

Sesiones de Nutrición

Las sesiones son de una hora aproximadamente, por favor planee su tiempo con anticipación.

Sesiones para Infantes

Primeras Comidas Apropiado para infantes de 0-6 meses		Aprenda lo más avanzado sobre las prácticas alimenticias para su bebe. Acompáñenos en una discusión sobre cuando su bebe esta listo para empezar comidas sólidas, como empezar a introducir comidas sólidas, y cuales comidas debe de empezar primero dependiendo en el desarrollo de su bebe.
Comida de Bebe a Comida Mesa Apropiado para infantes de 6-12 meses		Aprenda sobre prácticas alimenticias para su bebe. Acompáñenos en el tema que hablaremos sobre señales en el desarrollo de su bebe, cuando estará listo para comer solo, como empezar a ofrecerle comidas de mesa y las comidas apropiadas para que los niños empiecen a comer solos.

Sesiones para Niños

Alimentando a su Pequeño Apropiado para niños de edades 1-3 años		Hablemos sobre las altas-bajas en dándole de comer a nuestros pequeños. Aprenda sobre cambios en el desarrollo, tamaño de las porciones, y cuales comidas son una buena opción para ofrecer.
El Club de los Niños Apropiado para niños edades 3-5 años No se olvide traer a sus niños, esta clase es para ellos		Déle a su hijo(a) la oportunidad de aprender acerca de nutrición y ejercicios por medio de actividades y juegos. Únase a nosotros para ofreceré a su hijo la experiencia de interactuar en temas de nutrición y actividades.

Sesiones para Mujeres Embarazadas

Comiendo Para Dos Durante su Embarazo		Descubra como los alimentos que come hacen la diferencia durante su embarazo. Hablaremos sobre recomendaciones de comidas y las porciones de alimentos recomendadas que usted debería comer, y que tipos de alimentos y vitaminas son los mejores para usted y su bebe. Queremos que tenga un embarazo saludable para que pueda tener un bebé saludable.
Información Fundamental Sobre la Lactancia		Hablemos sobre como hacer que la lactancia funcione para usted. Hablaremos sobre él porque la lactancia materna es importante, que es normal y lo que no lo es, y donde puede conseguir la ayuda y el apoyo si lo necesita. Queremos ayudarla a tener una experiencia satisfactoria en la lactancia para usted y su familia.

Sesiones para toda la Familia

Sonrisas Sanas		Cepille, cepille y vuelva a cepillar y no se olvide de usar el hilo dental. Un especialista en higiene dental del área de Salem hablará sobre el cuidado y mantenimiento dental para adultos y niños desde edad infantil en adelante.
-----------------------	---	---

Sesiones de Noche

Comidas en Familia	Venga y participe en nuestra demostración alimenticia y pruebe algunos alimentos nuevos. Hablaremos sobre la importancia de comer comidas acompañados de su familia también ofreceremos ideas sobre como comenzar tradiciones en su propia familia.	
---------------------------	---	---