

small moments, **BIG IMPACT**

Connecting and Communicating With Your Child During Daily Routines

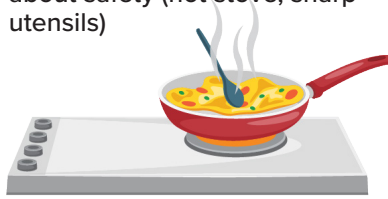
AT THE GROCERY STORE

- Give your child a list of items they can find & add to the cart
- Talk about the different foods you see (colors, shapes, etc.) & choose one new food to try
- Talk about waiting & being patient while waiting in line



WHILE MAKING MEALS

- Your child can help you stir, add ingredients, and wipe up spills
- Talk about the textures of the foods & do a taste test
- Use this as an opportunity to talk about safety (hot stove, sharp utensils)



DURING MEALTIME

- Even very young children can help set the table
- Use good manners when asking to pass food items around the table
- If there is a spill, practice patience and acceptance



BATHTIME

- While washing, describe how the soap and water feel on your skin
- Sing songs about body parts
- Talk about how bath time makes you feel calm and relaxed
- What do you smell? Does the water make sounds?
- Allow your child to wash a favorite toy



LAUNDRY

- Folding laundry develops motor skills & offers a great opportunity to discover different textures
- How does it feel? Is it soft or rough?
- Does it make you feel warm and cozy?



IN THE CAR

- Play 'eye-spy' with shapes & colors
- Sing songs
- Talk about your day
- Have a bag with car-safe toys for long trips



BEDTIME & WAKE UP ROUTINES

- Connect during routines: Talk about your day, ask questions about your child's successes & challenges from that day
- Read a story
- Practice relaxation techniques and talk about how your body feels



pequeños momentos, **GRAN IMPACTO**

Conectar y comunicarse con su hijo durante las rutinas diarias

EN LA TIENDA DE COMESTIBLES

- Dele a su hijo una lista de artículos que puede encontrar y agregar al carrito
- Hablen sobre los diferentes alimentos que ven (colores, formas, etc.) y elijan un nuevo alimento para probar
- Hablen sobre esperar y ser pacientes mientras esperan en la fila



MIENTRAS PREPARA LA COMIDA

- Su hijo puede ayudarlo a revolver, agregar ingredientes y limpiar derrames
- Hable sobre las texturas de los alimentos y haga una prueba de sabor
- Aproveche esta situación como una oportunidad para hablar sobre seguridad (estufa caliente, utensilios afilados)



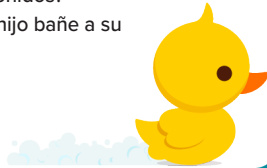
DURANTE LA HORA DE LA COMIDA

- Incluso los niños muy pequeños pueden ayudar a poner la mesa
- Use buenos modales cuando pida que le pasen alimentos alrededor de la mesa
- Si algo se derrama, practique la paciencia y la aceptación



HORA DEL BAÑO

- Mientras se baña, describa cómo se siente el jabón y el agua en su piel
- Cante canciones sobre las partes del cuerpo
- Hable sobre cómo la hora del baño le hace sentir tranquilo y relajado
- Pregunte ¿Qué olores sientes? ¿El agua hace sonidos?
- Permita que su hijo bañe a su juguete favorito



LAVADO DE ROPA

- Doblar la ropa desarrolla las habilidades motoras y ofrece una gran oportunidad para descubrir diferentes texturas
- ¿Cómo se siente?
¿Es suave o áspero?
- ¿Te hace sentir cálido y acogedor?



EN EL AUTOMÓVIL

- Jueguen al "eye-spy" [veo veo] con formas y colores
- Canten canciones
- Hablen sobre su día
- Tenga una bolsa con juguetes seguros para el automóvil para viajes largos



RUTINAS PARA LEVANTARSE Y ACOSTARSE

- Conecte durante las rutinas: Hable sobre su día, haga preguntas sobre los éxitos y desafíos de su hijo de ese día
- Lean un cuento
- Practiquen técnicas de relajación y hablen sobre cómo se siente el cuerpo

