



IT'S TIME TEXAS PRESENTS
HEALTHY TEXAS
 WEEK

HAGA SANA LA SEMANA DE TEXAS
EL SEMANA SANA DEL AÑO
¡EN TU ESCUELA!

29 de abril - 5 de mayo de, 2019

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|--|--|--|
|  <p>Día de Comer el Arcoíris</p> |  <p>Día de las Estrellas</p> |  <p>Día de los Emojis</p> |  <p>Día de las Pijamas</p> |  <p>Día del Orgullo de Texas</p> |

LUNES - Día de Comer el Arcoíris

¡Póngase ropa de los colores del arcoíris o de su color favorito! Estaremos hablando sobre alimentos de todos colores y la importancia de comer el arcoíris completo. **Anuncio Saludable de la Mañana: Buenas Decisiones**

MARTES - Día de las Estrellas

¿Tiene algún equipo favorito o practican deportes? ¡Demuestre el orgullo por su equipo o universidad, poniéndose su camiseta o uniforme para venir a la escuela! Hablaremos de la importancia del ejercicio para volverse una estrella en los campos de juego y más allá. **Anuncio Saludable de la Mañana: La Hidratación**

MIÉRCOLES - Día de los Emojis

¡Demostremos nuestros sentimientos libremente! Adorne con emojis, pegatinas, una camisa con su nombre, o use un color que refleje su estado de ánimo para el día. Discutiremos el bienestar social y emocional de adentro hacia afuera. **Anuncio Saludable de la Mañana: Dar Ánimo**

JUEVES - Día de las Pijamas

¡Póngase sus pijamas para ir a la escuela! Dormir bien toda la noche es muy importante para el desarrollo físico y emocional de los niños. Hablaremos de cómo una mejor salud le puede ayudar a dormir más. **Anuncio Saludable de la Mañana: El Sueño**

VIERNES - Día del Orgullo de Texas

¡Use sus botas favoritas o póngase ropa color rojo, blanco y azul! Nuestro Estado es famoso por muchas de las cosas que conocemos y amamos – bluebonnets, longhorns, los vaqueros y vaqueras – ¡Ahora queremos agregar salud para que podamos hacer que nuestro estado sea aún mejor! **Anuncio Saludable de la Mañana: El Desayuno**

ENERGIZADO POR:

