****

Comunicado de prensa

Para publicación inmediata

**Celebre la Semana Saludable de Todos los Niños en casa o en la escuela**

Every Kid Healthy™ Week es una celebración anual creada en 2013 para celebrar los logros de salud y bienestar escolar. Reconocido en el calendario de Observancias Nacionales de Salud y observado la última semana completa de abril de cada año (21-25 de abril de 2025), cada día de la semana destaca las grandes acciones que las escuelas y las familias están tomando para mejorar la salud y el bienestar de sus hijos y el vínculo entre nutrición, actividad física, salud mental, y aprendizaje, ¡porque los niños sanos están mejor preparados para aprender y prosperar! Estamos alentando a las familias a continuar esta semana con actividades programadas para completar y divertirse mientras se mantienen saludables y se quedan en casa, ¡pero también proporcionamos a las escuelas actividades para hacer con sus estudiantes de manera segura!

Es por eso que el Educador de salud familiar y comunitaria de Texas A&M AgriLife Extension \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_ condado les recuerda a todos que es muy importante mantener saludables a los miembros de su familia y estudiantes durante este tiempo que incluye toda la salud.

Estas son las actividades planificadas para Every Kid Healthy Week 2025:

o Lunes de atención plena: Haga que sus hijos o estudiantes practiquen habilidades de salud socioemocional y atención plena para desarrollar resiliencia.

o Martes sabroso: Desarrolle hábitos alimenticios saludables para toda la vida exponiendo a los niños a nuevos alimentos, cocina saludable y cultivando sus propios productos.

o Miércoles de bienestar: ¡Muévete! La actividad física no solo alimenta el cuerpo, sino también la mente.

o Jueves reflexivo: Crear una cultura escolar o familiar que celebre la diversidad y trabaje progresivamente para crear una oportunidad de aprendizaje más equitativa.

o Viernes familiar: Reunir a las familias y las escuelas para apoyar la salud infantil en la escuela y el hogar.

Si necesita más recursos para completar estas actividades, visite nuestros sitios: <http://howdyhealth.tamu.edu/ekhw> and <https://www.actionforhealthykids.org/get-involved/every-kid-healthy-week/>

*Los miembros de Texas A&M AgriLife proporcionarán igualdad de oportunidades en programas y actividades, educación y empleo a todas las personas, independientemente de su raza, color, sexo, religión, origen nacional, edad, discapacidad, información genética, estado de veterano, orientación sexual o identidad de género y se esforzarán por lograr oportunidades de empleo plenas e iguales en todo Texas A&M AgriLife.*