

MAMI, YO & MAS

Mensaje de la Directora del Proyecto

Edición de Invierno
2008

No importa a favor de quien usted votó durante el Día de las Elecciones, usted tuvo que hacer caso de la alegría y júbilo mostrado cuando se anunciaba que Barack Obama fue el ganador. El presidente electo hizo una campaña sobre el tema de cambio. Durante muchos meses en su campaña él perfiló su visión para América. Él ha hecho algunas declaraciones muy específicas sobre como cambiar el estado de nuestra economía, el sistema de asistencia médica y como mejorar el sistema de educación nacional. Este es sólo una pequeña muestra de las cuestiones a las que él se dirigió durante su carrera a la Casa Blanca. Ahora que él ha sido electo, puede él hacer todas aquellas promesas de campaña que los votantes americanos piensan que él tiene un plan bueno. Pero si escuchábamos con cuidado a lo que él dijo que deberíamos haber oído más que las promesas que él hizo. También deberíamos haber oído su invitación a todos nosotros para traba-

jar con él para crear una América que tiene un futuro prometedor para todos nosotros. ¿Dónde comenzamos? ¡Directamente en nuestras propias comunidades! Cada uno de nosotros tenemos un trabajo que podemos hacer. ¿Cansado de ver basura en las calles? ¿Qué puede usted hacer para cambiar esto? ¿Pueden usted y sus vecinos hacer una diferencia? ¿Hemos marcado un tono en nuestras casas que indica que la educación es importante? ¿Debemos de apagar la televisión, y asegurar que la tarea este hecha? Éstas son sólo algunas de las preguntas a las que tenemos que preguntarnos nosotros mismo cuando nos disponemos a dar la bienvenida a nuestro nuevo presidente. En sus palabras, "... Yo prendí que no importa que grande el desafío o que difícil la circunstancia, el cambio es siempre posible si usted quiere trabajar para ello, y luchar para ello, y sobre todo, creer en ello." En Healthy Start seguiremos siendo un compañero con nuestras co-

munidades para trabajar para conseguir aquel futuro prometedor. Un bebé sano es el mejor principio a un futuro sano y una comunidad sana. Cuando nos disponemos a entrar en la temporada de vacaciones, ir también preparando nuestros corazones y mentes para el trabajo que vendrá en el futuro.



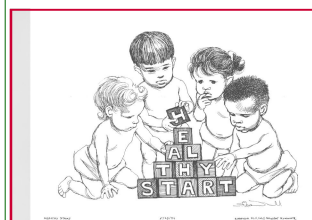
Noticias de Healthy Start

Como todos ustedes podrían saber, el Healthy Start recientemente hizo dos cambios: 1). Cambiamos nuestra posición. Somos localizados ahora en 6939 Grand Ave., Hammond. Sólo busque la tienda de Save-A-Lot. 2). Nuestro logotipo se ha cambiado. Incluso aunque nadie incorporara nuestra competencia de logotipo que se terminó en Enero, nosotros seleccionamos un nuevo logotipo.

Antiguo—Logotipo



Nuevo-Logotipo





Gracias por su Generosidad

El personal de Healthy Start entero está muy agradecido a todas las agencias y/o organizaciones que ayudaron a hacer cada uno de nuestros acontecimientos de comunidad acertado. No podíamos haber hecho esto sin sus donaciones generosas de bienes, fondos y tiempo. Entonces enviamos nuestras sinceras gracias a todos ustedes que lo hicieron posible.

Especial gracias a :
East Chicago

Canella's Beauty School, Dunkin Donuts (Columbus Drive), Dunkin Donuts (4614 Calumet Ave.), El Taco Real, Genovia's Pizza, Joseph's Hardware, Main Pizza, Pizza, Joseph's Hardware, Main Pizza, Indiana Restaurant, National City Bank, Rosa's Unisex

Beauty Salon, Taco Bell, Tony's Pizza, Young Shoes & Clothing, Wendy's Restaurant (Indy Blvd.), White Castle (Guthrie St.), White Castle (Calumet Ave.), OM Distribution, EC Health Dept., Mental Health of America, Walgreens, Van Til's, EC Park Dept., and Ameristar Casino.

