

# ¡Familia Sana, Familia Feliz!



Un programa gratuito de 8 semanas con consejos prácticos para criar hijos sanos, activos y felices.



Un serie de programas de radio y materiales educativos gratuitos con recomendaciones y consejos prácticos acerca de:



- Hábitos alimenticios sanos
- Cómo fomentar el buen comportamiento
- Costumbres sanas desde una temprana edad
- La importancia de comer en familia
- El juego y las actividades físicas...y ¡mucho más!

## Inscríbese y participe

- \* Llame hoy a Mónica al (858) 694-2857, o
- \* recorte y envíe el cupón que aparece semanalmente en el periódico El Latino.



¡Disfrute de una  
Familia Sana,  
Familia Feliz!

Para familias con niños entre 2 y 5 años.

- \* Cada dos semanas recibirá por correo información práctica que le ayudará con la crianza de sus hijos; recibirá también guías de actividades para hacer con sus niños.
- \* A partir del **2 de marzo**, escuche **Familia Sana, Familia Feliz** por Radio Latina, 104.5 FM y lea la columna semanal en El Latino.



**¡Inscríbese hoy mismo!**  
Las primeras 50 personas recibirán una tarjeta de regalo por \$20 de Walmart!