

# LAS CLAVES DE LA CRIANZA™

## SOY CLAVE PARA EL ÉXITO DE MIS NIÑOS

Practico intencionalmente estas 6 ideas para fortalecer el bienestar de mis niños.

*Si no lo hago yo, ¿quién lo hará? Si no lo hago ahora, ¿cuándo lo haré?*

### 1 EL QUE PERSEVERA, ALCANZA

- Celebro los esfuerzos de mis niños para que no se rindan.
- Los apoyo en los momentos difíciles y les enseño que aún de los errores se aprende.
- Les explico que siempre tienen que dar lo mejor que tienen.

### 2 APOYO EL APRENDIZAJE DE MIS NIÑOS TODOS LOS DÍAS

- Leo libros con mis niños diariamente y les hago preguntas sobre la historia.
- Me divierto con mis niños; canto canciones y juego con ellos todos los días.
- Cuento en voz alta con mis niños pequeños.

### 3 MIS PALABRAS TIENEN UN EFECTO PODEROSO SOBRE MIS NIÑOS

- Hablo con mis niños cariñosamente y los escucho con atención para acercarme a ellos.
- Les comparto mi cultura y valores con historias y fotos de mi propia niñez.
- Les hablo a lo largo del día sobre las tareas de la casa.
- Mi hijo y yo tomamos turnos para hablar y escuchar durante nuestras conversaciones.

### 4 MI FAMILIA COME JUNTA, DUERME BIEN, Y HACE EJERCICIO

- Mis hijos se duermen temprano y a la misma hora todas las noches.
- Hago ejercicio con mis niños al aire libre regularmente.
- Límito cuánta TV ven mis niños y cuánto usan sus teléfonos y electrónicos.
- Comemos comida saludable, en familia.
- Cuando estoy estresado, respiro hondo, hablo con otro adulto o me voy a caminar.

### 5 RESPALDO A MIS NIÑOS EN LA ESCUELA

- Me aseguro que van a la escuela todos los días listos para aprender.
- Apoyo a mis hijos con su tarea escolar.
- Me mantengo informado sobre la escuela y voy a los cafecitos, las presentaciones de mis niños y las conferencias entre padres y maestros.
- Trabajo con los maestros de mis niños para que juntos, les ayudemos a sobresalir en la escuela.

### 6 RESPALDO A MIS NIÑOS EN LA COMUNIDAD

- Persevero para que mis niños obtengan los servicios que necesitan, en las agencias comunitarias y en las oficinas del gobierno.
- Cuando necesito información para mis niños sobre comida, seguro médico, y otros servicios, voy a mi agencia comunitaria local o llamo al 2-1-1.
- Frecuentemente voy con mis hijos a las bibliotecas, museos y parques de la comunidad.
- Voy a esforzarme por aprender inglés.



**Grail Family Services**