

IMPORTANT INFORMATION ABOUT YOUR 15-MONTH-OLD

FAMILY



Set firm, fair rules and keep them the same to teach your child respect and discipline. Timeouts should happen in a neutral area of the house (one minute for each year of age). Be sure to praise them for things that they do correctly. Make time for yourself and partner, and think about joining parenting or play groups. Establish routines around the house and traditions that they can be a part of.

DEVELOPMENT



When reading to your child, use simple words to describe pictures and use simple, clear words and phrases to promote language development. Let your child choose what to read from time to time. Make sure to describe feelings and emotions. By this age, they should know at least three words, can pull themselves up and walk by holding onto furniture. They may also have stranger anxiety and more separation anxiety when away from you. This is because they are becoming more aware and understanding more.

HEALTH



There should be no smoking in the home of the child or in the car. Your child should have a night-time routine, including reading, singing, and brushing teeth. They should be brushing their teeth twice a day with child's fluoride toothpaste and a soft toothbrush. Go to www.ilikemyteeth.org and www.mychildrensteeth.org – they are great sites for information on fluoride and dentists. There should be no TV at mealtime.

NUTRITION



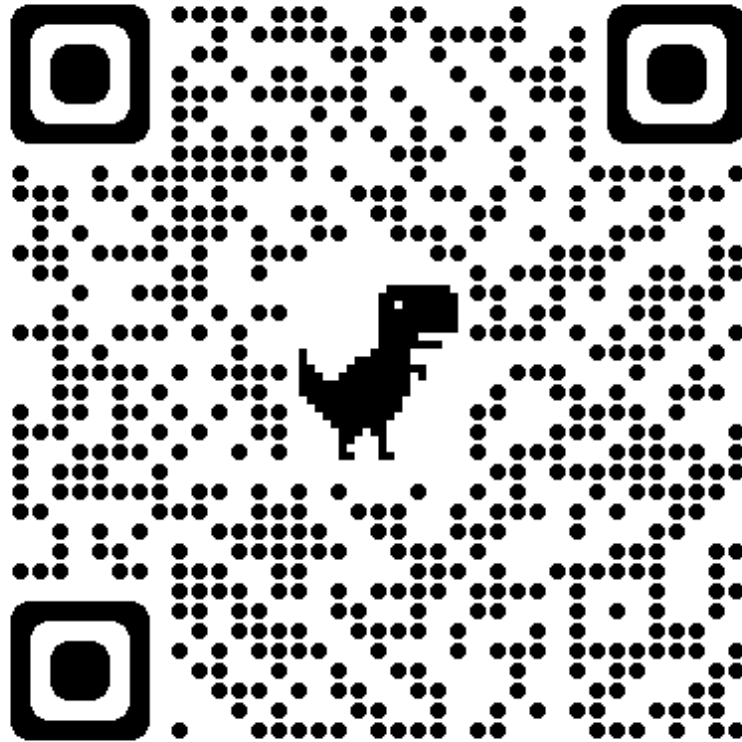
Your child will eat less in their second year and should only gain about 5-7 pounds total. They should have 3 meals and 2 snacks per day. Remember to fill half their plate with fruits/vegetables at each meal. A serving size is the size of your child's fist so do not serve large portions. Encourage them to feed themselves and let them choose what they want to eat off of the plate. Do not force feed or bribe them. No junk food. Make sure to avoid small hard foods as they can cause your child to choke. Limit milk to less than 16-20 oz/day. Encourage drinking water instead of juice throughout the day.

SAFETY



Make sure your home is childproofed and that your child still sits in a rear-facing car seat in the back seat. Around water, you should never be more than an arm's length away from your child. No smoking in house or car. Check your smoke detectors once a month. If your family owns any guns, make sure they are kept unloaded, and locked away separately. The hot water heater should be set to 120 °F or below. Keep hot liquids out of reach and be careful when cooking in the kitchen. Poison Control: 1-800-222-1222.

**For more information regarding
Early Childhood Education, scan
the QR code below.**

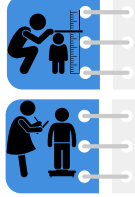


After Hours and Weekends

After 4:00 PM and before 8:00 AM


**For medical advice when People's is closed
call After Hours Nurse line
at (512) 478-4939.**






INFORMACION IMPORTANTE PARA SU BEBE DE 15 MESES

FAMILIA




Para enseñarle respeto y disciplina a su hijo, use y mantenga reglas firmes y justas. Sea consistente. Para el tiempo de castigo o el tiempo de pensar a solas, use un lugar de la casa sin distracciones (un minuto de castigo/pensar a solas por cada año de edad). También, celebre y recompense a su hijo cuando se porte bien. Tome un tiempo para usted y su pareja, y considere unirse a grupos de padres o de juegos. Haga rutinas en la casa y costumbres en las que sus hijos puedan participar.

