

KidCare Konnection

Yon bilten enfòmasyon ki soti chak twa mwa pou moun ki enskri nan Florida KidCare

P.O. Box 980
Tallahassee, FL 32302-0980

Prentan 2010
Volim 2, Nimewo 1

MOUN KI GENYEN NAN KONKOU ACT-OUT FOR HEALTH

Gen plis pase 700 elèv nan Florida ki te prezante anons pou sèvis piblik ak tablo afichaj pou konkou Act-Out for Health Florida KidCare ap fè a.

Elèv yo te desine epi pwodwi pwòp PSA yo pou konkou a.

Pou wè prezantasyon ki genyen yo, vizite www.actout4health.org.

PAY TO THE ORDER OF	<u>Your Child's Health Care</u>	DATE	<u>1/1/10</u>
	<u>Twenty dollars and 00/100</u>	\$	<u>20.00</u>
FLORIDA KIDCARE		DOLLARS	
FOR	<u>Health Insurance</u>	Fl	oridaKidCare
	<u>1-888-540-5437</u>		<u>www.FloridaKidCare.org</u>

Michael Cardona, yon elèv klas 11yèm nan South Tech Academy nan Boyton Beach, te genyen Premye Pri nan Tout Eta a pou desen li te fè pou yon tablo afichaj pou Florida KidCare.



Swiv nou sou Twitter nan www.twitter.com/flhealthykids epi li blòg nou an nan www.flhealthykids.wordpress.com pou w ka jwenn konsèy fanmi w kapab itilize!

Fl **orida KidCare**



Yon enkyetid anmwens pou paran yo.

Yon avni pi briyan pou timoun yo.

AMIZMAN AN FANMI PANDAN SEZON PRENTAN

Fason enteresan pou kenbe fanmi w an sekirite ak an sante pandan sezon prentan sa a

Kisa eskisyon lajounen, pafè ki fèt ak fwi, epi vizit kay doktè gen pou wè youn ak lòt? Yo tout kenbe fanmi w an sante! Jwenn tout detay yo nan nimewo Prentan 2010 KidCare Konnection lan.

Nan nimewo sa a:

- Egzijans pou nouvo sitwayènte/idantite
- Resèt pou pafè Florida ki bon pou lasante
- Eskisyon gratis/a pri ba nan Pak Leta Florida
- Asirans Cover Florida Health Care pou tout fanmi an nèt

EGZIYANS POU NOUVO ENSKRIPSYON

Egzijans pou nouvo sitwayènte ak idantite an vigè koulyeya



Tout moun ki fenk ap enskri oswa kap renouvle enskripsyon yo nan Florida KidCare dwe bay prèv sou sitwayènte yo ak idantite yo. Men pa enkyete w—asirans ki kouvri w koulyeya pap anile si w pa gen dokiman sa yo sou lamèn pou lemoman. Li aplike sèlman pou fanmi ki fenk ap enskri yo oswa fanmi kap renouvle enskripsyon yo.

Nan efò nap fè pou nou rann bagay yo fasil pou fanmi nou yo, Florida KidCare ap eseye tcheke enfòmasyon sa a avèk ajans ki patnè nou yo. Kifè, ou kapab pa bezwen bay okenn enfòmasyon anplis. Si Florida KidCare pa kapab jwenn tout enfòmasyon li bezwen pou ou yo, li kapab mande w pou w bay enfòmasyon anplis. Pou jwenn yon lis konplè sou dokiman ki akseptab yo, tanpri vizite <https://www.healthykids.org/renewal/citizenship.php?lang=KRE>.

