

Join TEXT 2B HEALTHY

Weekly Nutrition & Physical Activity Tips

Text 2B Healthy is a free text messaging program brought to you by the Poe Center for Health Education.

January — March 2020

2-3 Texts per Week

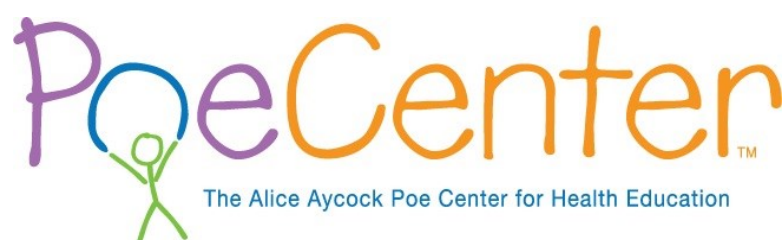
Available in English or Spanish

- Nutritious Recipes
- Simple Exercises
- Motivation Strategies
- Family Activities



<http://bit.ly/textpoe>

www.poehealth.org



This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program -- SNAP.
This institution is an equal opportunity provider.

Join TEXT 2B HEALTHY

Weekly Nutrition & Physical Activity Tips

Text 2B Healthy is a free text messaging program brought to you by the Poe Center for Health Education.

January — March 2020

2-3 Texts per Week

Available in English or Spanish

- Nutritious Recipes
- Simple Exercises
- Motivation Strategies
- Family Activities



<http://bit.ly/textpoe>

www.poehealth.org

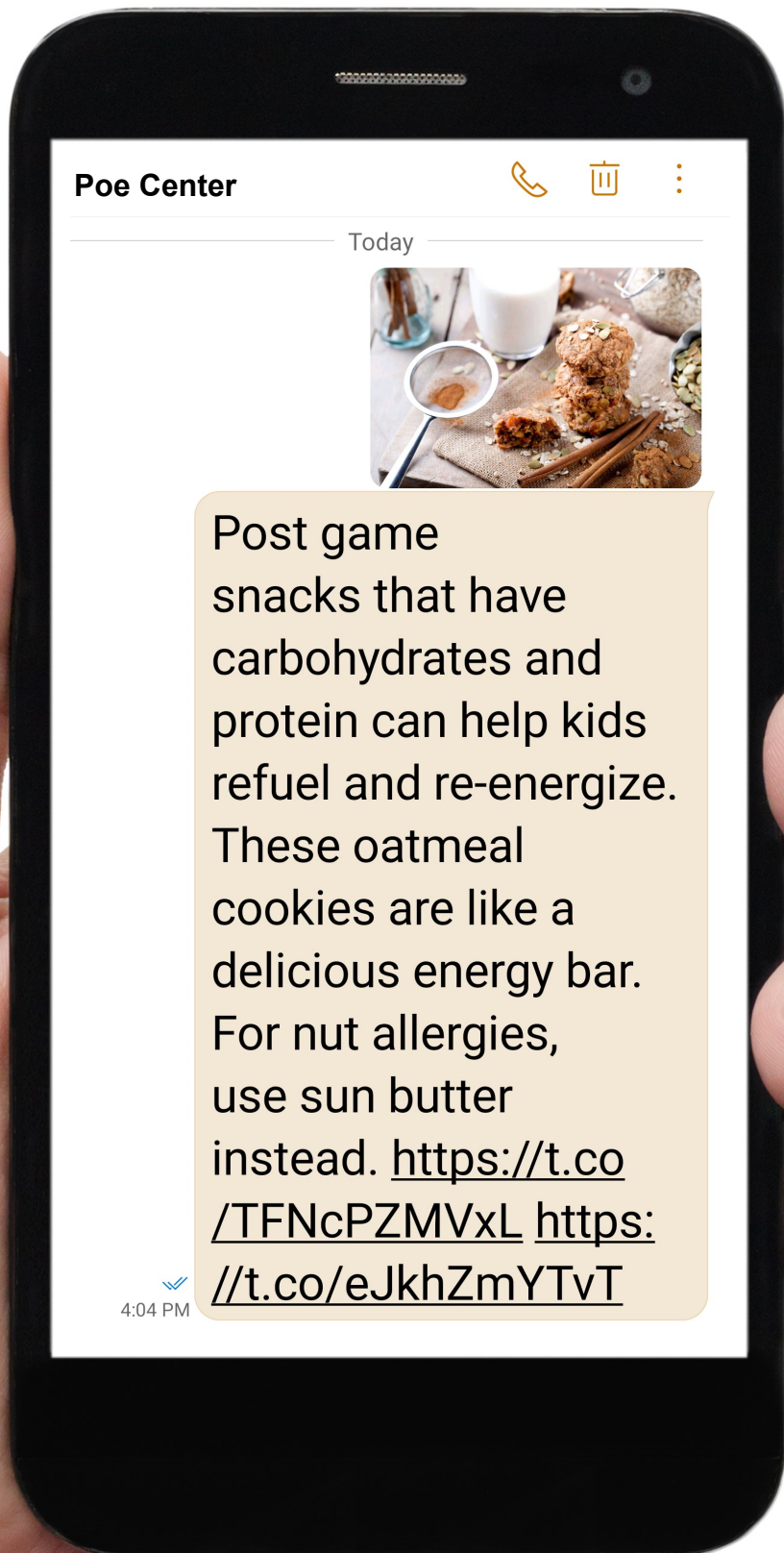


This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program -- SNAP.
This institution is an equal opportunity provider.

