

4-H

Una vida sana con 4-H

El Problema:

18%
de los niños y jóvenes
entre 6-17 años tienen
problemas de obesidad.*

SOLO EL **15%**
de los estudiantes de preparatoria
hacen diariamente el ejercicio que
es recomendado para su edad.^

Estas estadísticas son
alarmante porque
La salud y los hábitos
alimenticios que se
desarrollan durante la niñez
pero se transfieren a la edad
adulta

La solución que propone 4-H:

Un enfoque integral para mejorar el desarrollo físico, los hábitos alimenticios
y la salud socio-emocional.

Miembros de 4-H tienen **2.8** veces más probabilidades de desarrollar hábitos de vida sanos.
2.3 veces más probabilidades para hacer ejercicio.+



¡Únete a nosotros!

4-H está abierto para todos los niños y jóvenes
entre 5 y 18 años
Y para adultos que quieran ser voluntarios en 4-H.
4h.ucanr.edu

* Federal Interagency Forum on Child and Family Statistics, 2013 ^ From the U.S. Department of Health and Human Services: Healthy People 2020 + From Tufts University: 4-H Study of Positive Youth Development



La visión de 4-H:

Niños y jóvenes sanos, felices y prósperos que marcan una
diferencia positiva en sus comunidades.