YON SÈL NIMEWO, TOUT LANG: 1-800-821-5437

GOUTE KI BON POU LASANTE PANDAN SEZON PRENTAN AN: PAFÈ KI FÈT AK FWI

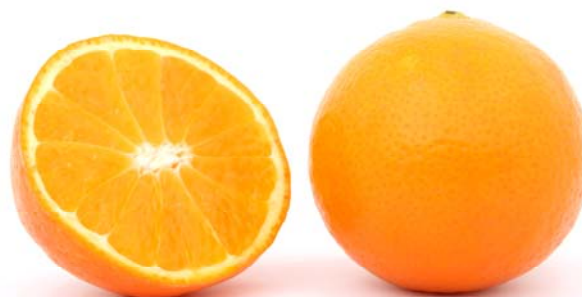
Frèz, mandarin ak chadèk fre koulyeya, epi sezon pa yo se mwa prentan yo. Men yon goute entere-san, ki pa gen anpil grès, pa gen anpil sik, ki gen anpil pwoteyin ki bon pou oumenm ak fanmi ou:

- 1 Tas yogout ki pa gen anpil grès
 - ¼ Tas ji zoranj Florida
 - 1 Gwo kiyè siwo myèl Florida
 - 1 Mandarin Florida
 - ½ Chadèk Florida
 - ½ Tas mitil Florida
 - 2 Gwo kiyè nwa pakà
- Kantite tan pou prepare li: 10 minit



Jete likid anplis ki genyen nan yogout la epi melanje li ak ji zoranj lan ak siwo myèl la. Pran ¼ ti tranch mandarin yo, tranch chadèk yo ak mitil yo epi mete yo jis anba byen fon nan yon vè klè. Simen ½ gwo kiyè nwa pakàn kraze sou fwi yo. Refè menm bagay la yo jiskaske toulede vè pafè yo ranpli. Si w vle, gani tèt chak pafè ak nwa pakàn ak fwi anplis. Resèt la bay 2 pòsyon.

Valè nitritif ki gen nan chak pòsyon:
Kalori 244, Grès antou 7.1g,
Grès satire 1.7g,
Kaboyidrat antou 40.1g,
Fib 4.2g, Pwoteyin 8.6g,
Sdyòm 87mg



*Florida Department of Agriculture and Consumer Services
[Depatman Agrikilti ak Sèvis Konsomatè nan Florida]*

AKTIVITE POU FANMI PANDAN SEZON PRENTAN AN

Nan Pak Leta gratis epi a pri redwi yo gen aktivite amizan pou tout moun!

Pandan ane 2010 la, Pak Leta Florida yo ap selebre 75 an rekreyasyon ak prezèvasyon; yap prezante aktivite espesyal ak evenman ki bay esplikasyon sou sa kap fèt yo. Pi ba la a, gen yon lis opòtinite gratis oswa a pri redwi—yo bon jan pou ogmante aktivite fanmi w yo!

Pou aprann plis sou istwa Pak Leta Florida yo, vizite www.floridastateparks.org/history.

GO PLAY WEEKDAY [JOU LASEMENN POU ALE JWE]

Pwogram Go Play Weekday a fè pwomosyon pou pak ki genyen nan chak rejyon nan eta a pandan tout ane a. Pandan mwa pwomosyon yo ap fèt la, depi lendi jiska jedi, ou peye 75 santim sèlman pou rantr nan pak leta yo prezante yo. Annik mansyone 'Go Play Weekday' nan gichè kote ofisye ki responsab pak la ye a pou yo ka ba w pri espesyal la, oswa ekri 'Go Play Weekday' sou anvlop la epi mete 75 santim ladan olyede pri konplè a nan pak kote ki gen yon bwat pou mete anvlop bòn fwa yo. Ou kapab jwenn non pak yo prezante yo, si w vizite www.floridastateparks.org/thingstodo/deals-goplayweekday.cfm.

