

# ¿CUÁLES SON SUS Pequeños Pasos

PARA OBTENER CUERPOS SALUDABLES Y MENTES SALUDABLES?



## Alimentarse bien.



HÁBITOS SALUDABLES, VIDA SALUDABLE.



## Jugar juntos.

TIEMPO ACTIVO, APRENDIZAJE ACTIVO.



## Dormir más.

MENTES DESCANSADAS, FAMILIA FELIZ.

