

PROGRAMA DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

TEMAS

1. Estilo de Vida Saludable
2. Educación Nutricional
3. Compras Saludables
4. Actividad Física

PARA REGISTRARSE

www.bit.ly/eatplaygo1



EAT PLAY GO!

DETALLES DEL PROGRAMA

- Cuatro sesiones de 2 horas, 1 vez a la semana, en grupos pequeños familiares
- Dos llamadas de 15 minutos para brindar apoyo al terminar las 4 sesiones
- Mensajes de texto semanales de motivación
- Recopilación de datos con encuestas y medidas:
 - Antes de comenzar el programa
 - En la semana 4 y
 - A los 3 meses
- Hasta \$75 en tarjetas de regalo para cada niño/a como compensación por completar la recopilación de datos

REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD

- **Padres**
 - Identificarse como Hispano / Latino
 - Ser mayor de 18 años
 - Padre de un niño/a entre 10 y 13 años
 - Residente de Long Beach
 - Estar vacunado contra COVID-19
- **Niños/as**
 - Identificarse como Hispano / Latino
 - Tener entre 10 y 13 años
 - Residente de Long Beach



LONG BEACH STATE UNIVERSITY
CENTER FOR LATINO
COMMUNITY HEALTH
EVALUATION & LEADERSHIP TRAINING

MÁS INFORMACIÓN

Patricia.Trinidad@csulb.edu | 562-985-1770

Approved: February 22, 2022 –
February 23, 2023 by CSULB IRB