



## Visión general del programa

National PTA y Nestlé Waters North America, junto con su marca nacional Nestlé® Pure Life®, se asociaron con las PTA locales para ofrecer Estaciones de Hidratación Saludable en los Eventos de los Estilos de Vida Saludables para ayudar a educar a las familias sobre la importancia de beber agua. En los eventos, también se compartirá información sobre los azúcares añadidos en las bebidas populares, así como sobre la importancia del reciclado.

Mediante un programa de fondos, National PTA y Nestlé Waters North America otorgarán un subsidio, cubos de reciclaje y miles de botellas de agua para que sean entregados a un número selecto de PTA. Luego, estas PTA completarán una evaluación de un año sobre sus opciones actuales de comida y bebida para que los líderes de PTA puedan abogar por opciones más saludables para sus familias. El objetivo general del programa es ayudar a las familias a llevar vidas más saludables motivándolas a beber más agua.

### ¿Cómo funciona el Programa de Hidratación Saludable?

Las PTA escogidas recibirán fondos por \$1,000, botellas de agua Pure Life® de Nestlé® donadas y cubos de reciclado para ayudarles a organizar las Estaciones de Hidratación Saludable con éxito en su comunidad escolar, como un complemento del Evento de Estilos de Vida Saludables planeado durante el Mes de los Estilos Saludables de noviembre de 2019.

National PTA y Nestlé Waters North America entregarán a las PTA escogidas planes de lecciones y guías de actividades para ayudar a las PTA a organizar dos Estaciones de Hidratación Saludable en su Evento de los Estilos de Vida Saludables:

1. En la primera estación, las familias participarán de una actividad de agua saborizada ([hipervínculo al plan de lecciones](#)) y probarán varias combinaciones de agua saborizada con frutas, hierbas y vegetales frescos.
2. La segunda estación contará con una lección práctica ([hipervínculo al plan de lecciones](#)) sobre los azúcares añadidos a las bebidas. También se brindará información sobre los beneficios del agua y el modo correcto de reciclar.

Como beneficiarios del Programa de Hidratación Saludable, los líderes de PTA también abogarán por cambios saludables en su comunidad escolar evaluando sus opciones de comida y bebida. Para lograrlo, los líderes de PTA completarán una encuesta al comienzo y al final del año. La información recogida en la encuesta ayudará a los líderes de PTA a abogar por recursos saludables. National PTA ofrecerá recursos adicionales para contribuir a los esfuerzos de defensoría de la PTA.

Los líderes de PTA también lanzarán un "Desafío para Escoger Agua" en toda la escuela para demostrar el compromiso de la comunidad escolar con las vidas más saludables. Los estudiantes y sus familias firmarán recortes de papel con un compromiso impreso. Las PTA exhibirán los compromisos en un muro o panel designado en sus escuelas.



## ¿Qué tendré que hacer como beneficiario?

- Asistir a las capacitaciones en línea para aprender a presentar y facilitar su programa de Hidratación Saludable.
- Organizar el Programa de Hidratación Saludable en su comunidad escolar durante noviembre de 2019.
  - Para calificar como Programa de Hidratación Saludable, su evento debe ser un evento de los estilos de vida saludables con:
    - Una estación de agua saborizada
    - Un juego para probar el conocimiento de los asistentes sobre la cantidad de azúcar que hay en las bebidas que son populares en los hogares
    - Información sobre los beneficios de beber más agua y reciclar
    - Una evaluación completa de un año sobre las opciones de comida y bebida
    - Un acuerdo para participar en un "Desafío para Escoger Agua" en toda la escuela
- Motivar a los asistentes del evento a que completen una encuesta en línea después del evento.
- Completar un Formulario de los Comentarios de los Líderes de Programa hasta dos semanas después de su evento.
- Enviar tres fotografías de su evento a National PTA.
- Usar las herramientas de comunicación provistas en el kit para compartir el relato de su evento con su comunidad local y National PTA.

## ¿Qué puedo esperar de National PTA?

- Todo lo necesario para organizar su Programa de Hidratación Saludable será provisto en un kit, incluyendo:
  - Materiales de promoción
  - Materiales y planes de lecciones para la Estación de Hidratación Saludable
  - Temas de debate del Programa
  - Folletos educativos
  - Listas detalladas

## ¿Cómo consigo más información?

Todo lo necesario para organizar las Estaciones de Hidratación Saludable de su Evento de los Estilos de Vida Saludables puede encontrarlo en un kit en línea en [PTA.org/CelebrateHealthyLifestyles](http://PTA.org/CelebrateHealthyLifestyles). Los materiales del kit hacen que planificar y ejecutar el Programa de los Estilos de Vida Saludables sea sencillo y fácil.

Haga clic para ampliar cada sección y descargar todos los materiales que su PTA necesita para tener éxito.

## Tengo más preguntas. ¿Pueden ayudarme?

¡Sí! Si tiene más preguntas, no dude en enviar un correo electrónico a Natalie Hedden, especialista en programas y asociaciones de National PTA a [nhedden@PTA.org](mailto:nhedden@PTA.org).