

SESAME STREET
healthy
habits for life

SESAME STREET
hábitos
saludables
para toda la vida



Produced in partnership with
 Producido en colaboración con



Additional support provided by
 Apoyo adicional de



sesameworkshop.

The nonprofit educational organization
 behind Sesame Street and so much more.
 Una organización educacional sin fines de lucro
 que produce Sesame Street y mucho más.
 www.sesameworkshop.org

Welcome to **The Get Healthy Now Show**, an interactive story featuring fabulous fruits, vegetables, and furry friends! Share this book with children and watch healthy choices and learning come to life.

Bienvenidos al **Espectáculo ¡Seamos saludables ahora!**, un cuento interactivo presentado por los amigos peludos y las fabulosas frutas y vegetales! Comparta este libro con los niños y descubra cómo los hábitos saludables llegan a ser partes de sus vidas.

The Get Healthy Now Show Help Us Put on the Show!



El espectáculo **¡Seamos saludables ahora!**

¡Ayúdanos a hacer el espectáculo!



Using This Book:

Here are some tips to help you get the most out of this book. Each page is packed with opportunities for children to get moving, get motivated, and interact with these big ideas:

- * Eating well and being active are fun. You can do them both!
- * Building healthy habits now leads to a lifetime of healthy habits. You can all do this together!

Join the Show!

- * Circle time or story time is the ideal time to share this book with children. Tell children that Elmo needs their help in putting on a show, and that they'll need to use their eyes, ears, and whole bodies to do it!
- * Hold up the pages as you read so that everyone can see the pictures. (English and Spanish text are color-coded.)
- * The "JOIN?IN" notes at the bottom of the page tell you how to involve children in the story.
- * Share the book repeatedly. As children become more familiar with the interactive elements, you might invite one or more children to lead an activity.
- * As children become more familiar with the story, invite them to describe what's happening on each page, instead of you reading the text aloud.
- * Several pages include song lyrics. You can even make up your own tune.

Usando este libro:

Estas son algunas ideas principales para sacarle más provecho a este libro. Cada página está llena de oportunidades para que los niños se muevan e interactúen con estas ideas:

- * Comer bien y estar activos es divertido. ¡Pueden hacer las dos cosas!
- * Desarrollar hábitos saludables ahora conduce a toda una vida de hábitos saludables. ¡Pueden hacer todo esto juntos!

¡Participen en el espectáculo!

- * Comparta este libro con los niños durante la hora del círculo o al leer un cuento. Dígalos que Elmo necesita de su ayuda para hacer un espectáculo, y que deberán usar sus ojos, oídos y todo su cuerpo para hacerlo!
- * Sostenga en alto las páginas mientras lee para que todos puedan ver las ilustraciones. (Los textos en español y en inglés están diferenciados por color).
- * La nota "PARTICIPEN" al pie de la página le dirá cómo incluir a los niños en el cuento.
- * Compartan este libro una y otra vez. A medida que los niños se familiaricen más con los elementos interactivos, podrá invitar a uno o más niños a guiar una actividad.
- * Después de leer el cuento varias veces, invite a los niños a describir lo que está sucediendo en cada página, en vez de usted leer el texto en voz alta.
- * Algunas páginas incluyen las letras de las canciones. Usted puede crear sus propias melodías.

