HealNV.com

A Program Of heal NEVADA

NEVADA DIVISION of PUBLIC and BEHAVIORAL HEALTH

5 o más FRUTAS Y VERDURAS

2 horas o menos de TIEMPO FRENTE A LA PANTALLA

1 hora o más de ACTIVIDAD FÍSICA

0 bebidas azucaradas, MÁS AGUA

NV 5210 TODOS LOS DÍAS

Cambios Pequeños, Resultados Grandes

Adopted From LET'S GO! 5-2-1-0