



Presentación de 123 a Healthy Me para los padres

Hola, soy Shanita Fields, educadora en salud en la Oficina de Salud Pública del Condado de Montgomery.

Me alegra mucho anunciar que en este año escolar nos asociaremos con la Unidad Intermedia del Condado de Montgomery (MCIU, por sus siglas en inglés) para ofrecer educación virtual sobre nutrición y actividad física.

El año pasado pusimos a prueba el programa 123 a Healthy Me en 5 salones de clase de preescolar de la MCIU. Este año podremos ofrecer este programa a TODOS los salones de clase de preescolar de la MCIU mediante videos pregrabados.

Cada mes hablaremos sobre un tema diferente relacionado con la salud. Estos videos proporcionarán una clase corta y una actividad para que los niños participen mientras miran.

Pero queridos padres, no quisimos dejarlos afuera, ¡así que adivinen! ¡También tenemos algo para ustedes!

Cada mes, tendremos clases de extensión pregrabadas para padres en las que les daremos actividades divertidas y fáciles que pueden hacer en casa con sus hijos para reforzar lo que se enseñó en su clase.

Realmente creemos que es importante que los niños en preescolar estén expuestos a conductas saludables a temprana edad a fin de aumentar las probabilidades de que tomen decisiones saludables a medida que crecen.

Sin embargo, comprendemos también que si bien en nuestra calidad de educadores en salud y maestros podemos influenciar a los niños para que quieran tomar decisiones saludables, en última instancia queda a voluntad de sus cuidadores crear una cultura y un ambiente que permita eso en casa.

De modo que el programa 123 a Healthy Me no es solo para los niños. ¡Es para toda la familia!

¿Y qué mejor momento que ahora para centrarse en la salud y el bienestar de nuestras familias?

Así que espero que miren los videos y poder brindarles educación en salud a usted y su familia.