



Vaya con su niño al bosque y ase una manzana o una salchicha sobre el fuego. La estancia en el aire libre es buena y fortalece la salud.

Envíe a su niño a pie a la escuela. Caminar es saludable. En el camino tiempo tiempo de charlar y reírse con sus amigos.



Todos los niños necesitan experiencias diversas y elementales para su desarrollo. Cuando los niños estan en el parque o en el bosque con los ojos abiertos, las orejas paradas y el olfato fino y allí pueden ir en un viaje de descubrimiento con las manos y los pies, aprenden a comprender el mundo.

Queridos padres, brindelen a su niño si es posible todos los días oportunidad para esto – con sol, nieve y lluvia.

Nosotros les deseamos mucha alegría con esto.

Fachstelle Kinderhexe & Zaubermann
der Katholischen Kirche Region Bern
031 300 33 59
kinderhexe-zaubermann@kathbern.ch
www.kinderhexe-zaubermann.ch

Copyright by Kinderhexe und Zaubermann
Fotos: Sabine Tschaeppler

**Kinderhexe &
Zaubermann**



El juego al aire libre hace a los niños fuertes



Desconecte la computadora, el gameboy y también el televisor. En el aire fresco pueden los niños corretear. Eso los mantiene en forma y ágiles y pueden concentrarse mejor en la escuela.



Afuera hay mucho por descubrir y por experimentar: Observe junto con su niño una oruga o recolecten juntos semillas y hojas, con las cuales él pueda realizar un collage en casa. El juego con materiales naturales estimula la fantasía y ayuda a los niños a encontrar soluciones creativas en la vida cotidiana.



Déle a su niño ropa que pueda ensuciarse. De esta manera podrá jugar realmente, investigar y comprender. Al mismo tiempo aprende a conocer sus límites y ve su progreso. Eso le da confianza en sí mismo.

Déle tiempo a su niño , cuando hace equilibrio sobre un muro bajo o se sube a un árbol. Los niños que regularmente trepan, saltan y brincan, son menos propensos a accidentes.



No hay nada más lindo, que embalsar un arroyo o saltar en un charco. Los niños aprenden jugando a conocer las leyes de la naturaleza.