

Uh-oh, it's flu season again in Washington! Flu season typically runs from October to March. The good news is that there are simple things you can do to help prevent the spread of the flu. For example:

- **Cover your nose and mouth** when you cough or sneeze and **wash your hands** frequently.
- **Clean surfaces** like bedside tables, counters, and toys with a household disinfectant. See page 4 for simple instructions to make your own!
- **Flu shots** are also recommended for infants and children and their caregivers, those with chronic conditions like asthma or diabetes, women who are pregnant, and people older than 65. **To find out where the flu vaccine is being offered in your area, you can visit flushot.healthmap.org.**

Source: Washington State Department of Health, Centers for Disease Control and Prevention, Washington State Department of Early Learning, Seattle Children's

Ay, no, otra vez es la temporada de influenza en Washington! La temporada de influenza, o gripe, típicamente va de octubre a marzo. La buena noticia es que hay algunas cosas sencillas que puede hacer para prevenir la propagación de la influenza. Por ejemplo:

- **Taparse la nariz y la boca** cuando tosa o estornude y **lavarse las manos** frecuentemente.
- **Limpiar las superficies** de su casa, como la mesita de noche, los mostradores, y los juguetes con un desinfectante. ¡Vea la página 5 para instrucciones sencillas para hacer uno en casa!
- **La vacuna contra la influenza** también se recomienda para bebés y niños y sus cuidadores, los que tienen condiciones crónicas como el asma o la diabetes, mujeres embarazadas y personas con más de 65 años de edad. **Para averiguar dónde se está ofreciendo la vacuna contra la influenza en su área, puede visitar flushot.healthmap.org.**

Fuente: Departamento de Salud del Estado de Washington, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Departamento de Aprendizaje Temprano del Estado de Washington, Seattle Children's

The Affordable Care Act: What does it mean for families in Washington State?

On October 1st, open enrollment began for Washington State's new Health Benefit Exchange. If you or some members of your family are among the 700,000 or so Washingtonians who don't currently have health insurance, you might want to take a look. Under the new Affordable Care Act, the majority of people in the United States will be required to have health insurance starting in 2014. Some states have opened their own "exchanges" to help people compare their options and find an insurance plan that's a good fit for them.

All the plans offered through the Health Benefit Exchange will cover doctor and emergency room visits, prescription medications, maternity care, and preventative screenings and immunizations. Under the new law, no one will be denied coverage because they have a pre-existing condition.

The new law also makes free or low-cost insurance available for more families, depending on their income. For example, a family of 4 earning less than \$32,500 per year would qualify for free coverage. A family of 4 making \$40,000 could receive about \$985 in tax credits per month. Those making up to



Continued on page 8

La Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio: ¿Qué significa para familias en el estado de Washington?

El primero de octubre, se abrió la inscripción para el nuevo Mercado de Seguros Médicos en el estado de Washington. Si usted o algunos miembros de su familia son entre los aproximadamente 700,000 residentes de Washington que en este momento no tienen cobertura médica, es posible que le vaya a interesar. Bajo la nueva Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio, se requerirá que la mayoría de las personas en los Estados Unidos tengan seguro médico cuando comienza el año 2014. Algunos estados han abierto sus propios "mercados" para que las personas puedan comparar sus opciones y encontrar un plan que sea apropiado para ellos.

Todos los planes que se ofrecen en el mercado cubrirán citas con médicos, visitas a la sala de emergencias, medicamentos recetados, cuidado por maternidad, inmunizaciones y chequeos preventivos. Bajo la nueva ley, a nadie se le negará la cobertura porque tenga un problema preexistente de salud.

La nueva ley también hace que cobertura gratuita o de precio bajo esté disponible para más familias, según sus ingresos. Por ejemplo, una familia de 4 que gana menos de \$32,500 al año calificaría para



cobertura gratuita. Una familia de 4 que gana \$40,000 podría recibir alrededor de \$985 en créditos fiscales cada mes. Los que ganan hasta \$90,000 al año podrían calificar para alrededor de \$436 en créditos fiscales al mes.

Continúa en pagina 8

FAMILY INFORMATION

Spotlight on Autism

There is a pretty good chance that you know someone who has a child with some form of Autism Spectrum Disorder (ASD). On average, 1 in every 88 American children has a form of autism spectrum disorder, and approximately 8,000 to 12,000 children in Washington State have some form of autism.

