



January 2023

It's 2023—the year of sharing!



Did you know that The Child and Adult Care Food Program has been a valuable community resource for more than 30 years? It has been proven that children who receive balanced, nutritious meals from infancy on not only are more ready physically to start and succeed in school, but are also more ready emotionally and intellectually (they're smarter!). Let's make sure EVERYONE in home day care has access to this program! The best way to do this is through word of mouth—share your day care story with your friends, family, gym partner, everyone!

A couple of reminders:

- ☆ When you need to change a meal time, look very carefully at your children's schedules. If you change a meal time to when a child's enrollment states that he is not in care, then the meal will automatically be disallowed for that child. You may need to have the parent sign a note changing the child's schedule (if it has, indeed, changed). **For example:** Child A's enrollment is from 8 AM—5 PM. You have been serving dinner from 4:30 to 5. Now you wish to include PM snack at 3:30 and need to move dinner to 5:30. Child A's schedule states that he leaves before 5:30—so if you do claim dinner for him and do not have the parent change his schedule, it will be disallowed. Be careful, make sure the kids' schedules with us actually match their true times in care. Remember—ONLY claim the children present for the meal—ALWAYS!
- ☆ Over the next few months we will begin again conducting our home reviews in home rather than virtually (over the phone/tablet). Please remember that these reviews are mandatory, and must be conducted during your meal times, hopefully during the meal. If you have not notified us that you are closed, you must let us in for the review!

Smith's

Smith's has partnered up with Helping Hands as a part of their Community Rewards program.

This is a blessing to all of us! If

you already have a Smith's reward card and have internet access, go to: <https://www.smithsfoodanddrug.com/i/community/smiths-inspiring-donations>. Click on "search for your organization here" and sign in or register for an account. Under "Find an Organization" type in Helping Hands Fund and click on "enroll". We are now enrolled as your charity for 1 year.

If you do not have internet access, go to your neighborhood Smith's customer service desk and have the employee there help you enroll with the Inspire Donations program, using Helping Hands Fund. Ask any friends, families or acquaintances to partner with us and Smith's to help make this a better community for all! This is completely FREE for you and a tremendous blessing for Helping Hands and the community we serve.

We have also teamed up with **AmazonSmile!** If you love to shop online, please use:

smile.amazon.com/ch/87-0500037 and select Helping Hands, Inc. as your preferred charity. It is also completely free for you, and can help us help you!

January dates to take note of...

- 1-3rd**—Submit your December claim now!
 - 1st**—*New Year's Day* (cannot claim)
 - 2nd**—*New Year's Day, observed* (office closed) can claim, no preauthorization needed
 - 16th**—*Martin Luther King Day* (office closed) no preauthorization needed.
 - 21st**—Provider Training classes. English & Spanish
Call to register for the class!
 - 23rd**—Newsletters sent out (check your email)
 - 30th**—*Final day to accept new enrollments for Jan.*
Staff meeting 1—3 PM (office clo)
- *Call before coming to the office, it's open limited hours only 801-955-6234.
Please continue to sign ALL children in & out daily, including your own kids.



Apple Nachos

- | | |
|-------------------------------|----------------------------|
| 3 medium apples, sliced | ¾ cup water |
| 1½ cups plain yogurt | ¼ cup salted pumpkin seeds |
| 1 Tbsp honey | 1 Tbsp chia seeds |
| ¼ cup almond or peanut butter | ½ tsp cinnamon |



Slice apples into thin slices and arrange on a dish. Mix yogurt, honey, almond/peanut butter and water together and then drizzle over the apples. (If yogurt mixture is too thick, add a little more water to thin it out). Sprinkle pumpkin seeds, chia seeds on top of yogurt layer. To finish, sprinkle cinnamon over entire dish. Serve immediately.
Yield: 6 servings for 3-5 yr olds.



Es 2023—El año de compartir!



Sabía que el Programa de comidas para niños y Adultos ha sido un valioso recurso comunitario durante más de 30 años? Se ha demostrado que los niños que reciben comidas balanceadas y nutritivas desde su infancia, no solo son más listos físicamente para comenzar y tener éxito en la escuela, sino también son más listos emocionalmente e intelectualmente (más inteligentes!). Vamos asegurarnos que **TODOS** en nuestros hogares de cuidado de niños tengan acceso a este programa! La mejor manera es compartiendo de boca a boca sus experiencias de cuidado de niños con sus amigos, familiares, en el gym, con todo el mundo.

