

bienvenidos a...

one®

Online Nutrition Education
powered by Nutrition Matters

¿Qué es ONE?

ONE es una página de internet que ofrece consejos útiles e información que ha sido compartida contigo y tu familia.



Puedes abrir ONE en
**cualquier momento
y en cualquier lugar.**

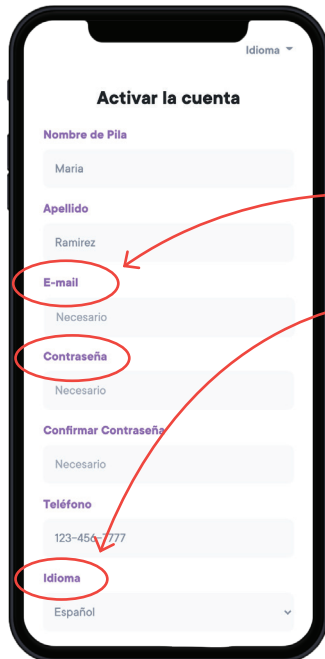
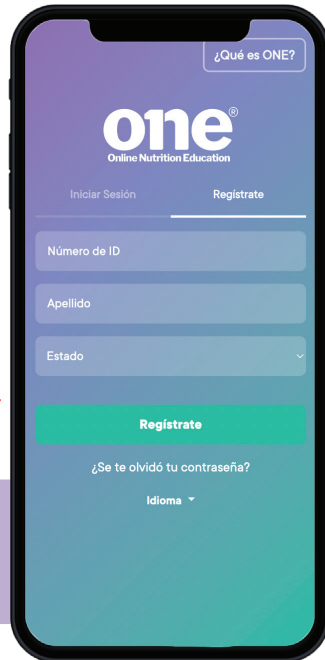
— — — www.nutrition-one.com — — —

comencemos

Paso 1: Ve a www.nutrition-one.com para registrar tu cuenta ONE. Utiliza tu número de ID:

tu apellido y tu estado. Toca en Registrarse.

ONE mantiene tu información segura y protegida.



Paso 2: Asegúrate de que **tu nombre y apellido** estén bien escritos. Ingresa **una dirección de correo electrónico** y crea **una contraseña**.

Elige **el idioma** que prefieras.

¡Si decides añadir el nombre y la edad de tu hijo, ONE compartirá consejos e ideas a medida que tu hijo crezca!

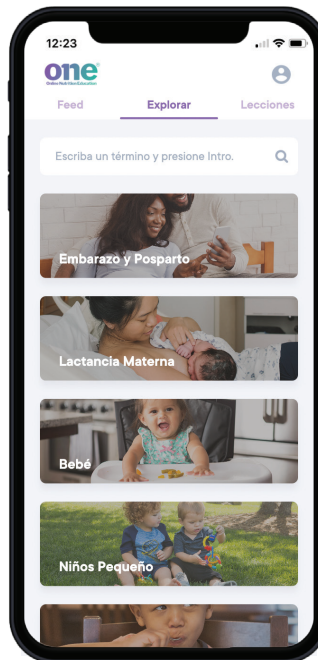
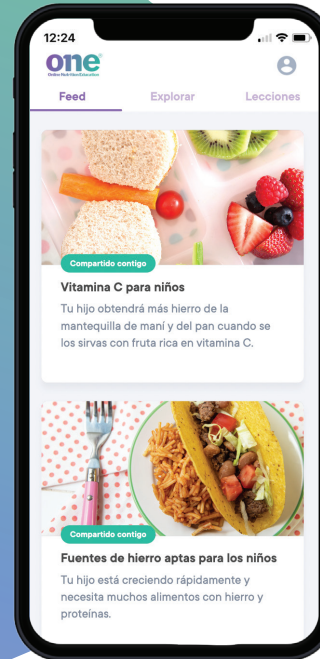
Paso 3: Pulsa el botón **Activar**.

Para iniciar sesión deberás usar tu dirección de correo electrónico y tu contraseña.

