



Celebraciones Saludables en \_\_\_\_\_

Estimada Familias,

Estamos trabajando arduamente en hacer nuestra escuela un lugar más saludable. Entre celebraciones de días festivos y de cumpleaños, la cantidad de alimentos y bebidas azucaradas que se ofrecen a los estudiantes durante el año escolar se suman rápidamente. Aunque golosinas ocasionales son especiales, demasiadas pueden ser poco saludables para nuestros estudiantes.

Queremos crear una escuela saludable porque sabemos que estudiantes saludables son mejores aprendices. También deseamos educar a nuestros estudiantes sobre las opciones saludables y enseñarles a tomar decisiones responsables sobre los alimentos. Por lo tanto, los invitamos a unirse con nosotros para crear celebraciones saludables en nuestra escuela.

Cuando se incluye comida como parte de una celebración en el salón de clases, pedimos que la comida y las bebidas cumplan con las Reglas Generales de Alimentos Saludables de Río (fruta fresca, vegetales, galletas integrales, queso bajo en grasa, agua con fruta fresca, etc.). Hojas de inscripción estarán disponibles en las clases individuales para ayudar con la planificación.

Es posible incluir alimentos que no cumplan con las Reglas Generales de Alimentos Saludables de Río durante nuestras celebraciones mensuales de cumpleaños/días festivos, pero recuerde que NUNCA se permiten refrescos y dulces en nuestra escuela para las celebraciones o de otra manera.

Si tiene preguntas, por favor no dude en comunicarse con Lacey Piper, nuestra Líder del Bienestar o el/la maestro/a de su hijo/a.

¡Muchas gracias por ayudarnos a crear un lugar más saludable para que su hijo aprenda!

Atentamente,

---