



## Haga un collage

**I**ndique a los niños que lleven imágenes de revistas de los alimentos que comen sus familias. Prepare un póster grande con el título: Alimentos que me ayudan a crecer. Trate de asegurarse de que haya alimentos de los 5 grupos y sólo algunos de la punta de la Pirámide de guía alimenticia. Tenga sus propias imágenes de frutas, vegetales y cereales a mano para incluir en el collage. Aquí hay dos mensajes para reforzar en los niños: 1) todos los alimentos ayudan a crecer, y 2) necesitamos muchas clases diferentes cada día y cada semana para ayudarnos a crecer y mantenernos saludables.