Hammond

North Star, WIC, Hammond Housing Authority, and Moms, Kids & Company

Gary

Concejal Kyle Allen, Peerless Potato Chips, Tradewinds, Edgewater, Lake County Minority Health Coalition, Gary Health Department, Children's Dental Clinic, NWI Aliveness Project, Promotoras de salud, Gary Commission for Women, A New Life Youth Development, Crisis

Center,, and Prime Care

Lake Station

St. Francis Xavier Church, Jansen's Fruit Market, First Steps, PSUPP, WIC, Kool Smiles Dental Clinic, NWICA, EFNEP, Prime Care Home Health, and The Caring Corner. El Rancherito #2(Hobart)

GRACIAS

Toque de Luz de Participantę

El Healthy Start es un programa que prospera debido a participantes activos. Este cuarto decidimos reconocimiento a Sarah Rader. Sarah ha sido matriculada en el programa desde el junio de 2007 y es el secretaria del Consorcio. Ella tiene 25 años, Ella es madre por primera vez quien siente que Healthy Start realmente la ayuda a ella. Ella declara, "el Healthy Start es un gran modo de encontrar a otras mamás y conseguir el estímulo tratando de adaptarse a la maternidad." Según su Gerente de Caso (Jenna Smith), Sarah tiene un espíritu muy amable y generoso.

Sarah ha estado casada con su marido, Mark durante 2 años. Su hija, Savannah nació en enero de 2008 . Ella vivió en Jalisco, México con su familia durante 11 años. Ella es fluida en español. Ella recibió una Licenciatura en la Educación Secundaria de Hyles Anderson Colegio en 2005. Ella trabajó como profesora preescolar durante un año y actualmente dejó de trabajar para criar a su hija.



La Historia del Día de Acción de Gracias

La Primera Acción de gracias Americana fue celebrada en 1621, honrar la cosecha cosechada por la Colonia de Plymouth después de un invierno áspero. En aquel año el Gobernador Guillermo Bradford proclamó un día de acción de gracias.

Los días de la acción de gracias fueron celebrados en todas partes de las colonias después de cosechas de caída. Trece colonias no celebraron, sin embargo, la Acción de gracias al mismo tiempo hasta 1777. George Washington era el primer presidente para declarar las

vacaciones, en 1789.

A mediados de los años 1800, muchos estados observaron unas vacaciones de Acción de gracias. En 1863 el Presidente Lincoln dio su Proclamación de Acción de gracias, declarando el jueves pasado en noviembre un día de acción de gracias.

En 1939, 1949, y 1941 Franklin D. Roosevelt, procurando alargar la Navidad Delatando Acción de gracias de temporada, proclamada el 3r jueves en noviembre. La controversia siguió y el congreso pasó una resolución que en

1941 declara que la Acción de gracias debería caerse el 4o jueves de noviembre, donde permanece hasta este día.





Toque de luz de Agencia

Hospital de Methodist

Clases para prepararse para el parto.

Este es un curso de cinco semanas diseñado para asistir a madres embarazadas y su compañero aprenden sobre alivio de parto, entrega y el poste inmediato partum período.

Las cuatro primeras semanas se concentran en su alivio de parto: relajación, respiración, y ejercicios de acondicionamiento físicos. La semana cinco habla de temas de crianza de los hijos. La recomendación para la asistencia es 7-8 mes de su embarazo.

Todas las clases son GRATIS si los padres se alivian en el hospital de Metodista. Las

clases son sostenidas en el Metodista Southlake (Merrillville)

y Campus de Midlake (25 Avenida, Gary). Llame 1.888.909.3627 para registrarse.

Hospital de Metodista

Clases de Hermano

Las clases ayudan a preparar a niños y sus padres para un nuevo miembro de familia. Incluye el viaje de la unidad de cuarto de niños y OB. Recomendado en 7-8 mes de su embarazo. Las clases son GRATIS si la padres se alivian en el Metodista. Llame 1.888.909.3627 para registrarse



Delicioso Pan de Calabaza

INGREDIENTES:

- 3- 1/4 tazas de harina .
- 2 cucharillas de bicarbonato de sosa
- 1 cucharilla nuez moscada molida (nutmeg)
- 2 tazas solida de puré de calabaza
- 1 taza de aceite vegetal
- 1/2 taza de nueces en pedacitos (walnut)
- 1-1/2 cucharillas de sal
- 1 cucharilla de canela molida
- 3 tazas azúcar blanco
- 2/3 taza de agua

4 huevos

DIRECCIONES:

Engrase y rocié harina a tres cazuelas de 7 x 3. Precaliente el horno a 350 grados F (175 grados C).

Mida la harina, azúcar, bicarbonato, sal, y especias en un tazón grande. Mezcle todos los ingredientes. Añade calabaza, agua, aceite, huevos, y nueces. Batir bien todos los ingredientes. Ponga lo batido por medida igual en cada cazuela.

Hornee por aproximadamente 1 hora.



¿Sabía usted....?

