

TEMA ABORDADO	FECHA DE SOCIALIZACIÓN	EVIDENCIA
<p>IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO</p>	<p>17/10/2023 (2ENCUENTROS) 19/10/202</p>	<div data-bbox="626 548 1000 1073"> <p><b>¿COMO SE PROMUEVE?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cuidados personales: <i>Aprender a cuidarse a sí mismo es una habilidad esencial para la vida.</i></li> <li>El baño, un momento feliz: <i>A la hora del baño, crea un juego donde tu hijo le hable a cada parte del cuerpo diciendo lo mucho que lo quiere y cómo lo desea cuidar.</i></li> <li>Descanso y sueño <i>Es importante asegurarse de que los niños y los jóvenes duerman lo suficiente para que tengan suficiente energía para las actividades del día siguiente.</i></li> <li>Vestido y desvestido <i>Aprender a vestirse de forma independiente es una habilidad importante para la vida. Le da a su hijo una sensación de logro para dominar una nueva habilidad.</i></li> </ul> </div> <div data-bbox="626 1146 1000 1619"> <p><b>HABLEMOS!!</b></p> <p>El autocuidado personal, físico y emocional son pilares importantes del bienestar a cualquier edad. Durante la niñez son los padres de familia quienes velan porque sus hijos tengan buena salud, pero también, mediante hábitos, les enseñan a ser autónomos y practicar el autocuidado. Estas enseñanzas perduran a lo largo de los años y determinan la calidad de vida en la adolescencia y cuando son adultos.</p> </div> <div data-bbox="1081 327 1455 831"> </div> <div data-bbox="1081 890 1455 1314"> </div> <div data-bbox="1081 1365 1455 1856"> </div>