



A caminar se ha dicho – inicie un club de caminatas

Guía rápida



Pasos a seguir

Elija opciones de la Guía del Programa, o use sus propias ideas:

- Determine con su equipo el mejor horario para el club de caminatas (antes, durante, o después de las horas escolares, ¿o incluso los tres?)
- Defina las rutas para las caminatas en áreas seguras y de fácil acceso.
- Ocasionalmente, agregue eventos “extra” para que el club crezca y genere más interés.



¿Quién puede ayudar?

Las principales personas que pueden apoyar su plan son:

- El director.
- Los maestros o padres de familia voluntarios (para supervisar a los estudiantes).
- Los estudiantes.



Generar interés

Informe acerca de su plan a los estudiantes, padres de familia y otros en su comunidad y considere sus contribuciones:

- Impriman hojas de promoción y posters para destacar la Estrategia.
- Envíe la información a casa para las familias de los estudiantes.
- Destaque el número de millas que han caminado los participantes y el Club en su totalidad.



Compartir resultados

Disemine sus éxitos para así reclutar a más estudiantes:

- Use posters y folletines noticiosos a través de email, y use los medios de comunicación social a disposición de la escuela para anunciar las metas alcanzadas por el Club.
- Envíe a casa la información para crear consciencia e invite a las familias a que participen. Celebren cada logro.



Comunidad

Encuentre maneras de hacer que esta estrategia perdure:

- Organice eventos como un el autobús caminador ([walking school bus.](#))
- Cree un comité comunitario para que la actividad siga en marcha.



© 2018 National Dairy Council.® Fuel Up is a service mark of National Dairy Council.

