

**En familia
nos cuidamos estableciendo
rutinas que nos ayudan a organizar
las labores cotidianas**



FAMILIAS BUENA ONDA

Momentos de higiene:

Generar hábitos de limpieza y desinfección promueve el cuidado personal y nos ayuda a evitar enfermedades.

Momentos de alimentación:

Comer requiere de un tiempo y espacio determinado para favorecer su aporte a nuestra salud.



Momentos de descanso:
Facilitar el buen dormir ayuda al desarrollo mental, social y emocional de niñas y niños.

Momentos de lectura:
Leer en familia es un hábito muy importante para el desarrollo de niñas y niños.

