

STATE OF CONNECTICUT

DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH

Jewel Mullen, M.D., M.P.H., M.P.A.
Commissioner



Dannel P. Malloy
Governor
Nancy Wyman
Lt. Governor

Alcánzalo

30 seg.

Pequeño Mookie: ¡Hora del tentempié!

Champy: Me pregunto qué nos tendrá preparado Mama Moozie.

Mama Moozie: Frutas, verduras y lácteos con poca grasa es lo que necesita este Action Pack para seguir activo.

Champy: ¡Es un SNAP! Tienes que comer inteligentemente para jugar a tope.

Pequeño Mookie: ¡Gracias por poner los tentempiés saludables donde puedo alcanzarlos!

Sunny: Come frutas, verduras y lácteos con poca grasa en las comidas y como tentempié.

Pequeño Mookie: Consejo de Action número 23 – ¡Asegúrate de que las frutas, las verduras y los lácteos con poca grasa estén al alcance!

Si desea más consejos saludables visite: www.ct.gov/dph/actionpack

Esta institución es un proveedor y una entidad que ofrece igualdad de oportunidades. Este material lo ha subvencionado el Programa de Asistencia Nutritiva Suplementaria (SNAP) del Departamento de Agricultura de los EEUU. SNAP ofrece ayuda a la nutrición de las personas con ingresos bajos. Puede ayudarle a comprar comidas nutritivas para que su dieta sea más adecuada. Si desea más información, póngase en contacto a través del teléfono 1-800-842-1508.



Phone: (860) 509-8000 • Fax: (860) 509-7184 • VP: (860) 899-1611
410 Capitol Avenue, P.O. Box 340308
Hartford, Connecticut 06134-0308
www.ct.gov/dph

Affirmative Action/Equal Opportunity Employer