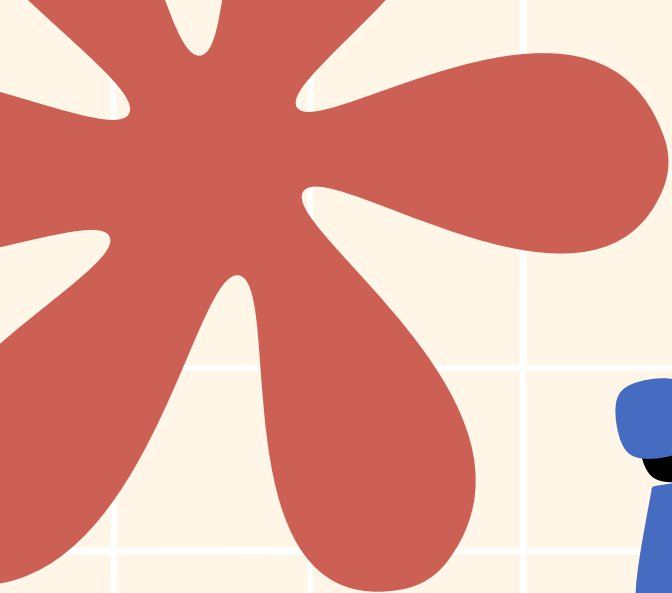
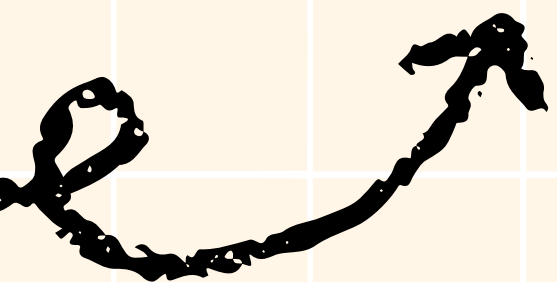
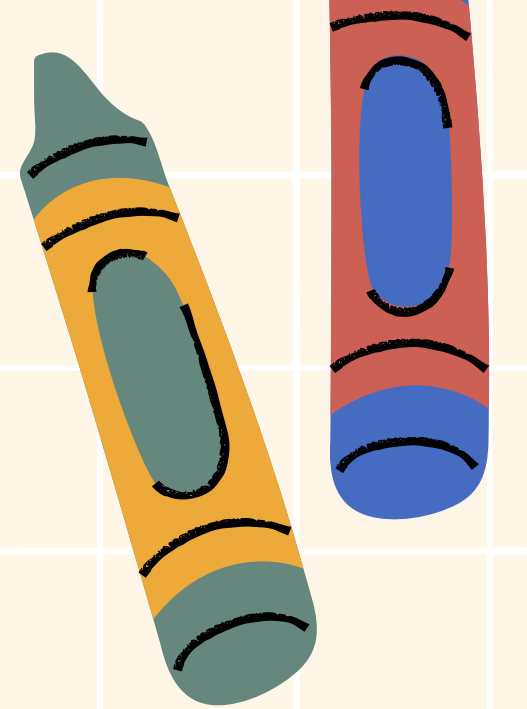




¡IDEA DE REGRESO A LA ESCUELA!



**Consejos para preparar un almuerzo escolar
más saludable**



Presentado por:
El Equipo de Implementación de la Propuesta 65



OEHHA
SCIENCE FOR A HEALTHY CALIFORNIA

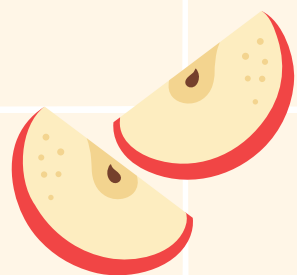
¡Lo fresco es lo mejor!

Los envases de plástico para alimentos pueden contener sustancias químicas dañinas, que están incluidas en la lista de la Propuesta 65, tales como el bisfenol A (BPA) y los ftalatos.

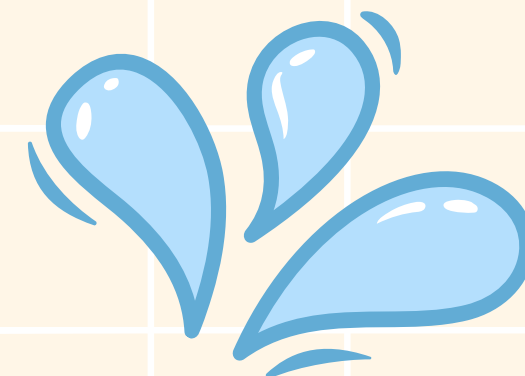
Evite estas sustancias químicas dañinas en su comida y escoja productos frescos.