Inscríbese a TEXT 2B HEALTHY

Consejos Semanales de Nutrición y Actividad Física

Text 2B Healthy es un programa gratuito de mensajería de texto traído a usted por el Centro Poe para la Educación de la Salud.



Enero — Marzo 2020

De 2-3 mensajes de texto por semana
Disponibile en inglés o español

.Recetas Nutritivas

.Ejercicios Sencillos

.Estrategias de Motivación

.Actividades Familiares



<http://bit.ly/textpoe>

www.poehealth.org



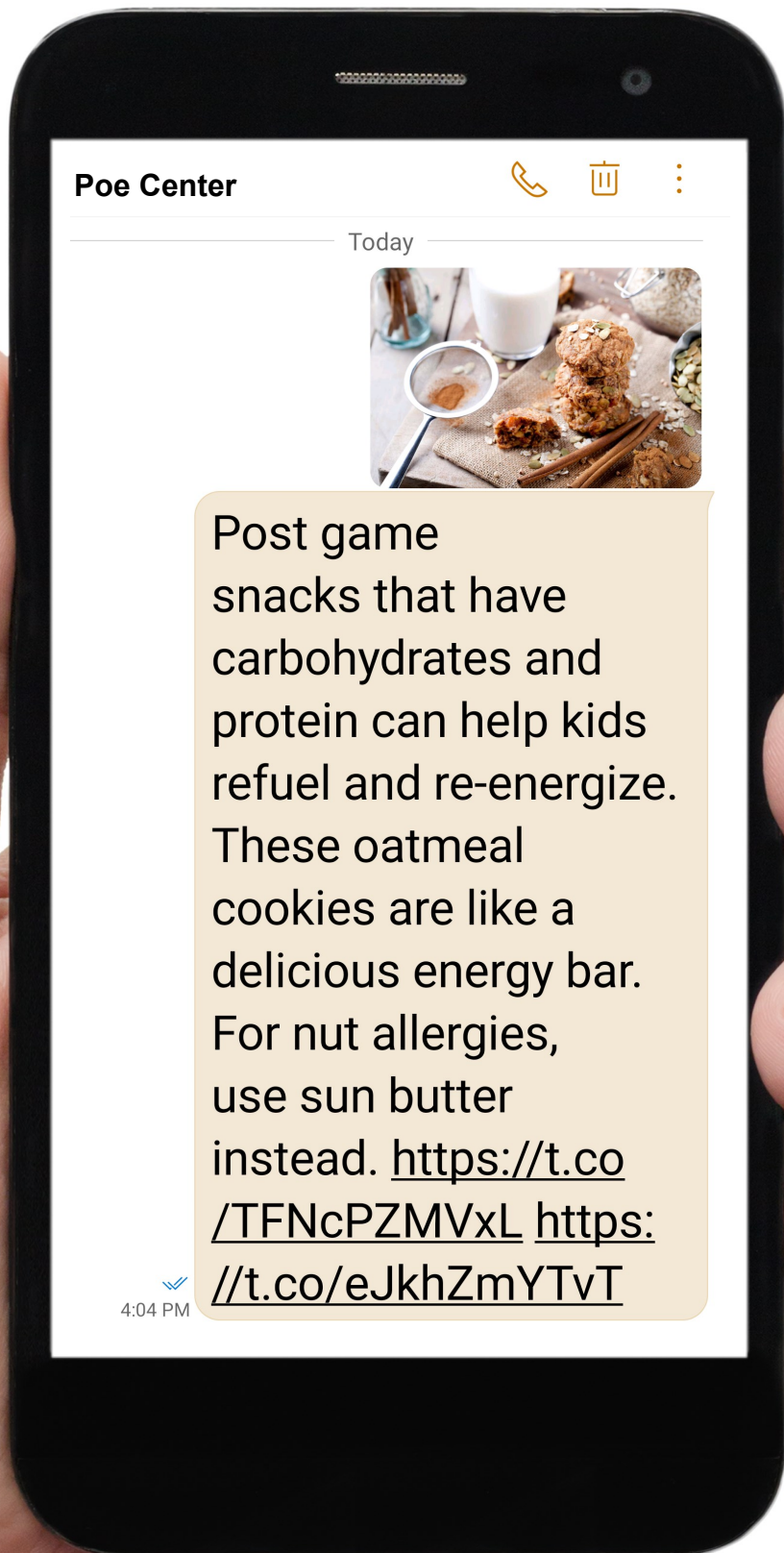
Este material fue financiado por el Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de E.E.U.U. (USDA, por sus siglas en inglés).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Inscríbese a TEXT 2B HEALTHY

Consejos Semanales de Nutrición y Actividad Física

Text 2B Healthy es un programa gratuito de mensajería de texto traído a usted por el Centro Poe para la Educación de la Salud.



Enero — Marzo 2020

De 2-3 mensajes de texto por semana
Disponibile en inglés o español

.Recetas Nutritivas

.Ejercicios Sencillos

.Estrategias de Motivación

.Actividades Familiares



<http://bit.ly/textpoe>

www.poehealth.org



Este material fue financiado por el Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de E.E.U.U. (USDA, por sus siglas en inglés).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.