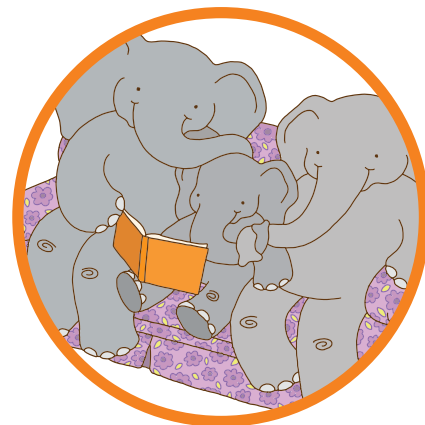








# Pasar Tiempo Juntos

Los niños aprenden y prosperan en medio de relaciones seguras. Mantener una relación cálida entre padres y niños promueve un desarrollo social, emocional y cognitivo saludable.



## Formas de mejorar el desarrollo social y emocional de su niño día a día:

-  **Hable y escuche a su niño.** Hable en voz alta sobre lo que está haciendo, viendo, escuchando y pensando durante el día. Los bebés “hablan” usando muchos sonidos, gestos y acciones. Cuando el bebé balbucee, responda. Muestre su emoción cuando empiece a decir palabras.
-  **Lean, jueguen y exploren juntos.** Participe activamente: es la mejor manera de aprender y construir relaciones a cualquier edad. Exploren el exterior. Tenga en cuenta los intereses y personalidad del niño al elegir actividades. Los niños pequeños necesitan actividad física todos los días ... y también los padres.
-  **Dé bondad y comprensión.** Responda a las necesidades de su niño con prontitud; sea gentil y hable con amabilidad. Muestre empatía cuando el niño esté molesto. Trate a su niño con los mismos modales y respeto con que trata a los demás. Su niño es tan importante como ellos.
-  **Haga contacto visual y sonría.** Las expresiones faciales pueden mostrar al niño que es amado y apreciado. El contacto visual atento y una sonrisa cálida construyen su sentido de confianza, autoestima y seguridad. Haga un esfuerzo consciente para concentrarse en su niño.
-  **Sea consistente; establezca rutinas.** Los niños pequeños son más felices cuando la vida es predecible y saben qué esperar. Proporcione comidas y snacks en horarios regulares a su niño. Establezca rutinas para las actividades diarias.
-  **Proporcione un ambiente seguro.** Esté alerta a los peligros de seguridad y problemas de salud. Respete los sentimientos de su niño; ofrezca consuelo y manténgase cerca cuando su niño sienta temor.



## Disfruten el Tiempo Juntos Hoy