



Early Head Start de Alexander Febrero 2016 Boletín

Misión del Programa Early Head Start:

- Realzar el crecimiento y desarrollo de niños pequeños
- Apoyar y fortalecer el desarrollo saludable y bienestar de la familia
- Promover resultados prenatales saludables para mujeres embarazadas
- Servir a niños con discapacidades y sus familias

Información para Contactarnos:

Alexander Early Head Start
401 East Main Avenue
Taylorsville, NC 28681
Teléfono: 828-635-1479

www.enolagroup.org

Facebook: Early Head Start of Alexander, The Enola Group

Ahora que el 2016 está en pleno funcionamiento, muchos de nosotros hemos al menos comenzado a pensar en estar cada vez más saludables. Hay mucha información por ahí acerca de comer más saludable y hacer ejercicios y nosotros queremos ayudar. Durante los próximos meses, EHS sostendrá varias “pop-up” visitas a la tienda de comestibles dirigidas a educar las personas acerca de como comprar más saludable y más económicamente. Las personas aprenderán como leer las etiquetas de comida con más precisión y como usar esa información para sus familias. Consulte con un miembro del personal para obtener más información y para saber cuando usted puede unirse a nosotros para una de estas grandiosas oportunidades educacionales!



El Amor está en el Aire...

Es ese tiempo del año de nuevo, el Día de San Valentín. Que perfecto momento no solo para decirle a alguien cuanto lo amas, sino para demostrárselo. Son las pequeñas cosas en esta vida que significan más y a menudo nosotros tratamos de hacer GRANDES cosas. Mostrarle a su familia que ellos le importan y que usted los ama no tiene que costar algo o tomar un gran esfuerzo. Los niños necesitan que usted les muestre su amor expresándoselo (abrácelos!), siendo un modelo positivo, estableciendo expectativas realísticas, motivándolos, pasando tiempo de calidad con ellos, y colocándose a su nivel y jugando con ellos. A medida que el Día de San Valentín se aproxima, piense acerca de lo que es importante en la vida de su familia ahora mismo y abraza a sus niños todos los días y trate de hacer al menos una de las cosas listadas arriba todos los días



BOLO

Clases de Nutrición en el AEHSI Próximamente, consulte con su Educadora del Hogar!



Conozca a Vickie!

Vickie Deal ha estado con Early Head Start por más de 3 años. Ella tiene un Grado Asociado en Educación de Niños Pequeños y le encanta trabajar con nuestras personas más pequeñas y las familias. Ella es una de nuestras maestras en nuestra aula de clase multi-edad y trae un fuerte amor de niños a todo lo que ella hace. Ella es nativa de Taylorsville y le encanta trabajar en su huerto, observar los animales, y disfrutar las actividades al aire libre.



Mire a esas Perlas Blancas!!

Febrero es el mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Buena higiene dental en la temprana niñez es muy importante y algunas veces pasada por alto. Tome tiempo hoy para hacer de la salud dental una prioridad!

La ADA recomienda a los padres llevar a los niños al dentista no más tarde que en su primer cumpleaños. Aquí hay cosas que usted puede hacer en casa para comenzar saludables hábitos dentales:

- Comience limpiando la boca de su bebé durante los primeros días después de su nacimiento limpiando la encía con un gacita o toallita limpia y húmeda. Tan pronto como los dientes aparezcan, la caries puede ocurrir. Los cuatro dientes del frente usualmente salen alrededor de los 6 meses de edad, aunque algunos niños no tienen su primer diente hasta los 12 o 14 meses.
- Hasta que usted se sienta confiada que su niño puede cepillarse sus dientes solo, continúe cepillándole los dientes dos veces al día con un cepillo de dientes de niño y una cantidad de pasta de dientes con fluoruro del tamaño de un chícharo. Cuando su niño tenga dos dientes que se tocan, usted debe comenzar a usar el hilo dental diariamente.
- Para niños más pequeños de 3 años, las personas que los cuidan deben comenzar a cepillar los dientes de los niños tan pronto como ellos empiezan a salir usando una pasta de dientes con fluoruro en una cantidad no más grande que una pequeña capa o el tamaño de un grano de arroz. Cepille los dientes a fondo dos veces al día (mañana y noche) o como se los haya indicado el dentista o médico. Supervise el cepillado de los niños para asegurarse que ellos usan la cantidad apropiada de pasta dental.
- Para niños de 3 a 6 años de edad, use una cantidad de pasta dental con fluoruro del tamaño de un chícharo. Cepille los dientes a fondo dos veces al día (mañana y noche) o como se lo haya indicado el dentista o el médico. Supervise el cepillado de los niños y recuérdelos no tragarse la pasta dental.



MouthHealthyKids.org es un página electrónica que tiene actividades y juegos para ayudar a los niños a aprender la importancia de una buena salud oral. Mírela con su niño hoy!



Algo en que sumir sus dientes ...

Ayude a su bebé a desarrollar dientes fuertes y saludables mientras usted está en embarazo... espera, que? Si usted puede!!

Estudios demuestran que usted puede ayudar su bebé en desarrollo a tener dientes fuertes y saludables cuidando de sus dientes y su cuerpo durante el embarazo. Estos pasos simples tienen beneficios para toda la vida para usted y para su bebé por nacer.

1. Después de cepillarse los dientes en la noche, enjuáguese con enjuague dental con fluoruro todas las noches.
2. Visite a su dentista durante su embarazo.
3. Asegúrese que tiene una buena fuente de vitaminas A, C y D, proteína y calcio a medida que los dientes de su bebé se desarrollan desde el tercer hasta el sexto mes del embarazo. Los primero 20 dientes primarios están ya desarrollados en sus encías cuando ellos nacen.

Entonces, practique buenos hábitos dentales y lleve un poquito fuera la caries dental de la niñez comenzando antes que su niño nazca!

