**CONTACTO:** [INCLUIR NOMBRE] [INCLUIR TELÉFONO] [INCLUIR CORREO ELECTRÓNICO]



**[ORGANIZACIÓN y SOCIOS COMUNITARIOS] ORGANIZAN LA SEGUNDA EDICIÓN ANUAL DEL EVENTO *HEALTHY SNACK DAY***

## Actividades Divertidas Ayudan a [APODO PARA RESIDENTES LOCALES] a Aprender Sobre los Beneficios de Comer Snacks Saludables

## 

**QUÉ:** Adultos y niños están invitados a la segunda edición anual de *Healthy Snack Day* el [FECHA], un Día Estatal de Acción para ayudar a los californianos aprender a tomar decisiones saludables en cuanto a snacks, como parte de una dieta balanceada. Actividades interactivas les mostrarán cómo azúcares agregadas, grasas saturadas y el sodio pueden estar en nuestras opciones de snacks y cómo hacer snacks saludables, dentro y fuera de casa. Participantes aprenderán sobre recetas para satisfacer sus antojos favoritos, llevar a casa tarjetas con recetas y hacer el compromiso de elegir snacks saludables [EDITAR PARA SER RELEVANTE A SUS ACTIVIDADES]. Visita HealthySnackDay.com para más información.

**VISUALES:** Adultos, niños y familias disfrutan de actividades interactivas que incluyen: [EDITAR COMO SEA RELEVANTE]

* Armar un Buscador de Snacks en Origami – Un juego de papel doblado para niños que promueve snacks saludables basado en sus antojos favoritos – dulce, salado, crujiente, picante – e incluye tarjetas con recetas para llevar a casa.
* Hacer el Compromiso de Healthy Snack Day – Pizarrones y photo booths permitirán a los asistentes documentar su compromiso de elegir snacks saludables para ellos mismos y sus familias.
* Navegar el Buscador de Recetas Personales – Una experiencia digital que ayuda a los usuarios a identificar la receta del snack perfecto basada en sus ingredientes favoritos.

**CUÁNDO:** [FECHA] [HORA – incluyendo las mejores horas para que los medios asistan en caso de que

el evento se lleve a cabo durante varias horas]

**DÓNDE:** [NOMBRE DE UBICACIÓN] [DIRECCIÓN] [INFORMACIÓN SOBRE EL ESTACIONAMIENTO]

**QUIÉNES:** [LISTA EN VIÑETAS DE CONFERENCISTAS Y FIGURAS PROMINENTES QUE

ASISTIRÁN AL EVENTO Y QUE ESTARÁN DISPONIBLES PARA ENTREVISTAS]

**POR QUÉ:** Estudios han mostrado que:

* Alrededor de tres cuartos de la población en los Estados Unidos tiene patrones alimenticios con un consumo bajo en verduras, frutas y lácteos, y que exceden la cantidad recomendada de azúcares agregadas, grasas saturadas y sodio. 1(p.38)
* Hacer cambios hacia un patrón alimenticio saludable y balanceado – incluyendo snack – puede ayudar a satisfacer las necesidades nutricionales, a mantener un peso saludable y a disminuir el riesgo de enfermedades crónicas. 1(p.38)
* Para los niños es importante tomar decisiones que les ayude a mantener una dieta balanceada – más de un cuarto de las calorías que consumen diariamente provienen de snacks.2(p.2)
* [AGREGAR ESTADÍSTICAS LOCALES A ESTA SECCIÓN, SI SON DISPONIBLES]



1 Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. y Departamento de Agricultura de EE. UU. *2015–2020 Dietary Guidelines for Americans*. *8va. Edición*. Diciembre 2015. Disponible en <http://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>.

2 Departamento de Agricultura de EE. UU., Servicio de Salud y Nutrición. *A Guide to Smart Snacking in Schools. For School Year 2018 – 2019.* Julio 2016. Disponible en <https://www.fns.usda.gov/tn/guide-smart-snacks-schools>.