¿La tienda Meijer's vitaminas prenatales GRATIS? Las marcas disponibles incluyen:

- Natal Care Plus
- Ulta Natal Care
- Natal Care Glosstabs
- Avanced Natal Care
- Nata Tab Rx

Para más información se ponen en contacto con su sitio Web.

www.meijer.com
or call the pharmacy,
219.934.2110, Highland





Acontecimientos de la Comunidad de Healthy Start

El 25 de julio de 2008 Healthy Start tuvo su segundo Helado Anual Social en el Centro de Colombia en Hammond. Los participantes de Healthy Start y los miembros de la comunidad se detuvieron brevemente para conseguir la información provechosa y disfrutar del helado y otros bocados deliciosos.



Acontecimiento de Comunidad de Hammond



Acontecimientos de East Chicago

El 8 de agosto de 2008 Healthy Start tuvo su 2o "Paseo Anual En el Parque" en Tod Park. La comunidad así como los participantes de Healthy Start resultaron conseguir la información valiosa sobre varios recursos de agencias. Paseamos alrededor del parque, bailando a la gran música y comimos bocados deliciosos.



Acontecimientos de la Comunidad de Lake Station

El 30 de Octubre de 2008 Healthy Start tuvo su 2o Acontecimiento de Comunidad Anual para Lake Station autorizada "Halloween Spoktakular". Muchos participantes de Healthy Start y los miembros de comunidad llenaron la sala de la Iglesia de St. Francis Xavier. Los niños llevaron puestos trajes de disfraz y jugaron a juegos, mientras los padres recibieron la información sobre agencias de la comunidad.





Acontecimiento de la Comunidad de Gary

“Una Nueva Liberación en la Vida” era el 20 Acontecimiento de Comunidad Anual de Healthy Start, sostenido en el Gary Genesis Center. Muchas agencias asistieron para distribuir la información provechosa. Un lanzamiento de globo fue sostenido en reconocimiento del Mes de Violencia Doméstico, Mes de Consumo de Drogas y Mes de Conciencia de Cáncer de Pecho.



En Memoria a

Sharon Denise Styles



11/21/56– 11/7/05

Trabajadora Extraordinaria de Outreach

46323

Teléfono: 219-989-3939
Fax: 219-989-3930

Estamos en el internet!
nwihs.com

MISIÓN Y FILOSOFÍA

Healthy Start es un proyecto federalmente financiado diseñado para reducir la mortalidad infantil ayudando a mujeres de la edad de maternidad a mejorar sus comportamientos de salud. Las mujeres con mayor probabilidad harán opciones sanas en cuanto al parto si ellos son informados, si las barreras a servicios son reducidas, y si los chequeos médicos, la educación de nutrición, y el tratamiento de abuso de sustancia son fácilmente accesibles. Healthy Start apoya esto ofreciendo "a una compra universal" acercándose a servicios, coordinando servicios entre agencias públicas y privadas, y por el suministro exceden actividades que educan e informan a miembros de la comunidad.

Sirviendo las comunidades de East Chicago, Gary, Hammond y Lake Station.

Apoyado en parte por el proyecto H49MC00083 del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Recursos de Salud y Servicios Administrativos, Maternal & Child Health Bureau (Title V, Social Security Act)."

¿Cómo puede Usted Ganar Billetes de Bebé?

Matriculándose en el Programa de Healthy Start y participando en actividades patrocinadas. Usted puede ganar "Billetes de Bebé" en la Tienda de Bebé que se lleva acabo cada tres meses.

Usted puede ganar Billetes de Bebé

por:

La matriculación en Healthy Start – 50
Inscripción en el Primer trimestre - 100
Acudir a Citas Prenatales – 30
Asistir 6 semanas de revisión posterior al parto- 30
Asistir a 4 semanas de revisión para su bebe- 30
Inmunización apropiada para la edad del bebe – 25
Mantener su cita en casa-15 Completar en casa la sesión de "Ponga a su bebe de espaldas para dormir"- 10
Asistir la sesión de "Dejar de Fumar" ofrecida por PSUPP – 20
Pasar la revisión de seguridad en casa – 25
Referir a una amiga – 25
Asistencia a Clases: Amamantamiento, Dejar

de Fumar, Abuso de Sustancias, Parto Prematuro, Control de la Natalidad, Disminuir el Estrés, Depresión después del parto – 20
Todas sesiones de educación ofrecidas en casa- 15

Ser miembro del consorcio- 25
Asistir a reuniones de consorcio- 15

Si usted tiene alguna pregunta, por favor póngase en contacto con su gerente de casos.

RECORDATORIO:

"LA TIENDA DE BEBÉ" se llevara acabo el 3 de Diciembre de 2008

A las 10:00am asta 1:00p.m.

6939 Grand Ave.

Hammond, IN

Póngase en contacto con su gerente de caso si usted necesita transporte.



*Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.*

[*Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features*](#)

HEALTHY START
6939 GRAND AVENUE
HAMMOND, IN 46323