Autism Spectrum Disorder is a form of developmental delay that can affect the way people communicate, interact, behave, pay attention, and react to different things. There is a lot of variety in the way ASD can look from person to person – some children with milder forms of ASD have no trouble expressing themselves in words or focusing on tasks, but might avoid making eye contact and have a hard time recognizing how others are feeling. Other children who have more severe forms of the disorder might need to use picture symbols or an electronic device in order to communicate, and could need one-on-one support to complete daily tasks like putting on clothes.

Researchers still have a lot to learn about what leads to the development of ASD and the best ways to help people who live with this disorder, but there are some things we do know. The more information we can share, the better we'll be able to understand the people in our communities who are affected by ASD.

Some common signs of autism spectrum disorder in children include:

- Not playing “pretend” or “role-playing” games
- Not making eye contact or looking when someone else points at something
- Preferring not to be touched, even by parents or close family members
- Not responding when people talk or try to communicate with them
- Repeating the same words or phrases over and over
- Struggling more than would be typical with changes in routine or physical environment

Signs of ASD usually appear during the first 3 years of a child's life. Not all children with ASD will show all of these symptoms – and not all children who display these behaviors occasionally will be diagnosed with autism spectrum



disorder. However, if you think your child might have ASD, talk to your child's doctor or nurse.

There is no “cure” for autism spectrum disorder, but there are therapies that can help children learn skills that will allow them to communicate better with others and overcome other challenges. It can be hard for families to accept that their child might have a developmental disorder and to understand what that means, but the earlier children begin therapy, the more of an impact it can have on their success later on.

Whether you are a parent of a child with autism spectrum disorder, you know another family with a child who has ASD, or you'd simply like to know more in case you meet a child with ASD in the future, there are some simple things you can keep in mind when interacting with children who have ASD:

1. **Structure and safety:** All children need stability and consistency in their lives, and children with ASD in particular often feel more comfortable with a predictable routine or schedule.
2. **Positive reinforcement:** Children with ASD might not know when certain behaviors are or aren't appropriate. Instead

of only reacting negatively when a child behaves inappropriately, you can make a special effort to praise children when they do behave in an appropriate way.

3. **Look for nonverbal cues:** About 40% of children with ASD don't speak at all or don't begin to speak until they are much older. However, they do communicate in other ways: facial expressions, sounds, movements and gestures are all forms of nonverbal communication. Paying attention to how a nonverbal child with ASD communicates can tell you a lot about his or her likes, dislikes, motivations and interests.

There is a lot more information about autism spectrum disorder. If you'd like to learn more, here are a few good places to start:

- Washington State Department of Health: www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/IllnessandDisease/Autism.aspx
- Autism Society of Washington: www.autismsocietyofwa.org
- Autism Speaks: www.autismspeaks.org

Anna Scott, Family Center Specialist

Source: Washington State Department of Health, Centers for Disease Control and Prevention, HelpGuide.org, Autism Speaks, National Autism Association

FAMILY INFORMATION

Enfoque en el autismo

Es muy probable que usted conozca a alguien que tiene un hijo con alguna forma del Trastorno del Espectro Autista (TEA). Como promedio, 1 de cada 88 niños americanos tiene una forma del TEA, y aproximadamente 8,000 a 12,000 niños en el estado de Washington tienen el TEA.

El trastorno del espectro autista es una forma de retraso del desarrollo que puede afectar la manera en que las personas comunican, interactúan, comportan, prestan atención y reaccionan a diferentes cosas. Hay mucha variedad de persona a persona en la manera en que se manifiesta: algunos niños con formas más leves del TEA no tienen ningún problema con expresarse con palabras o enfocarse en sus tareas, pero quizás eviten mirar a los ojos de las personas y tengan dificultades en reconocer las emociones de otras personas. Otros niños que tienen formas más graves del trastorno quizás necesiten utilizar símbolos o dibujos, o un aparato electrónico, para comunicarse, y podrían necesitar apoyo individual para realizar sus tareas diarias como ponerse la ropa.

