

Chè Fanmi,

Semèn sa a, pitit ou a te aprann bon manyè sou tab ak fason entèresan pou li aktif.



Konsèy pou Fanmi

Pafwa, nouvo manje pran tan. Timoun pa toujou adapte yo ak nouvo manje tousuit. Ofri nouvo fwi ak legim plizyè fwa, sèvi yo divès fason. Jis bay pitit ou yo yon avangou pou kòmanse epi pasyan ak yo.

Fè aktivite ansanm. Mache ak pitit ou a. Fè li montre w sa li wè.



Aktivite Entèresan

Kite pitit ou a “chwazi fwi ak legim”.
Ede li chwazi fwi ak legim nan makèt.

Jodi a nou te fè chwa

nan makèt.

Fè aktivite nan moman nou pase ansanm an fanmi!

- Fè yon pwomnad an fanmi aprè gwo repa.
- Jwe ansanm – lanse boul, fè ligo.
- Jwe sou tèren oswa fè yon pwomnad sou yon plas lokal.



Eat Well Play Hard in Child Care Settings (Manje Byen Jwe Anpil nan Anviwònman Gadri)



Department of Health

Child and Adult Care Food Program

Se Pwogram Èd Nitrisyon Sipleman tè (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) USDA a ki finanse dokiman sa a. Enstitisyon sa a se yon founisè sèvis ak yon patwon ki ofri tout moun menm opòtinite. SNAP bay moun ki pa gen gwo revni èd manje. Li kapab ede ou achte manje ki nourisan pou yon pi bon alimantasyon. Pou kapab jwenn plis enfòmasyon, rele nan 1-855-777-8590.