



# Componentes Básicos para un Futuro Mejor

*Recursos para ayudar a asegurar que todos nuestros niños estén "AOK"*

---

## 10 + 1 Consejos para ser un padre envuelto



### 1. El apoyo y respeto de la madre por sus niños.

Ambos padre y madre demostrando respeto el uno por el otro, los niños crecen en un ambiente seguro y saludable. Los niños aprenden a ser receptivos y además ganan respeto para ellos y otros.

### 2. Trabajando juntos como un equipo, compartiendo igualmente todas las tareas de sus niños.

Levántese de noche y ayude a cuidar a su niño. Tome un papel activo brindando apoyo con el niño recién nacido que se alimenta del pecho. Discuta con su pareja las preocupaciones y problemas que tiene acerca de la salud, seguridad y crecimiento de sus niños.

### 3. Pase tiempo con sus niños.

Leále a su niño. Juegue con él o ella. Asista a los eventos escolares de su niño, como concierto musical y los deportes. Participe en el salón de clases o ayude con una excursión o paseo. Las recompensas son grandes y perduraran por el resto de su vida en ambos Usted y su niño.

### 4. Demuestre amor y afección a su niño.

Comprométase con el bienestar emocional de su niño. Anime y enseñe a su niño a vivir una vida con intimidad e integridad y respeto por otros. Estableciendo fronteras, marcando límites razonables y disciplinando de una manera justa puede ser necesario en ocasiones.

Para mayor información, por favor visite el sitio Web del Departamento de Salud del Condado de Kane: [kanehealth.com/aok.htm](http://kanehealth.com/aok.htm) o llame al 630-208-3801



## **10 + 1 Consejos para ser un padre envuelto**

### **5. Proteja a su familia.**

Disfrute de la maduración física de su niño y este consciente del registro de vacunas, visitas al doctor y dentista de sus niños. La salud de su niño es tanto su responsabilidad como lo es el ser madre de ese niño.

### **6. Pasar tiempo juntos como familia.**

Compartir una comida juntos todos los días. Mientras comen, escuchen a sus niños y anímelos a hablar sobre su día. Provéales apoyo y consejos sobre como lidiar con algunas de las situaciones experimentadas.

### **7. Dígale su historia.**

Su historia, la de sus padres y su propia familia puede ser interesante para su niño. Un niño joven muchas veces siente que el mundo comenzó cuando él o ella nacieron. Usted no necesita decir todos los detalles de su historia, pero si aquellos detalles que puedan dejarle sentir a su niño que usted también fue niño alguna vez, que creció y se convirtió en un padre comprometido.

### **8. Promueva y fomente que su area de trabajo sea padre amable.**

Organice un evento para padres con sus colegas, como un picnic para padres. Tenga fotografías de su familia en su area de trabajo y tenga con usted retratos que sus niños le hallan hecho. Si es posible promueva el día de traer su niño a su trabajo.

### **9. Sea un ejemplo.**

Modele a su niño el comportamiento, honestidad y auto disciplina. Gane el derecho de ser escuchado por sus niños. Recuerde, su niño está observandolo a usted y como interactua con otros.

### **10. Ser un padre comprometido es para toda la vida.**

Sus niños creceran y quizas eventualmente tendran sus propios niños. Su participación en sus vidas y en la de sus hijos es continua. La paternidad es un compromiso de toda la vida y su relación con su hijo es para siempre.

### **10+1. Los papás lo pueden hacer!**

Crea en usted mismo y en su potencial para ser un padre cuidadoso y activo. Cada niño merece un padre cariñoso y comprometido.

**Distribuido por:**