Los investigadores todavía tienen mucho que aprender sobre qué provoca el desarrollo del TEA y las mejores maneras de ayudar a las personas que viven con este trastorno, pero hay algunas cosas que sí sabemos. Cuanta más información podemos compartir, mejor entenderemos a las personas en nuestras comunidades que son afectadas por el TEA.

Algunos indicios comunes del trastorno del espectro autista en los niños incluyen:

- No participar en juegos de "imaginación" o "representación"
- No mirar a los ojos de las personas o no mirar cuando alguien señala algo con el dedo
- Preferir no ser tocado, incluso por los padres u otros miembros de la familia
- Repetir las mismas palabras o frases una y otra vez
- Tener más dificultades de lo que sería típico con cambios en la rutina o ambiente físico

Los indicios del TEA normalmente aparecen durante los primeros 3 años de la vida de un



niño. No todos los niños que tienen el TEA presentan todos estos síntomas, y no todos los niños que demuestran estos comportamientos de vez en cuando serán diagnosticados con el trastorno del espectro autista. Sin embargo, si usted piensa que es posible que su hijo tenga el TEA, hable con el médico o enfermera de su hijo.

No hay manera de "curarse" del trastorno del espectro autista, pero sí hay terapias que pueden ayudar a los niños a desarrollar sus habilidades de comunicarse con otras personas y a superar otros retos. Puede ser difícil para las familias aceptar que su hijo podría tener un trastorno del desarrollo y entender lo que eso significa, pero cuanto más temprano empieza el tratamiento, más impacto puede tener en el futuro éxito del niño.

Sea usted padre de un niño que tiene el trastorno del espectro autista, alguien que conozca a otra familia con un niño que tiene el TEA, o alguien que simplemente quiera saber más por si acaso se encuentra con un niño que tiene el TEA en el futuro, hay algunas cosas sencillas que puede tener en cuenta cuando interactúa con niños que tienen el TEA:

1. **Estructura y seguridad.** Todos los niños necesitan estabilidad y regularidad en sus vidas, y los niños con el TEA muchas veces se sientan mucho más cómodos con una rutina u horario predecibles.
2. **Refuerzo positivo.** Es posible que los niños con el TEA no estén conscientes de cuándo ciertas maneras de comportarse sean o no sean apropiadas. En vez de solamente reaccionar de manera negativa

cuando un niño se comporta de manera inapropiada, usted puede hacer un esfuerzo especial para alabar al niño cuando sí se comporta de manera apropiada.

3. **Comunicación no verbal.** Aproximadamente 40% de los niños con el TEA no hablan o no empiezan a hablar hasta que sean mucho mayores. Sin embargo, sí se comunican de otras maneras. Expresiones faciales, sonidos, movimientos y gestos: todos son formas de comunicación no verbal. Prestar atención a las maneras en que un niño no verbal con el TEA se comunica puede decirle mucho sobre lo que le gusta y no le gusta, lo que le motiva y lo que le interesa.

Hay mucha más información sobre el trastorno del espectro autista. Si usted quiere aprender más, estos son algunos buenos sitios para empezar:

- El Departamento de Salud del Estado de Washington: www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/IllnessandDisease/Autism.aspx (en inglés)
- La Sociedad del Autismo de Washington: www.autismsocietyofwa.org (en inglés)
- Autism Speaks (El Autismo Habla): www.autismspeaks.org/about-us/en-esp%C3%B1ol (en español)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: www.cdc.gov/ncbddd/spanish/autism/ (en español)

Anna Scott, Especialista del Centro Familiar
Fuente: El Departamento de Salud del Estado de Washington, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, HelpGuide.org, Autism Speaks (El Autismo Habla), Asociación Nacional del Autismo

FAMILY INFORMATION

So you want to make a difference...

If your child is in an early learning program (a child care center or family home, Kaleidoscope Play and Learn group, or part day preschool), it is likely that you see things that you like very much, and others that you wish were different. You are likely to care about the quality of care, challenges of paying for child care and safety of the children in care. You may have wanted to speak up about something that you want to change.

Decisions made at the state and national levels help to shape early learning policy, and early learning policy shapes what we see each day in early learning and care settings. You, too, can make a difference in shaping policies.

Have you ever spoken up on behalf of someone or about an issue that you care about? If so, you have been an **advocate** – and you can use this skill to make early learning better.

