

Estimado Padre/Tutor:

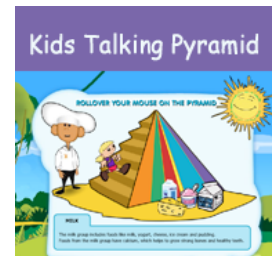
La conexión entre la nutrición y el aprendizaje ha sido muy bien documentada. Al establecer costumbres saludables temprano en la vida, su niño puede dramáticamente reducir los riesgos a su salud y aumentar sus oportunidades para tener una vida más larga y productiva. Para decirlo más claro, ¡los niños que viven saludablemente, viven más!



Una de las maneras en que la escuela ayuda activamente a nuestros niños a desempeñarse mejor es darles el conocimiento nutritivo y las capacidades necesarias para crecer y desarrollarse. Como parte de nuestro compromiso, hemos implementado un programa de educación nutritiva usando los juegos y materiales por Nourish Interactive (es.nourishinteractive.com o es.chefsolus.com). Con el uso de la animación los juegos guían a su niño por retos, obstáculos y preguntas que enseñan los conceptos básicos de la nutrición y la importancia del ejercicio.

El sitio web de Nourish Interactive fue creado por proveedores y educadores del cuidado de la salud con la visión de enseñarles a las familias la importancia de comer saludablemente y de la actividad física y basado en las actuales recomendaciones del USDA. Hemos escogido este sitio web de la educación de la nutrición como parte de nuestro currículo de educación de nutrición porque ofrece actividades y juegos creativos que los niños van a querer jugar una y otra vez. Es perfecto para los niños entre kindergarten y quinto grado ofreciendo múltiples niveles de dificultad basada en la capacidad individual del niño.

Por favor apoye lo que su niño está aprendiendo en la escuela y tome el tiempo para visitar Nourish Interactive. Allí hay varios mini juegos que su niño puede jugar y actividades para ellos explorar. No olvide visitar la sección de los padres también – hay herramientas útiles para la familia entera.



Temas Destacados en la Sección de los Padres del Sitio web

- Crear una comida balanceada basada en la edad de su niño y su nivel de actividad
- Saber si su niño está en un peso saludable calculando su BMI (IMC)
- Leer artículos de nutrición y ejercicio que dan sugerencias prácticas para ayudarle a su niño a desarrollar hábitos saludables de comer y ejercicio.
- Imprimir hojas de consejos de nutrición que son coloridas y perfectas para poner en la puerta del refrigerador para que toda la familia vea.

Temas Destacados en la Sección de los Niños del Sitio web



- Rompecabezas de Nutrición de los Grupos Alimenticios. Simplemente arme un rompecabezas y aparecerá un mensaje de nutrición saludable.
- Visite El nuevo Mi Plato o la Pirámide Alimenticia Interactiva donde el Chef Solus le enseña a su niño de los diferentes grupos alimenticios mientras pasan por las diferentes partes de la pirámide.
- ¿Sabe su niño lo que constituye una comida balanceada? Juegue el juego de Kevin de Construir una Comida Balanceada que visita una cafetería escolar, una cocina y un mercado para hacer la comida perfecta.

Nota: Usted encontrará dos versiones de cada herramienta: una para el niño y otra para los padres.

Juntos, como equipo, todos podemos tener influencia positiva sobre los hábitos de comer de su niño mas allá del aula de clase sirviendo de modelo de la buena nutrición. Para aprender más de cómo Nourish Interactive promueve la educación de nutrición, visite es.ChefSolus.com.