educación y promoción en nutrición**
- **Actividad física**
- **Otras actividades de bienestar escolar** (como huertos escolares y caminar/ir en bici a la escuela)
- **Estándares nutricionales** para todos los alimentos y las bebidas que se les venden a los niños en la escuela
- Los alimentos y las bebidas que se les pueden dar a los estudiantes (por ejemplo, durante celebraciones en el salón de clase o alimentos para premiar el buen comportamiento)
- **Mercadeo** de alimentos y bebidas

Esperamos poder trabajar con usted para garantizar que nuestra escuela continúe siendo un lugar saludable que apoye el crecimiento y el aprendizaje.

Más salud = Más aprendizaje