A QUIZ

Yes No

I want the quality of child care to be excellent for all children		
I have spoken at my faith group about a community issue that I care about		
Many families need help with the cost of early learning		
Background checks and other safety measures should keep child care safe for children		
I would email a legislator about an issue that I care about		

If you answered “yes” to any of these items in the quiz, then you are, or could be, an advocate. Advocacy includes many activities – and any of us can do something. We can write a letter or an email or make a telephone call to an elected official or agency; we can tell our story and educate others about issues that are important to us and encourage them to take action; we can testify before a legislative body (state legislature, city council or county council). We can be a voice for children.

Some examples of early learning policies that have changed in the past year include:

- Improvements in Working Connections Child Care subsidy customer service and a slight increase in the rate paid to providers
- Funding for Early Achievers, a quality rating and improvement system. EA provides child care ratings as well as coaching and funding to support quality improvement.
- Increased funding for the Early Childhood Education and Assistance Program (ECEAP), Washington state’s preschool program for children from low-income families
- Funding for home visiting to provide early learning support for high risk families with young children

So, what can you do?

- To receive regular updates on early learning state and national policy and then take action on them, sign up for the Child Care Aware of Washington information and

Action Center at capwiz.com/naccrra/wa/home/

- To find your legislative district and Representatives and Senator, visit www.leg.wa.gov and click on “Find Your Legislator”
- To call your legislator on the legislative hotline, dial 1-800-562-6000. Friendly operators will take your message and give it to legislators. Interpreters are available.

Marty Jacobs, Senior Manager of Family Services

Source: *So You Want to Make a Difference? Advocacy is the Key!* By Nancy Amidei



Make at Home: Easy, All Natural Disinfectant

Want to keep surfaces in your home clean and germ-free without using lots of chemicals or buying expensive natural products? Here’s an easy recipe for an all-natural disinfectant spray you can make yourself.

What you’ll need:

- ½ cup plain white vinegar (to clean and kill germs)
- 2 cups hot water (to dilute and dissolve all ingredients)
- 1 teaspoon baking soda (for extra cleaning power)
- [optional:] 10 – 20 drops of an essential oil such as tea tree/melaleuca, basil, bergamot, clary sage, clove, lavender, lemon, rosemary, or thyme (for a nice fragrance and extra germ-killing power — you can find these in many grocery or health food stores or order them online)
- 1 clean, empty plastic spray bottle

To use:

- Mix all ingredients in spray bottle
- Spray surfaces and let sit for 10 minutes
- Wipe with a clean cloth or paper towel

Anna Scott, Family Center Specialist

Source: Becky Rapinchuk, CleanMama.net

FAMILY INFORMATION

Así que usted quiere marcar una diferencia...

Si su hijo participa en un programa de aprendizaje temprano (un centro de cuidado infantil o un programa en casa de familia, un grupo "Kaleidoscope Play and Learn" o un programa de preescolar de tiempo parcial), es probable que usted vea algunas cosas que le gusten mucho y otras que le gustaría que fueran diferentes. Es probable que a usted le importe la calidad del cuidado, la dificultad de pagar por el cuidado y la seguridad de los niños en los centros de cuidado. Quizás quisiera mencionar algo que le gustaría cambiar.

Las decisiones tomadas a los niveles estatal y nacional ayudan a informar las políticas del aprendizaje temprano, y estas políticas afectan lo que vemos a diario en los centros de cuidado y educación temprana. Usted también puede marcar una diferencia en dar forma a estas políticas.

¿Usted alguna vez ha defendido a alguien o ha dado su opinión sobre un asunto que a usted le importa? Si es así, usted ha sido un(a) defensor(a), y puede utilizar esta habilidad para mejorar el aprendizaje temprano.

ENCUESTA

Sí No

Quiero que la calidad del cuidado sea excelente para todos los niños		
He hablado en mi grupo religioso sobre un asunto que me importa		
Muchas familias necesitan ayuda con el costo del aprendizaje temprano		
Las revisiones de antecedentes penales y otras medidas deberían asegurar que el cuidado sea seguro para los niños		
Estaría dispuesto/a a enviarle un correo electrónico a un legislador sobre un asunto que me importa		

Si usted respondió que "sí" a alguna pregunta de la encuesta, pues ya es, o podría ser, un(a) defensor(a). La defensa incluye a muchas actividades, y cualquiera de nosotros puede hacer algo. Podemos escribir una carta o un correo electrónico o hacer una llamada telefónica a un funcionario electo o a una agencia; podemos contar nuestra historia y educar a otras personas sobre asuntos que nos importan y animarles a actuar; podemos testificar ante un cuerpo legislativo (legislatura estatal, concejo municipal o del condado). Podemos ser la voz de los niños.