DESARROLLO




Para iniciar y desarrollar el lenguaje de su hijo, describa fotos en los libros y cosas alrededor con palabras y frases claras y simples. Deje que su hijo elija entre opciones regularmente. Siempre describa los sentimientos y las emociones. A esta edad, su hijo debe saber por lo menos tres palabras, levantarse solo y caminar sosteniéndose en los muebles. También, su hijo se sentirá nervioso o irritado delante de personas extrañas y mucho más cuando esté lejos de usted. Esto es porque su hijo ya está descubriendo y entendiendo más.

SALUD




No se debe fumar en el hogar del niño o en el vehículo. Su niño debe tener una rutina por las noches. Por ejemplo, puede leer, cantar, o cepillarse los dientes. Debe cepillarse los dientes dos veces al día con pasta/crema dental con flúor para niños y con un cepillo de dientes suave. Visite www.ilikemyteeth.org y www.mychildrensteeth.org para obtener información sobre fluoruro y dentistas. No debe haber televisión durante las comidas.

NUTRICION



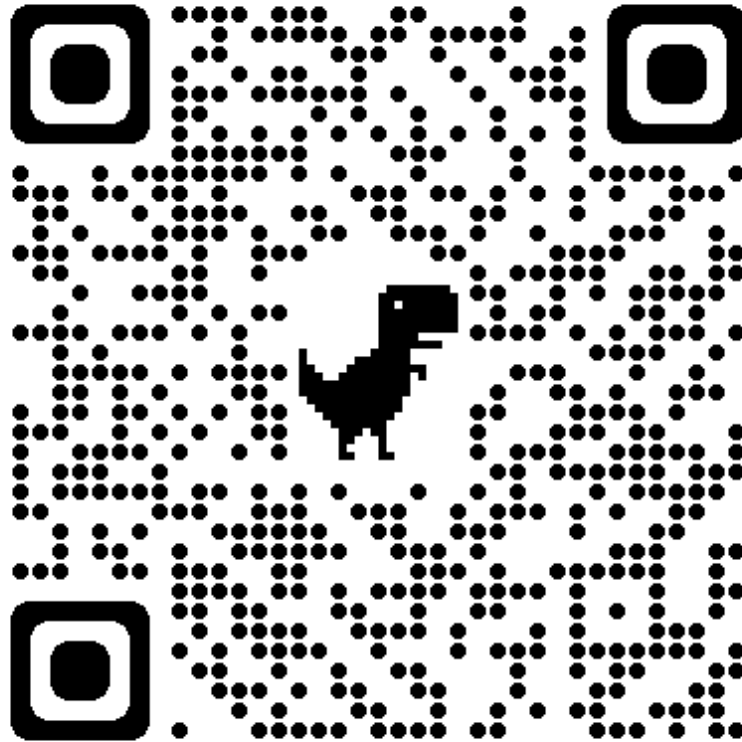
A los dos años de edad, su hijo comerá menos y sólo debe ganar un total de entre 5-7 libras. Él debe tener 3 comidas y 2 aperitivos por día. Recuerde de llenar la mitad del plato con frutas/verduras en cada comida. El tamaño de la porción es el tamaño del puño de su niño así que no sirva porciones grandes. Ayude a su niño a que se alimente él mismo y deje que él elija lo que quiera comer del plato. No use regalos ni lo fuerce para que coma. No se recomienda la comida chatarra. No use comidas pequeñas y duras, ya que éstas pueden causar que su hijo se ahogue. Asegúrese de que su niño no tome más de 16-20 oz de leche al día. En vez de jugo, móvelo a que tome agua potable durante todo el día.

SEGURIDAD



Asegúrese de que su casa sea un lugar seguro para su niño. En el vehículo, su hijo todavía debe sentarse en un asiento de seguridad en el asiento de atrás, posicionándolo viendo hacia la parte trasera del auto. Cerca del agua, su hijo y usted nunca deben estar más separados que la medida de su brazo. No se debe fumar en la casa del niño o en el auto. Revise sus detectores de humo una vez al mes. Si su familia es dueña de pistolas o rifles, asegúrese de que se mantengan descargadas, encerradas bajo llave, y guardadas de manera privada (separadas del resto de los artículos del hogar). Ajuste el calentador de agua a 120 °F o menos. Mantenga los líquidos calientes fuera del alcance de su niño y tenga cuidado cuando cocine en la cocina. Centros de Control de Envenenamiento: 1-800-222-1222.

**Para obtener más información
sobre Educación Infantil, escanee
el código QR a continuación.**



Fuera de horario y fines de semana

Después de las 4:00 p. m. y antes de las 8:00 a. m.

llame a la línea de enfermería (512) 478-4939

para consejos médico cuando la clinica de

People's está cerrada.

