

Crianza compartida: 5 acciones para ser un padre presente

Ser un hombre que es papá hoy significa **participar todos los días**.
No se trata de "ayudar", sino de estar presente, de decidir y de cuidar en conjunto.

#1 El cuidado también es tu responsabilidad

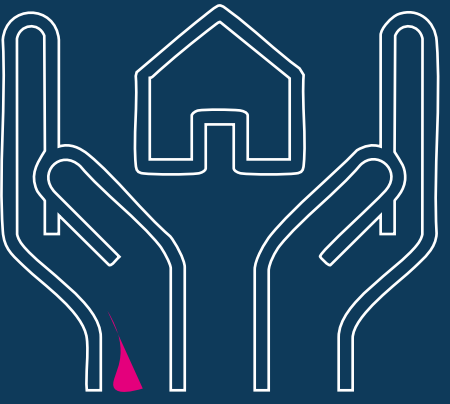
No lo veas como un favor.

Asume tu participación como una parte fundamental de la vida familiar.



Participa activamente #2

No esperes a que te lo pidan.



0 a 12 años

Hazte cargo de alguna tarea diaria, como la comida o el armado de la mochila.

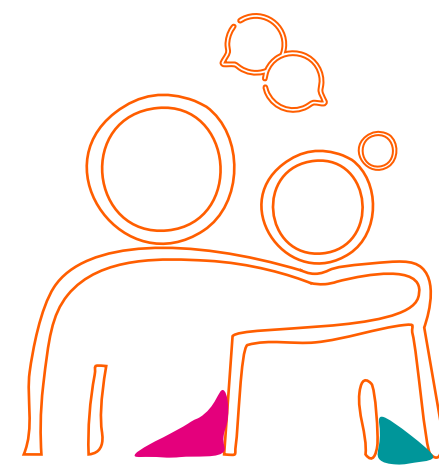
13 a 17 años

Colabora con un proyecto escolar o con un traslado.

#3 Escucha con atención

Dale valor a lo que tu pareja expresa.

Pregúntale: "Además de hacerme cargo de lo acordado ¿cómo puedo apoyarte hoy?"



Estar presente en los momentos buenos y en los difíciles #4

En los días complicados tu hija o hijo también te necesita.



0 a 12 años

Celebra los pequeños y grandes logros como un dibujo que haya hecho, pero también colabora con la tarea escolar.

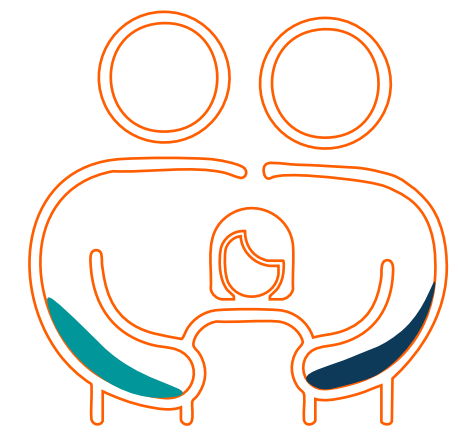
13 a 17 años

Celebra un logro escolar o deportivo, pero también dale tu apoyo en un momento de frustración.

#5 Construye un equipo

Equilibra el cuidado.

Platica en calma con tu pareja para repartir las responsabilidades equitativamente.



Recuerda

Cuando compartes el cuidado, todo mejora: la crianza de tu hija o hijo, la pareja, el hogar y la vida en común.

¡Forma parte de *Crianza con Conciencia Positiva (CC+)* y acompaña a tu hija/o a descubrir el mundo!



Envía la palabra "socios" por WhatsApp al 56 5100 6984 y recibe gratis consejos prácticos sobre crianza.

Si lo prefieres, también puedes acceder aquí: <https://bit.ly/crianzaconciencia>