Algunos ejemplos de políticas de aprendizaje temprano que han cambiado en el año pasado incluyen:

- Cambios al subsidio del cuidado infantil "Working Connections" para mejorar el servicio a clientes y pagar a los proveedores una tarifa un poco más alta
- Financiamiento para Early Achievers, un programa de evaluación y mejora de calidad. EA ofrece clasificaciones de cuidado infantil y también capacitación y financiamiento para apoyar la mejora de calidad.
- Mayor financiamiento para el Programa de Educación y Asistencia para la Niñez Temprana (ECEAP en

inglés), el programa preescolar para familias de bajos ingresos del estado de Washington

- Financiación para visitas a casa para proveer apoyo con el aprendizaje temprano para familias vulnerables con niños pequeños

Entonces, ¿qué puede usted hacer?

- Para recibir noticias regulares sobre políticas estatales y nacionales relacionadas con la educación temprana, y después actuar, inscribáse en el Centro de Información y Acción de Child Care Aware of Washington en capwiz.com/naccrra/wa/home/ (en inglés)
- Para encontrar su distrito legislativo y sus representantes y senadores, visite www.leg.wa.gov/pages/home-es.aspx y haga clic en "Encuentre a su Legislador" (en español)
- Para llamar a su legislador en la línea directa legislativa, marque 1-800-562-6000. Hay intérpretes disponibles.

Marty Jacobs, Director Principal de Servicios para Familias

Fuente: *So You Want to Make a Difference? Advocacy is the Key!* por Nancy Amidei

Hecho en casa: desinfectante fácil y totalmente natural

¿Quiere usted mantener las superficies de su casa limpias y libres de microbios sin usar muchas sustancias químicas o comprar productos naturales muy caros? Ofrecemos aquí una receta fácil para un desinfectante en espray que puede hacer usted mismo en casa.

Necesitará:

- ½ taza de vinagre blanco normal (para limpiar y matar los microbios)
- 2 tazas de agua caliente (para diluir y disolverse los ingredientes)
- 1 cucharita de bicarbonato (para una limpieza extra fuerte)
- [opcional:] 10 – 20 gotas de un aceite esencial como árbol de té/melaleuca, albahaca, bergamota, salvia sclarea, clavo, lavanda, limón, romero, o tomillo (para darle una fragancia agradable y matar más microbios: encontrará a estos en algunos supermercados, tiendas de productos naturales o en internet)
- 1 botella atomizadora vacía y limpia

Para usarlo:

- Mezcle todos los ingredientes en la botella atomizadora
- Aplique el producto a las superficies y deje por 10 minutos
- De una pasada con un trapo seco y limpio

Anna Scott, Especialista del Centro Familiar

Fuente: Becky Rapinchuk, CleanMama.net

FAMILY INFORMATION

Learning Languages, Supporting Brain Development



Tamirat's family speaks Amharic at home, but at preschool he is learning English and Mandarin. Emma's parents only speak English, but her child care provider and some children in her child care program speak Somali. Miguel speaks Spanish at home and at church, but he speaks English with his friends at the Boys and Girls Club.

These are just a few examples of children who are growing up learning more than one language, or dual-language learners. Research shows that being exposed to more than one language at an early age has many positive effects on a child's brain development. Practicing another language can help children develop problem-solving skills. It can provide a child more flexibility in thinking, greater sensitivity to language, and a better ear for listening.

Learning another language also helps support early literacy. When children learn a second language or maintain a home language while learning English, they develop a stronger ability to classify and distinguish words and meanings, which helps them learn to read, write, and learn math. In addition, knowing and practicing a second language helps children understand cultural differences. As the United States grows to be ever more diverse, knowing a second language can also increase potential job opportunities.

