

¿Te sientes mal?
¿Estás molesto sobre algo?



¿Cansado?

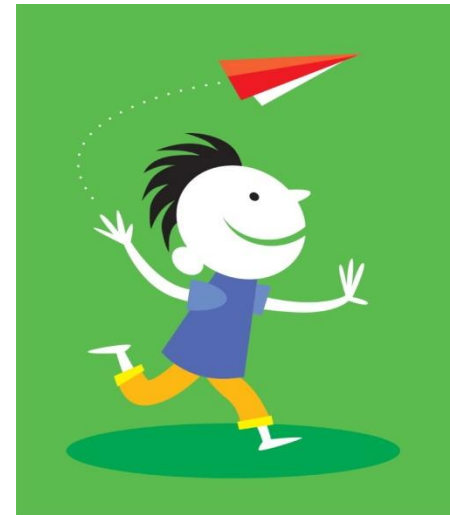
¿Tienes hambre?

¿Tienes sed?

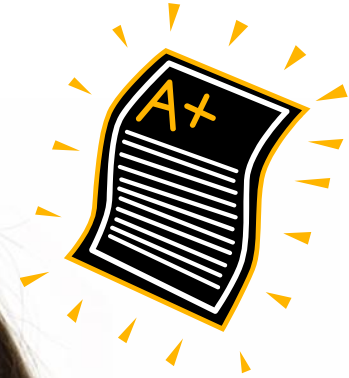
¿Estas preocupado?

¿Enfermo?

¿Tal vez necesito moverme?



La actividad física puede ayudar con el aprendizaje

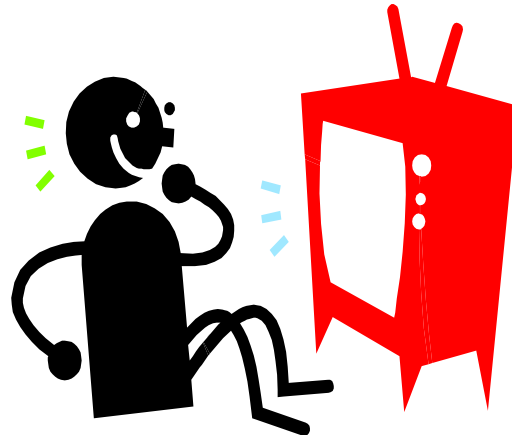




NURTURE

www.nurtureyourfamily.org

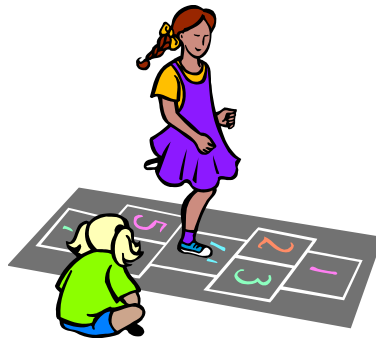
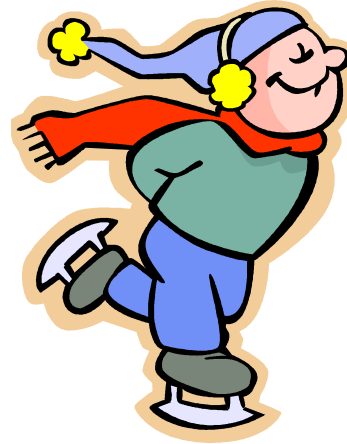
Limite el tiempo enfrente de una pantalla



¡Juega al aire libre!



¡Muevete!



¡Ahora pongámonos en marcha!