Feed

Cuando abras ONE, verás un **Feed**. Haz clic en una publicación para abrir el artículo o la receta.

La información que fue compartida especialmente para ti aparecerá al principio de tus notificaciones.



Explorar

Toca en **Explorar** para ver todos los artículos y recetas que ONE tiene para ti.

Artículos: Los consejos breves y prácticos de ONE ayudarán a que tú y tu familia inicien hábitos saludables, coman bien y encuentren nuevas ideas para preparar comidas y bocadillos. ONE tiene información confiable con la que puedes contar.

Recetas: Busca entre las recetas aptas para toda la familia de ONE. Incluso puedes buscar recetas que utilicen los alimentos de WIC.

Lecciones

Utiliza ONE para completar las **Lecciones** en línea, o para aprender consejos útiles sobre preguntas comunes de crianza.

Algunos de los temas que ONE tiene para ti:

- lactancia materna,
- cómo empezar a alimentar a tu bebé,
- dejar el biberón,
- bocadillos saludables para los niños,
- verduras para niños,
- planificación de las comidas
- **¡y mucho más!**



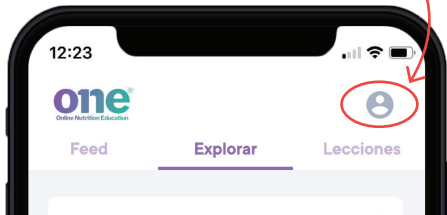
Cuando termines una lección en línea, **se lo notificaremos a tu programa.**



edita tu perfil

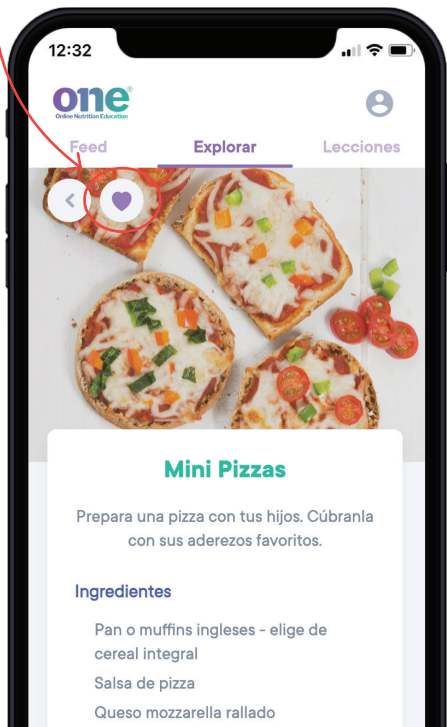
Personalizar

Toca **el icono del perfil** para elegir un idioma, editar la información de contacto, actualizar los miembros de tu familia o cambiar la contraseña. Tu lista de favoritos y las lecciones que has completado están en tu página de perfil.



Favoritos

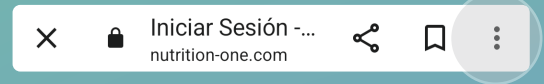
Crea tu lista de artículos y recetas favoritas tocando **el corazón** en la esquina superior.



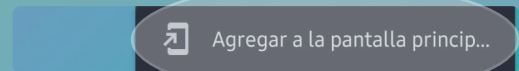
Guarda **un icono de acceso directo** en la pantalla de inicio de tu teléfono!

Android: (Chrome)

1. Selecciona el botón de menú.



2. Toca "Agregar a la pantalla principal."



iPhone: (Safari)

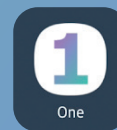
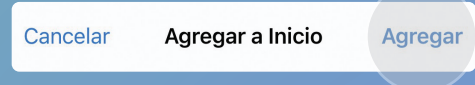
1. Toca el botón "Compartir."



2. Selecciona "Agregar a Inicio."



3. Toca en "Agregar."



Quando hayas iniciado tu cuenta ONE, **podrás abrirla con solo tocar un botón.**



Escanear para más instrucciones



¿Alguna pregunta?

Envíanos un correo electrónico a help@nutrition-one.com

ONEBROS R2