If your child is learning two or more languages, here are some ideas to support his or her language development:

- Children learn a second language best when they know that both their first language and second language are important and valued
- Give your child fun and meaningful opportunities to talk, read, and pretend-write in both languages
- Practice role-play with your child using another language to label and provide commands and questions
- Don't worry: if your child begins mixing multiple languages in the same sentence, this is a sign of language development, not language confusion!

Many child care providers in Washington State are bilingual. Contact the Child Care Aware of WA Family Center at 1-800-446-1114 to discuss programs in your area to support your child's language development.

Rebecca Larsen, Family Center Specialist

Sources: National Association for the Education of Young Children, Child Care Aware, American Council on the Teaching of Foreign Languages, Words for Life, ParentHelp123

Aprender idiomas, apoyar el desarrollo del cerebro



La familia de Tamirat habla amárico en casa, pero en su preescolar él está aprendiendo inglés y mandarín. Los padres de Emma solo hablan inglés, pero su proveedor de cuidado infantil y algunos de los niños en su programa hablan somalí. Miguel habla español en casa y en la iglesia, pero habla inglés con sus amigos en el Boys and Girls Club.

Estos son solo algunos ejemplos de niños que están aprendiendo más de un idioma mientras crecen. La investigación ha demostrado que el exponerse a más de un idioma a una edad temprana tiene muchos efectos positivos en el desarrollo del cerebro del niño. Practicar otro idioma puede ayudar a los niños en su desarrollo de la habilidad de resolver problemas. Puede darles a los niños más flexibilidad en su pensamiento, mayor sensibilidad al lenguaje y mayor capacidad para escuchar.

Aprender otro idioma también apoya la alfabetización temprana. Cuando los niños aprenden un segundo idioma o mantienen su idioma familiar mientras aprenden inglés, fortalecen su habilidad para clasificar y distinguir palabras y sus significados, algo que les ayuda a aprender a leer, escribir y aprender matemáticas. Además, saber y practicar un segundo idioma ayuda a los niños a entender las diferencias culturales. Como la población de los Estados Unidos se ve cada día más diversa, saber un segundo idioma también puede ser una ventaja en la búsqueda de empleo.

Si su hijo está aprendiendo dos o más idiomas, aquí están algunas ideas para apoyar mejor a su desarrollo del lenguaje:

- Los niños aprenden mejor los dos idiomas cuando saben que los dos son importantes y valorados.
- Déle al niño oportunidades divertidas y significativas para hablar, leer y "escribir" en ambos idiomas.
- Practique juegos de representación con su hijo usando otro idioma para nombrar cosas, dar mandatos y hacer preguntas.
- No se preocupe: si su hijo a veces mezcla múltiples idiomas en la misma frase, esto es un indicio del desarrollo del lenguaje, no de confusión!

Muchos proveedores de cuidado infantil en el estado de Washington son bilingües. Puede contactar al Centro Familiar de Child Care Aware of Washington al 1-800-446-1114 para hablar de programas en su área que apoyen el desarrollo del lenguaje de su hijo.

Rebecca Larsen, Especialista del Centro Familiar

Fuentes: Asociación Nacional para la Educación de Niños Jóvenes, Child Care Aware, Consejo Americano para la Enseñanza de Idiomas Extranjeros, Words for Life (Palabras Para Vida), ParentHelp123

FAMILY EDUCATION OPPORTUNITIES

Advocacy:	Phone:	Website:
-----------	--------	----------

Children's Alliance	1 (800) 854-KIDS (5437)	www.childrensalliance.org
Find your legislator		http://app.leg.wa.gov/districtfinder

Child Development:		
--------------------	--	--

Seattle Children's, Classes and Community or Safety and Wellness information	1 (866) 987-2000 or (206) 987-2000	www.seattlechildrens.org
Parenting Counts	1 (800) 637-3652	www.parentingcounts.org
American Academy of Pediatrics		www.healthychildren.org
Zero to Three		www.zerotothree.org
Thrive by Five		http://thrivebyfive.org

Community Resources:		
----------------------	--	--

Parent Trust for Washington Children	1 (800) 932-HOPE (4673)	www.parenttrust.org
Parent Help 123	1 (800) 322-2588	www.parenthelp123.org
Children's Home Society of Washington	1 (800) 456-3339	www.chs-wa.org
Department of Early Learning	1 (866) 482-4325	www.del.wa.gov
Apple Health	1(855) 900-3066	www.applehealth.org
Washington Information Network	211	www.win211.org

