Power Panther™ says... Eat Smart. Play Hard.™
www.fns.usda.gov/eatsmartplayhard

Move More. Sit Less.

Enter the FUN ZONE

tip:

Pump up your energy level! Swim, jump rope, or go biking with your friends.

Watermelon Ice

Funnies

Q: How do birds get ready to exercise?

Crack the Secret Power Code

Use your detective skills and the code at the right to complete the activity.

1. Being physically _____ is fun and helps you feel good too!
2. Balance what you eat with _____ _____.
3. Eat a variety of fruits, vegetables, and _____ _____ foods.
4. Balance each day with _____ and _____.

Code

a- b-
c- d-
e- f-
g- h-
i- j-
k- l-
m- n-
o- p-
q- r-
s- t-
u- v-
w- y-
z-

POWER FACT:

Power Panther™ *was a part of which of these major events? Check 5 correct answers.*

- ❍ Cherry Blossom Parade
- ❍ World Series
- ❍ Super Bowl
- ❍ Special Olympics
- ❍ World Cup
- ❍ Pro Rodeo
- ❍ NBA Finals
- ❍ Macy's Thanksgiving Day Parade

Power Fact Answer:
World Series, Special Olympics, Pro Rodeo, Macy's Parade, Cherry Blossom Parade.

Answers to Secret Power Code:
1. active
2. what you do
3. whole grain
4. food, play

Funnies Answer:
They do worm ups!

USDA Food and Nutrition Service
The USDA is an equal opportunity provider and employer.
July 2007

MyPyramid

Power Panther™ dice... Aliméntate Bien y Juega Fuerte.
www.fns.usda.gov/eatsmartplayhard

Hábitos rápidos y fáciles.

Entra en la ZONA DIVERTIDA

Sugerencia

¡Aumenta tu nivel de energía! Nada, salta la cuerda o monta bicicleta con tus amigos.

Chistes

Raspado de sandía

Descifra la Clave Secreta de Energía

Usa tus conocimientos de detective y la clave a la derecha para completar la actividad.

1. Estar físicamente es divertido, ¡y también te ayuda a sentirte bien!

2. Equilibra lo que comes con .

3. Come una variedad de frutas, vegetales y comidas .

4. Equilibra cada día con y .

Clave

a- b-
c- d-
e- f-
g- h-
i- j-
k- l-
m- n-
o- p-
q- r-
s- t-
u- v-
w- y-
z-

DATO DESTACADO:

*¿De cuáles de estos eventos importantes participó **Power Panther**™? Marca 5 respuestas correctas.*

- ❍ Desfile Cherry Blossom
- ❍ Serie Mundial
- ❍ Súper Tazón
- ❍ Olimpiadas Especiales
- ❍ Copa Mundial
- ❍ Rodeo Pro
- ❍ Finales de la NBA
- ❍ Desfile del Día de Gracias de Macy's

Respuesta a Dato destacado:
Serie Mundial, Olimpiadas Especiales, Rodeo Pro, Desfile de Macy's, Desfile Cherry Blossom

Respuestas la Clave Secreta de Energía:
1. Activo
2. Lo que haces
3. De grano entero
4. Comida, juego

Respuesta al chiste:
En que ninguno de los dos espera

USDA Food and Nutrition Service
USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos.
July 2007
MiPirámide