

A lo largo de esta guía verá estas secciones:



Reflexione: Esta sección brinda la oportunidad de reflexionar sobre nuestros valores, creencias y experiencias sobre un tema determinado. A veces, las preguntas le piden que piense en su propia infancia y otras se centran en su experiencia actual como cuidador/a.

APRENDA



Aprenda: Aquí encontrará información específica sobre el tema de la sesión, desde la perspectiva del desarrollo infantil o estrategias de crianza relevantes.



¿Sabía Que?: Esta sección incluye información útil de las últimas investigaciones, así como consejos para ayudarle con cada tema.



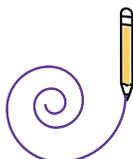
Practique y planifique: Aquí compartimos detalles sobre cómo implementar una estrategia de crianza y le invitamos a probarla en casa.



El Autocuidado: La crianza de los hijos es difícil. Esta sección comparte sugerencias y actividades de cuidado personal que lo invitan a tomarse un minuto para usted.



Afirmación: Tómese un momento para afirmarse completando estos ejercicios de autoafirmación.



Exprésese: Utilice este espacio para escribir y dibujar lo que quiera.