Special Needs:		
----------------	--	--

The Center for Children with Special Needs	1 (866) 987-2500 or (206) 987-2500	http://cshcn.org
Family Health Hotline	1 (800) 322-2588	www.parenthelp123.org

Child Care Aware of Washington		
--------------------------------	--	--

Child Care Aware of Washington	(253) 383-1735 or 1 (866) 416-4321	www.wa.childcareaware.org
Child Care Aware of Olympic Peninsula Child Care Action Council	(360) 786-8907	www.ccacwa.org
Child Care Aware of Southwest WA Educational Service District 112	(360) 750-7500	http://web3.esd112.org/ccfs
Child Care Aware of Northwest WA Opportunity Council	(360) 734-5121	www.oppco.org
Child Care Aware of King County Child Care Resources	(206) 329-5544	www.childcare.org
Child Care Aware of Tacoma/Pierce County City of Tacoma	(253) 591-5471	www.cityoftacoma.org/childcare
Child Care Aware of Central WA Catholic Family & Child Service	(509) 965-7109 or 1 (877) 965-7109	www.ccrcentralwa.org
Child Care Aware of Eastern WA Community-Minded Enterprises	(509) 444-3088	www.community-minded.org



A program of Child Care Resources

Family Center News

Contact the Family Center with any questions, suggestions or concerns about this newsletter or early learning in Washington State.

Family Center
(206) 329-5544 and
1 (800) 446-1114
familycenter@childcare.org

Editor: Anna Scott

Design/Layout: Susan Reed, Pixels

Photography: Tom Slattery

Seattle CCR Main Office
1225 South Weller, Suite 300
Seattle, WA 98144

To continue to receive a free subscription to the Family Center News electronically or by mail please contact the editor at familycenter@childcare.org using subject line- "subscription" or call (206) 329-1011 ext.255 and leave your name, clearly spelling your last name.



Become a fan of
Child Care Aware of
Washington on
Facebook.



Spread the word!

Families can find useful resources and check out their child care options at www.wa.childcareaware.org.

Our trained staff can create a free, customized list of licensed child care programs that meet your child care needs, just call 1 (800) 446-1114.



A program of Child Care Resources

Child Care Resources
1225 S. Weller, Suite 300
Seattle, WA 98144

A United Way Agency

To continue to receive a free subscription to the *Family Center News* electronically or by mail, please email familycenter@childcare.org or call 1-800-446-1114.

Para seguir recibiendo una suscripción gratuita de "Noticias del Centro Familiar" por correo electrónico o correo normal, escríbenos al familycenter@childcare.org o llame al 1-800-446-1114.

Non-Profit Org.
US Postage
PAID
Seattle, WA
Permit No. 5022



The Affordable Care Act

Continued from page 1

\$90,000 per year could qualify for around \$436 in tax credits each month.

Washington's Health Benefit Exchange is called Washington Healthplanfinder. You can enroll October 1st until March 31st in a plan that will cover you and your family for 2014. To learn more or to begin looking for a plan, visit www.wahbexchange.org or go to www.wahealthplanfinder.org. You can also call 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) between 7:30 am and 8:00 pm on weekdays (free help is available in 175 different languages). If you'd prefer to get help in person, you can contact your local public health department to find free enrollment events being hosted in your community.

Anna Scott, Family Center Specialist
Source: Washington Health Benefit Exchange

La Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio

Seguido de pagina 1

El mercado de seguros médicos en Washington se llama Washington Healthplanfinder. Usted puede inscribirse entre el 1 de octubre hasta el 31 de marzo en un plan que les cubrirá a usted y su familia para el año 2014. Para aprender más o para empezar a buscar un plan, visite a www.wahbexchange.org o www.wahealthplanfinder.org. También puede llamar a 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) entre las 7:30 de la mañana hasta las 8:00 de la tarde entre semana (hay ayuda gratuita disponible en 175 idiomas). Si preferiría recibir ayuda en persona, puede contactar a su departamento de salud local para encontrar eventos de inscripción gratis en su comunidad.

Anna Scott, Especialista del Centro Familiar
Fuente: Washington Health Benefit Exchange