



Al's Pals™

Kids Making Healthy Choices

by  Teaching Strategies®

Queridas familias,

¡Hola, es Al! Estamos aprendiendo cómo ser sanos y salvos en el salón de clases de su niño. Hablamos muchos con los niños acerca de la importancia de cuidarnos y tomar decisiones sanas. Hemos estado hablando en estos días acerca de las bebidas que ayudan a los niños a mantenerse fuertes y sanos, como el agua y la leche.

También hablamos sobre bebidas que no son buenas para los cuerpos en crecimiento de los niños y juntos hablamos sobre cómo las bebidas alcohólicas que son sólo para adultos—como la cerveza, el vino y los licores pueden enfermar a los niños.

Usted puede ayudar en el hogar hablando con su hijo sobre lo que su familia bebe y dejando claro que las bebidas alcohólicas no son para niños. También puede hablarle sobre las bebidas que le da cada día. ¡Explícales que estas bebidas le ayudan a crecer para que se convierta en la persona más fuerte y sana que puede ser!

Su amigo fuerte y sano,

Al