TWO FOR TUESDAY [DE POU MADI]

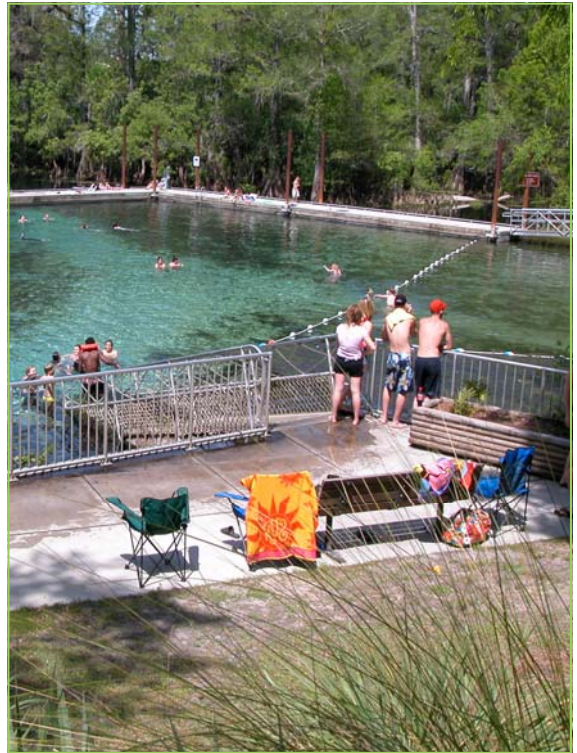
Pase yon bon moman madi ak mèkredi swa nan yon kan, nan yon bungalow oswa nan yon kabin epi pase twa jou ap esplore lanati, gade plant ak bèt sovaj yo, epi jwi lavi ograntè—tout sa a yon pri redwi. Yo ofri kat pake diferan pou kan nan pak yo, pou antre nan pak yo, pou vizit ak/oswa pou lwe. Pou jwenn detay sou pake yo, vizite www.floridastateparks.org/thingstodo/deals-twofortuesday.cfm.

FREE DAYS FOR TWITTER FOLLOWERS [JOU GRATIS POU MOUN KI SWIV TWITTER]

Le madi ak nan fen semenn ki chwazi espesyalman yo, gen anpil pak ki bay antre gratis lè w mansyone Twitter nan pòt la. Yo anonse jou gratis yo vè 8 a.m. nan Twitter epi yo prezante pak ki genyen toupatou nan eta a. Swiv Pak Leta Florida yo nan Twitter, nan www.twitter.com/FLStateParks, pou enfòmasyon sou jou espesyal ki gratis yo.



Ravine Gardens State Park



Fanning Spring State Park

Timoun dwe gen omwen 60 MINIT pou yo fè egzèsis chak jou

—American Heart Association [Asosyasyon pou Kè nan Etazini]

Fl❤**rida KidCare**

P.O. Box 980
Tallahassee, Florida 32302-0980

Kontakte nou

**Nimewo Telefòn pou Enfòmasyon
nan Florida KidCare:**

1-888-540-5437

**Sèvis pou Kliyan
nan Florida KidCare:**

1-800-821-5437

www.floridakidcare.org

KidCare Konnektion se yon bilten enfòmasyon gratis Florida Healthy Kids Corporation pibliye chak twa mwa.

NONPROFIT ORG.
U.S. POSTAGE
PAID
TALLAHASSEE, FL
PERMIT NO. 911

Fl❤**rida KidCare**
Tcheke nou sou entènèt la nan www.floridakidcare.org!

ÈSKE W TE KONN SA?

KOULYEYA OU KAPAB JWENN ASIRANS MALADI POU RÈS FANMI W NAN COVER FLORIDA HEALTH CARE!



Enskri pitit ou nan Florida KidCare pou w ka pwoteje avni li se yon bon bagay anpil. Men, e si manman an, yon pitit gason ki gen laj pou li nan inivèsite oswa granpapa a gen pou yo al wè yon doktè?

Cover Florida Health Care ofri asirans maladi ki kouvri rezidan Florida ki gen ant 19-64 an, kèlkeswa maladi yo te genyen deja yo.

Vizite www.CoverFloridaHealthCare.com pou plis detay.

