

Información Sobre el Programa Niños Sean Saludables

(Behealthy School Kids)

El Programa Niños Sean Saludables es un programa de educación nutricional dirigidos a estudiantes de Pre Kinder hasta el quinto grado (5) de las escuelas de Winston-Salem/ Condado Forsyth.

Cada escuela se esfuerza por extender esta información a los estudiantes, personal de escuela, facultad y a los padres a través de boletines en cartel, anuncios por las mañanas, publicaciones informativas cada tres meses, presentaciones a nivel de grado, cursos del PTA (Asociación de Padres y Maestros) o eventos especiales.

Un Educador de Salud Pública colabora con los directores, maestros, estudiantes y padres para exhortar a escoger estilos de vida más saludable a través de cambios individuales y políticas ambientales.


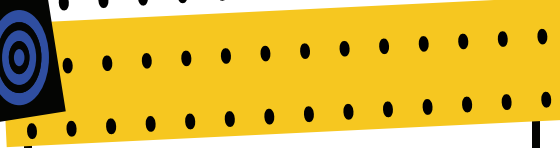

Nuestra misión es de encaminar a las familias a escoger diariamente un estilo de vida saludable. Enseñamos a las personas a como tomar control, al discutir la importancia de los hábitos de comer saludable y emprender actividades físicas regularmente.



Forsyth County
Department of Public Health
Promoting Health, Improving Lives

Información para contactar al Programa Niños Sean Saludables:

Coordinadora de
Behealthy School Kids
Jasmine McNeill, MPH-N, CHES
336-703-3217
mcneilj2@forsyth.cc



BEHEALTHY SCHOOL KIDS

Programa Educativo de Nutrición
Niños Sean Saludables

Escuelas Elementales de Winston Salem, del Condado Forsyth.

Departamento de Salud Pública del Condado Forsyth
799 N Highland Ave.
Winston-Salem, NC 27102

● ● ● ● ● ● ● ●

Visite nuestra pagina siguiente

www.forsyth.cc/publichealth/behealthy_school_kids.aspx

Campaña de Behealthy 2016-2017

"All About Fruits and Vegetables"

Consejos Claves:

- Prepara la mitad de tu plato con frutas y vegetales
- Has que la mitad de tus granos sean 100 % puros
- Consume productos lácteos que sean bajos en grasa
- Toma bastante agua
- Escoge carnes/proteínas sin grasa
- Has actividades físicas por lo menos 1 hora diariamente.



El Programa de Behealthy School Kids (Niños Escolares Sean Saludables) usa el currículo de los Chicos de Órganos Sabios junto con los materiales de USDA's MyPlate para enseñar y compartir nuestros consejos claves.

Reglas de los Chicos de Órganos Sabios :

- Comer alimentos bajos en grasa
- Comer alimentos con alto contenido de hierro
- Tomar bastante agua diariamente
- Hacer el ejercicio suficiente

Los Chicos de OrganoSabios.I



Los Chicos OrganoSabios :

Hardy Corazon, Windy Pulmones, Luigi el Hgado, Calci M.Huesito, Madam Musculo, Sr Rebrum Cerebro, Peter Pancreas, Pepto Estomago, Intestinos Peristáltico y los hermanos Riñon Sid & Kid.

Oportunidades de Voluntariado:

Durante todo el año se distribuyen boletines cada 3 meses, también Guías MíPlato, hojas de ejercicios e incentivos a +de 25,000 estudiantes en nuestras escuelas. En adición, el Programa de Behealthy School Kids Co- Patrocina Noches Familiares Físicas para animar a estudiantes junto con sus familias a entablar actividades físicas. Se instalaran clases para ponerse en forma y estaciones de ejercicios/actividades.



Se necesitan voluntarios para asistir a Educadores de Salud Publica en las siguientes capacidades:**Asistente de oficina y/Entrenadores Físicos en la noche.**

Los Voluntarios de oficina-ayudaran a contar paquetes de hojas de ejercicios, boletines, incentivos etc., para después llevarlas a las escuelas. Los voluntarios pueden hacer horas semanales o mensuales.

Los Voluntarios de Entrenamiento Físico ayudaran a coordinar y supervisar las estaciones de actividades para las familias. Estas noches son aproximadamente de 1.5 a 2 horas de diversión completa!