



Estimados Padres de Familia:

Una actividad física regular es esencial para gozar de buena salud toda la vida. Con el objeto de inspirar a los niños a crear de manera divertida buenos hábitos de actividades físicas, la organización de su hijo estará participando en el programa promocional VERB™ Anytime Doubletime.

VERB es una campaña diseñada por la Secretaría de Salud y los Centros de Servicios Humanos de EE.UU. para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) para aumentar y mantener las actividades físicas entre los niños de 9 a 13 años de edad. VERB Anytime Doubletime es una de las series de programas promocionales de VERB diseñados para inspirar a los niños a estar y mantenerse activos de manera divertida.

Tener un estilo de vida activo de por sí ya representa un premio. Mejora la condición física en general, ayuda a realzar la imagen propia y puede construir la confianza en sí mismo. Pero VERB ofrece aún más. Los niños se involucrarán en las actividades de VERB Anytime Doubletime que ellos desarrollan al igual que en aquéllas proporcionadas por sus instructores. Cada niño participante será reconocido y premiado – solamente por estar activo de manera divertida. Su hijo puede unirse a casi 500.000 niños participantes a través de organizaciones para la comunidad en todo el país a medida que nos esforzamos en lograr el objetivo de más de 5.000.000 de horas de actividades aumentadas.

**EL PROGRAMA PROMOCIONAL VERB ANYTIME DOUBLETIME ESTÁ DISEÑADO PARA COMPLEMENTAR LOS PROGRAMAS BÁSICOS DE ACTIVIDADES FÍSICAS DE LA ORGANIZACIÓN, ANIMANDO A LOS NIÑOS A ESTAR ACTIVOS EN CUALQUIER MOMENTO Y EN CUALQUIER LUGAR. PARA LOGRAR SUS METAS, LA ORGANIZACIÓN Y SU HIJO NECESITAN AYUDA DE PARTE DE USTEDES.**

**AQUÍ ESTÁ LO QUE PUEDEN HACER USTEDES:**

- Platiquen con su hijo sobre sus actividades físicas actuales, sugiéndole nuevas que pudieran interesarle y traten de poner en práctica una de ellas.
- Apoyen los esfuerzos de su hijo llevándolo a los eventos, organizando dichos eventos, u ofreciéndose como voluntario para ser entrenador.
- Con frecuencia hagan el esfuerzo de subir escaleras, anden en bici, o caminen a su destino acompañados de su hijo.
- Visiten el sitio Web VERBparents.com para aprender cómo pueden hacer que las actividades físicas formen parte de su rutina diaria familiar.
- Inventen una actividad que combine los deportes o juegos favoritos de su hijo y traten de ponerla en práctica, permitiendo que su hijo ponga las reglas. Por ejemplo: papa caliente + voleibol = voleicaliente.

La organización de su hijo reconoce el papel que las actividades físicas juegan en la salud, bienestar, y desarrollo de sus niños. Les pedimos encarecidamente que se unan a nosotros animando a su hijo a estar y mantenerse activo de manera divertida.

Gracias,

Faye Wong  
Directora, Campaña de VERB