

Healthier  
Me



Tengo una alimentación saludable

---



Consumo agua.

Es necesario consumir agua para mantenerse saludable.

- El agua es importante para la sangre, el corazón, el cerebro, la digestión, los músculos, las articulaciones y otras partes del cuerpo. Sin agua, el cuerpo no sería capaz de funcionar.
- Es necesario consumir agua cuando tengo sed, cuando como, cuando ejercito, cuando hace calor y cuando estoy enfermo.



**KOHL'S** ♥ Cares

**RWJBarnabas**  
HEALTH

**Children's  
Specialized  
Hospital**