Un par de recordatorios:

- ☆ Cuando necesite cambiar el horario de una comida, sea muy cuidadosa con el horario de los niños que cuida. Si usted cambia el horario de una comida, cuando en la forma de registro se manifiesta que el niño no está aprobado para esa comida, entonces esa comida será automáticamente desautorizada. Usted necesitará una nota cambiando el horario de comida y esta nota debe estar firmada por los padres. **Por ejemplo:** El registro de un niño es de 8 AM—5 PM. Usted sirve la cena de 4:30 a 5. Ahora usted desea incluir merienda de la tarde a las 3:30 en este caso necesita colocar la cena a las 5:30. El horario de comida del niño en este ejemplo manifiesta que el niño se va antes de las 5:30—así si usted reclama la cena para El y no tiene la nota de cambio del padre firmada, esta comida será desautorizada. Tenga cuidado, asegúrese que los horarios de los niños sean iguales con lo que nosotros tenemos aquí en la oficina y que estos horarios son realmente verdaderos—**SOLAMENTE** reclame los niños que están presentes durante la comida—**SIEMPRE!**
- ☆ Durante los próximos meses, comenzaremos nuevamente a hacer nuestras visitas a las casas en lugar que virtualmente (por teléfono/ tableta). Recuerde por favor que estas visitas son obligatorias y se deben realizar durante las comidas. Específicamente durante la comida. Avísenos si va a estar cerrada y muy importante que nos deje entrar a realizar nuestra visita!

Smith's

Smith's y Helping Hands han acordado ser un equipo para trabajar con su programa de compensación a la comunidad. Esto es una bendición para todos nosotros! Si usted ya tiene una tarjeta de recompensa de Smith y tiene acceso al internet, vaya a:

<https://www.smithsfoodanddrug.com/i/community/smiths-inspiring-donations> Haga clic en “busque su organización aquí” e inicie sesión o regístrese para obtener una cuenta. En “Buscar una organización”, escriba Helping Hands Fund y haga clic en “inscribirse”. Ahora estamos inscritos como su organización benéfica por 1 año.

Si no tiene acceso al internet, vaya a la tienda de **Smith's** a la oficina de servicio al cliente y que un empleado le ayude a registrarse al programa de Donaciones Inspiradas (Inspire Donations), utilizando Helping Hands Fund. Haga que sus amigos, familiares o conocidos se asocien con nosotros y con Smith's y ayúdenos con esto hacer una mejor comunidad para todos! Esto es gratis y es una gran ayuda para nosotros!

Nos hemos asociado con **AmazonSmile!** Si le gusta comprar en línea. Por favor utilice:

smile.amazon.com/ch/87-0500037

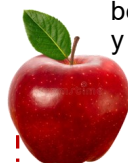
y seleccione Helping Hands, Inc. como su organización benéfica preferida. Es completamente gratis para usted, y nos ayuda a ayudar!

Fechas para tener en cuenta en enero...

- 1-3—Envíe su reclamo de Diciembre ahora!
 - 1—**Año Nuevo** (no puede reclamar este día)
 - 2—**Año Nuevo, observado** (oficina cerrada) puede reclamar, no necesita autorización
 - 16—**Día de Martin Luther King** (oficina cerrada) no necesita autorización.
 - 21—Entrenamiento en Inglés y Español. Llame para registrarse a la clase!
 - 23—Enviamos la Carta de Noticias (revise correo electrónico)
 - 30—Reunión personal 1—3 PM (oficina cerrada) Ultimo día para aceptar registros de niños en Enero.
- *Llame antes de ir a la oficina, únicamente abierta durante horas limitadas 801-955-6234.

Por favor continúe firmando por **TODOS** los niños incluyendo sus hijos.

Nachos de manzana



- 3 manzanas med en rodajas
- 1½ tazas de yogur natural
- 1 cucharada de miel
- ¼ taza crema de almendras o cacahuete (maní)
- ¾ taza de agua
- ¼ taza semilla salada calabaza
- 1 cucharada semilla chia
- ½ cucharadita canela



- Corta las manzanas en rodajas finas y colócalas en un plato.
- Mezcle estos ingredientes yogur, miel, almendra/mantequilla maní y agua y luego rocíe sobre las manzanas. (si la mezcla de yogur es demasiado espesa, agregue un poco más de agua para diluirla).
- Espolvorea semillas de calabaza, semillas de chía encima de la capa de yogur. Para terminar, espolvorea canela por todo el plato. Sirva inmediatamente. **Rendimiento:** 6 porciones para niños de 3-5 años.