



**¡Juntos podemos
divertirnos y mantener
un peso saludable!**



Programa de los Institutos Nacionales de la Salud



Localiza *¡Podemos!*
en tu comunidad

<http://wecan.nhlbi.nih.gov>

Llama 1-866-359-3226



¡Juntos podemos ayudar a nuestra familia a comer bien para mantener un peso saludable!



Programa de los Institutos Nacionales de la Salud



Localiza *¡Podemos!*
en tu comunidad

<http://wecan.nhlbi.nih.gov>

Llama 1-866-359-3226



**¡Juntos en familia
podemos estar en
movimiento y mantener
un peso saludable!**



Programa de los Institutos Nacionales de la Salud



Localiza *¡Podemos!*
en tu comunidad

<http://wecan.nhlbi.nih.gov>

Llama 1-866-359-3226



¡Juntos podemos reducir el tiempo frente al televisor y la computadora para mantener un peso saludable!



Programa de los Institutos Nacionales de la Salud



Localiza *¡Podemos!*
en tu comunidad

<http://wecan.nhlbi.nih.gov>

Llama 1-866-359-3226