Ahorre dinero comprando frutas y vegetales de temporada, o al visitar un mercado local de agricultores (farmers' market).

¿Quiere saber más sobre cómo elegir alimentos saludables?
Consulte nuestra hoja de datos sobre los alimentos y las bebidas.



¡Manténgase hidratado!



Algunas botellas de plástico de agua contienen BPA. Deshágase de las botellas de plástico e invierta en una botella de acero inoxidable.

Una botella de alta calidad es difícil de romper, fácil de lavar y puede durar años. Además, estas botellas pueden ser sorprendentemente asequibles.



¡Eliga lo natural!

Algunos artículos de plástico para la escuela, como loncheras, estuches y mochilas, pueden contener ftalatos. Otros artículos, como cubiertos y recipientes de plástico para almacenar alimentos, pueden contener el bisfenol A, o BPA.

Sustituya los artículos de plástico e invierta en productos fabricados con fibras naturales, como algodón, lona, mimbre, yute, cáñamo y bambú. Estos materiales son duraderos y requieren ser reemplazados menos frecuentemente, lo que significa un ahorro a largo plazo.



Envolturas de cera de abejas



Cubiertos de bambú



Bolsa de algodón



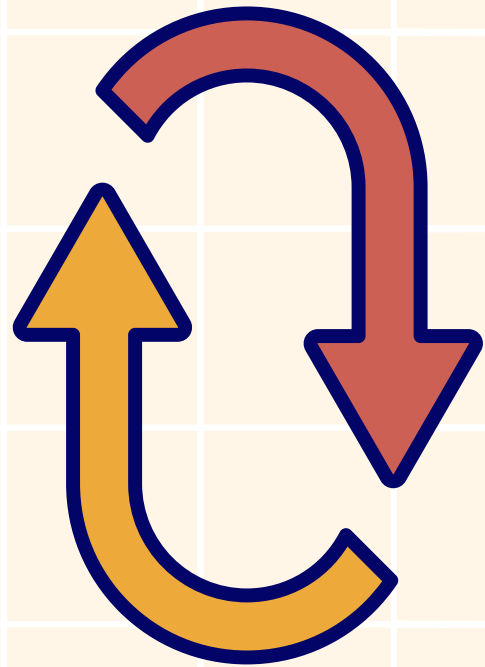
Mochila de lona



¡Empiece con un solo cambio!

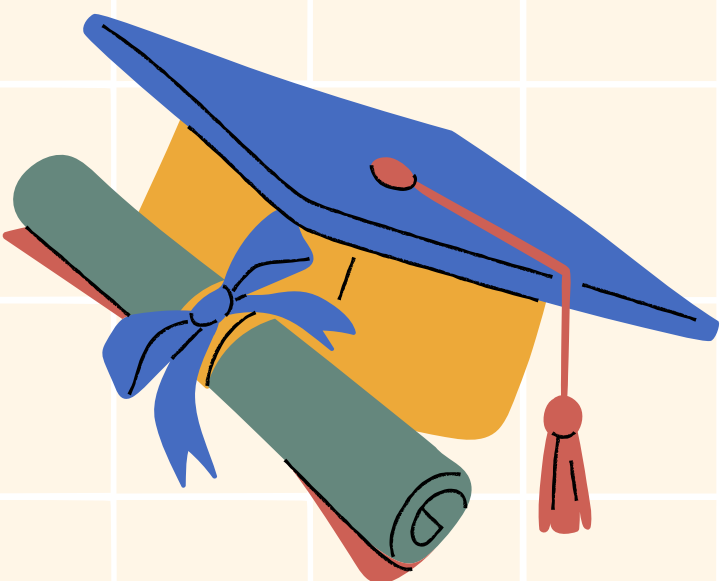
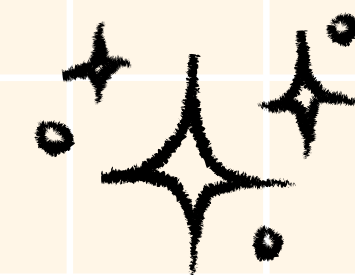
Cambiar los hábitos cotidianos es difícil.

Incluso un solo cambio puede ayudar a reducir su exposición a sustancias químicas tóxicas.



¡Elija productos más saludables, para preparar un futuro más saludable tanto para niños como para adultos!

* ¡USTED PUEDE HACERLO!



Consulte nuestras más de 70 hojas informativas para obtener más información sobre las sustancias químicas incluidas en la lista de la Propuesta 65.

¿Qué significa una advertencia de la Propuesta 65?
Vea nuestra hoja informativa que ofrece un panorama general y explica los conceptos básicos.



OEHHa
SCIENCE FOR A HEALTHY CALIFORNIA