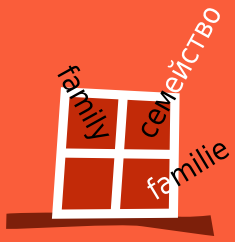
Mi familia y yo

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN **CONTRA EL MALTRATO INFANTIL**



Ayuntamiento de Lebrija

LEBRIJA TV

DIPUTACIÓN DE SEVILLA
www.dipusevilla.es

Ideas frescas para familias saludables

1. La familia es como un ser vivo: va cambiando con el tiempo, ¡como tú!

2. Cada hijo e hija son diferentes: nos los trates del mismo modo.

3. Deja que tu niño/a explore, que tenga responsabilidades y que se equivoque. Mantente siempre cerca, tu guía y apoyo son esenciales en su aprendizaje.

4. No te olvides de que las normas, límites y prohibiciones también son una muestra de cariño. Los niños y niñas se sienten protegid@s y querid@s cuando saben que nos ocupamos de ellos y de ellas.

5. Cuando tengas dudas, sírvete del sentido común como faro que te llevará a buen puerto.

6. La frustración es una sensación desagradable, pero forma parte de la vida. No prives a tu niñ@ de ella y enséñale a manejarla.

7. La autoestima se va desarrollando a lo largo de la vida y crece con la confianza. Hazle saber que confías en él o en ella: ¡hazlo de verdad!

8. Dales cariño siempre. Si quieres hacerle un buen regalo, piensa en aquello que le gustaría hacer contigo: ¡regálales tiempo!

9. Si tu hijo o hija es tu amig@, piensa en quién cuida de quién y recuerda siempre que la persona adulta eres tú.

10. Cuídate mucho: ocúpate de tu salud, de tus hábitos, de tu entorno y de tus relaciones. Si no cuidas de ti es difícil que puedas cuidar de tus hijos e hijas.

11. Las pérdidas y dificultades forman parte de la vida: no les engañes. Ayúdales a aceptarlas y acompáñales.

12. Enséñale a disfrutar del arte y de la creatividad. Permítele jugar. El juego es una poderosa vacuna contra las enfermedades mentales.

Tú eres el mejor padre y la mejor madre que tu hijo o hija puede tener

family семейство familie