

ALIMENTANDO CON AMOR Y BUEN SENTIDO

Nuestra guardería sigue la División de la Responsabilidad de Ellyn Satter

Alimentar requiere una división de la responsabilidad



Los adultos son responsables de *cuánto, cuándo, y dónde*

Los niños son responsables de *cuándo y si acaso.*

Nosotros proveemos comidas y refrigerios o snacks nutritivos a tiempos regulares.

Nosotros confiamos en que los niños manejan lo que comen y su alimentación.

Las comidas y refrigerios o snacks siguiendo un horario son una importante parte de nuestro programa del día.

Los niños van a comer, ellos van a comer lo que ellos necesitan, y ellos van a aprender a comer los alimentos que nosotros ofrecemos.

- Nosotros nos sentamos a comer con nuestros niños y la pasamos muy bien.
- Nosotros comemos los mismos alimentos que nuestros niños comen.
- Nosotros ayudamos a los niños a que aprendan a comportarse a las horas de comer.

- Nosotros dejamos que los niños escojan de los alimentos disponibles.
- Nosotros dejamos que los niños coman tan poco o tanto mas comida quieran comer.
- Nosotros dejamos que nuestros niños no coman lo que no quieran comer.

Nosotros seguimos los lineamientos federales para planear las comidas y refrigerios o snacks.

Algunos días los niños comen mucho, y otros días no tanto. Ellos saben cuanto necesitan.

- Nosotros tenemos en cuenta que los niños chiquitos necesitan alimentos especiales
- Nosotros ofrecemos alimentos con los que los niños estan familiarizados y que los niños generalmente comen con alimentos con los que los niños no están tan familiarizados.

- Nosotros no limitamos la cantidad que los niños comen.
- Nosotros no presionamos a los niños de ninguna manera para que coman ciertos alimentos.
- Nosotros no presionamos a los niños de ninguna manera para que coman ciertas cantidades de alimentos.

Para más sobre alimentar en la guardería visite, www.ellynsatterinstitute.com;

Léa *Niño Mío: Alimentando con Amor y Buen Sentido* de Ellyn Satter



Derechos de Copiado © 2015 por Ellyn Satter. Publicado en www.EllynSatterInstitute.org . Usted puede reproducir este artículo si usted no cobra o cambia el contenido y si usted incluye las frases *para mas sobre y derechos de copiado.*