



News You Can USE

Recursos para nuestros hijos

WIC:

-El programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños proporciona educación en nutrición y suplementos de alimentos a mujeres embarazadas y lactantes de bajos ingresos, los bebés y niños menores de cinco años que se consideran en riesgo nutricional. De acuerdo con el USDA, muchas evaluaciones sugieren que las mujeres embarazadas que participan en WIC tienen bebés más sanos.

- **Elegibilidad:** Debe tener ingresos por debajo del 185% de la pobreza, o recibir Medicaid o sellos de alimentos/SNAP. Además, los individuos elegibles deberán estar certificados en riesgo nutricional; basado en condiciones basadas en médicos o basados en la dieta; es decir: anemia, peso inferior al normal, pobre dieta. Para información llame al 1(800) 522-5006.

¿Sabe lo que es en la botella de su bebé?

-Los bebés son vulnerables a la alimentación transmitidas por enfermedad, ya que sus sistemas inmunológicos no están completamente desarrollados.

-Tome la atención adicional, incluyendo el lavado de manos, cuando la preparación y manipulación de botellas de la fórmulas y el bebé.

-No hacer más fórmula que usted necesitará – si una gran cantidad se hizo y no adecuadamente refrigerada, las bacterias pueden multiplicarse, aumentando así posibilidades su bebé de enfermarse!

Ninos pequenos

-Los niños pequeños están pasando de hábitos que tuvieron como los bebés hacia una dieta más como adultos. Los padres deben mantener ampliar el paladar de sus hijos mediante la introducción de nuevos sabores y texturas. Las preferencias alimentarias son establecer temprano en la vida, así que ayude a su hijo a desarrollar un gusto por alimentos saludables ahora.

-La leche es una parte importante de la dieta de un niño pequeño, ya que proporciona calcio y vitamina D, que ayudan a construir huesos fuertes. Las edades de los niños, 1-2 debe beber leche entera para las grasas dietéticas necesarios para el normal desarrollo de crecimiento y el cerebro. Cuando su hijo es 2, puede probablemente haga el cambio a la leche descremada o baja en grasa, pero hable con su médico antes de hacerlo. (USDA)

Suffolk Early Head Start:

-Un programa que sirve de bajos ingresos de los bebés, niños pequeños y mujeres embarazadas. Los servicios incluyen: inicio de visitas, incluyendo educación de desarrollo adecuado de la primera infancia, educación de los padres, servicios integrales de salud y servicios de apoyo para las familias, incluyendo la administración de casos, las referencias a los recursos de la Comunidad, y apoyo de pares.

- **Elegibilidad:** Las familias deben ser bajos ingresos y residir en uno de los 13 distritos de la escuela en el condado de Suffolk central. Otros factores son considerados como los niños en hogares de guarda o los niños con discapacidades. ¡ No hay honorarios por servicios! Para obtener más información, llame a la Oficina de administración de Head Start de Long Island en Patchogue al (631)-758 - 5200. * Si vivo en el condado de Nassau comprueba a Nassau Early Head Start. Ofrece el mismos amenidades y los requisitos de elegibilidad como el condado de Suffolk y se ofrece en ocho escuelas en el condado de Nassau. Para información llame al (516) 292-9710.