



Construyendo un Mundo Predecible

Taller Hábitos de Sueño

Hábitos de Sueño				
TIEMPO	CONTENIDOS Y/O ACTIVIDADES	RECURSOS DIDACTICOS	MATERIAL A REPARTIR	MÚSICA
2 min	Bienvenida Taller del programa Construyendo un Mundo Predecible Presentación de las expertas en Sueño de A la Camita *Pasar lista		Pasar lista de asistencia	
70 min	Conferencia Hábitos de Sueño <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo del sueño • Cómo esta estructurado • Cómo funciona sueño • Problemas más típicos y cómo resolverlos... • Necesidades por edad • Importancia de dormir, cómo afecta en su desarrollo • Objeto de seguridad: chupón, mamila • Horarios y necesidades • Siestas, horas recomendadas por edad 	Presentación en Power Point de A la Camita	-	-
20 min	Preguntas y respuestas	-	-	-
5 min	Cierre	-	-	-