



BOLETÍN 1: PRESENTACIÓN

Buenos días familias.

Queríamos empezar los boletines de este curso, explicando brevemente la importancia de la salud en la escuela y cómo lo abordamos desde el centro.

El CRA Alto Gállego participa en dos programas relacionados con la salud; **PIVA** (*Programa para el Impulso de la Vida Activa*) y **EPS** (*Escuelas Promotoras de Salud*).

Las **Escuelas Promotoras de Salud** y **PIVA** son centros educativos que integran la **educación para la salud** en su vida diaria, fomentando entornos seguros, saludables y participativos para toda la comunidad escolar.

¿Qué se pretende con estos programas?

El objetivo es mejorar el **bienestar físico, emocional y social** de los niños, niñas y adolescentes, promoviendo hábitos de vida saludables desde edades tempranas. Esto incluye aspectos como:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Alimentación equilibrada | <input type="checkbox"/> Prevención de adicciones |
| <input type="checkbox"/> Actividad física regular | <input type="checkbox"/> Educación afectivo-sexual |
| <input type="checkbox"/> Bienestar emocional y salud mental | <input type="checkbox"/> Convivencia y respeto |

¿Qué papel tienen las familias?

Las familias sois una parte fundamental. El colegio y la familia deben ir de la mano para reforzar los hábitos saludables en casa y en el entorno escolar.

¿Por qué es importante?

Porque una escuela que cuida la salud de su alumnado **mejora su rendimiento, su bienestar y su desarrollo integral**. Aumenta la **atención, la concentración y el esfuerzo**.

Y cuando las familias se implican, el impacto es aún mayor. Por eso os agradecemos todas las acciones que hacéis por mantener la salud de vuestros hijos e hijas y por caminar en el mismo sentido que la escuela, con la salud como uno de los ejes vertebradores del CRA.

Un saludo de todo el Equipo de Escuelas Promotoras de Salud.