Move More. Sit Less.

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

FUNNIES

What has 2 tongues, but can't speak?

Power Panther says... Be a doer, not a watcher – go out and be active! Instead of watching TV, take a walk. I can walk 1 mile in 15 minutes – can you?

WORD SEARCH

Look at the words in the Word List on the left. They go up, down, backwards, and on an angle. The leftover letters spell the answer to the secret word.

Word List

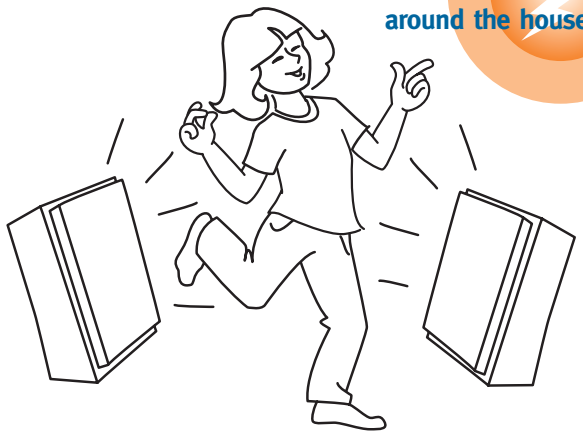
row
carrots
waffle
dance
egg
ziti
yogurt
breakfast
dunk
rice
bread
basket
football
salsa
pear
burrito
peas
swim

SECRET WORD: ___ ___ ___ ___

F	J	W	W	A	F	F	L	E
B	O	T	I	R	R	U	B	C
R	Y	O	G	U	R	T	A	A
E	I	G	T	M	I	W	S	R
A	E	C	I	B	U	L	K	R
D	D	T	E	P	A	M	E	O
P	I	U	E	S	E	L	T	T
Z	D	A	N	C	E	A	L	S
B	R	E	A	K	F	A	S	T

POWER POINTS

Bored? Turn on the music and dance around the house.



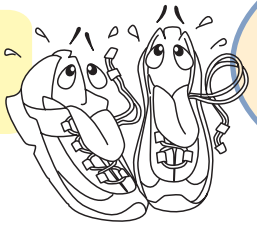
Secret Word: JUMP Funnies Answer: Your running shoes.

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

Muévete Más. Siéntate Menos.

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

Tiene 2 lenguas pero no habla... ¿Qué es?



Power Panther dice. . . Sé un jugador, no un espectador—juega y manténte activo! En lugar de ver TV, ve a caminar. Yo puedo caminar 1 milla en 15 minutos, ¿y tú?

BUSCA PALABRAS

Mira las palabras en la lista de la izquierda. Se encuentran hacia arriba, abajo, al revés o en diagonal. Las letras que sobran forman la palabra secreta.

PALABRA SECRETA: _ _ _ _ _ _ _

Lista de Palabras

arroz
piña
zanahoria
frutas
panqueque
nadar
wafle
cereales
uvas
gol
desayuno
jugos
nueces
nadas
jugar
salsa

S	N	A	D	A	R	P	M	Z
A	U	W	U	E	V	A	A	S
D	E	S	A	Y	U	N	O	E
A	C	A	R	F	A	Q	S	L
N	E	T	R	H	L	U	O	A
P	S	U	O	U	L	E	G	E
I	E	R	Z	V	O	Q	U	R
Ñ	I	F	R	A	G	U	J	E
A	S	L	A	S	T	E	E	C

¡Una Idea Poderosa!

¿Estás aburrida? ¡Pon música y baila por toda la casa!

Palabra Secreta: MUEVETE *Respuesta "Para reirse!":* Tus zapatos deportivos.

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

MiPirámide