wichealth.org
en Español

Realice su educación alimentaria por INTERNET

¡Es fácil! No necesita ser un experto en computadoras para usar este programa

¡Es divertido! Hay muchas recetas y sugerencias buenas para hacer comidas sanas

¡Es conveniente! Puede hacerla en cualquier momento y lugar, basta tener acceso a Internet

¡Los padres de WIC que la han usado disfrutan mucho de este tipo de educación!

¡Usted puede tener acceso a las lecciones previamente completads al hacer clic en el enlace "Mi perfil"!

¡Guarde sus enlaces favoritos para que pueda regresar y verlos en cualquier momento!

Comparta sus comentarios sobre los vínculos con otras mamás.

Esto es lo que lo que los clientes de WIC dicen:

¡Esta página web es muy impresionante y tiene una gran cantidad de información y enlaces!

Creo que el sitio web es muy útil, se ve maravilloso y es muy fácil de usar. Me encanta escuchar a una persona que hable allí.

¡Esta es una gran idea, especialmente para nosotros, los padres que también trabajamos de 9-5. Es difícil tomarse un día libre o faltar al trabajo por enfermedad. Nos gusta utilizar estos dias para cuidar a nuestros niños enfermos, no para citas.

Para comenzar, siga estas instrucciones sencillas:

1. Vaya al sition Web: wichealth.org.
2. Abra una cuenta.
3. De las 5 categorías, elige una lección.
4. Complete la lección.
5. Llene la encuesta.
6. Imprima o envie por correo electrónico su certificado de finalización.

Esto se cuenta como parte de su educación alimentaria

Lecciones actualmente disponibles

Mujeres embarazadas
Seguridad alimentaria para futuras mamás

Familia
Aliméntese bien - gaste menos
El camino hacia tener una familia más saludable
Los granos integrales sanos

Padres
Manténgase saludable comiendo frutas y vegetales
Este sano/a a medida que su hijo/a crece
Preparándose para un embarazo saludable

Bebés
Iniciar a su bebé a comer alimentos sólidos
El primer vaso del bebé
Apoyo para las madres que amamantan

Niños de 1 a 5 años de edad
Planifique las comidas y bocadillos de manera sencilla
Secretos para alimentar a los ninos que dan dificultad para comer
Como crear unos buenos habitos alimenticios en su hijo/a
Ayude a su hijo/a a elegir bien los alimentos
Confie que su hijo/a se este alimentando bien
Niños felices, activos y saludables
Alimente a sus niños con productos lácteos para un crecimiento fuerte y vigoroso
Bebidas saludables y divertidas para niños
Los niños crecen saludables con frutas y vegetales
Preserve a su familia libre de la bacteria *E.Coli*

wichealth.org
en Español

Agencia:
Clinica:
Identificación:

This institution is an equal opportunity provider and employer.