BEDTIME FOR BABY

A new baby wakes up many times at night. This is normal.

A new baby's brain does not work like yours.
That is why she wakes up so much.

Find out what your baby likes you to do when he is tired.

Change his diaper. Feed him. Rock him. Sing to him.
Help him go back to sleep.

Play soft music. Turn off the lights.

Put your baby on her back to sleep to keep her safe.

She likes the same toy or blanket when she sleeps.

When you do the same things each time before baby goes to sleep, he feels safe and falls asleep faster.

When you do the same things each time, your baby's brain grows.

Read a book to your baby before she goes to sleep.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

BEDTIME FOR BABY

A new baby wakes up many times at night. This is normal.

A new baby's brain does not work like yours.
That is why she wakes up so much.

Find out what your baby likes you to do when he is tired.

Change his diaper. Feed him. Rock him. Sing to him.
Help him go back to sleep.

Play soft music. Turn off the lights.

Put your baby on her back to sleep to keep her safe.

She likes the same toy or blanket when she sleeps.

When you do the same things each time before baby goes to sleep, he feels safe and falls asleep faster.

When you do the same things each time, your baby's brain grows.

Read a book to your baby before she goes to sleep.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

BEDTIME FOR BABY

A new baby wakes up many times at night. This is normal.

A new baby's brain does not work like yours.
That is why she wakes up so much.

Find out what your baby likes you to do when he is tired.

Change his diaper. Feed him. Rock him. Sing to him.
Help him go back to sleep.

Play soft music. Turn off the lights.

Put your baby on her back to sleep to keep her safe.

She likes the same toy or blanket when she sleeps.

When you do the same things each time before baby goes to sleep, he feels safe and falls asleep faster.

When you do the same things each time, your baby's brain grows.

Read a book to your baby before she goes to sleep.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

LA HORA DE ACOSTARSE PARA EL BEBÉ

Un bebé nuevo despierta muchas veces por la noche. Esto es normal.

El cerebro de una bebé nueva no trabaja como el suyo. Por eso ella despierta tanto.

Averigüe que es lo que a su bebé le gusta que usted haga cuando él está cansado.

Cambie su pañal. Aliméntelo. Mézalo. Cántele. Ayúdelo que vuelva a dormir.

Ponga música suave. Apague las luces.

Para dormir, ponga a su bebé de espalda para mantenerla segura.

A ella le gusta el mismo juguete o cobija cuando duerme.

Cuando usted siempre hace las mismas cosas antes de que su bebé se duerme, él se siente seguro y se duerme más rápido.

Cuándo usted siempre hace las mismas cosas cada vez, el cerebro de su bebé crece.

Léale un libro a su bebé antes que ella se duerma.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.

LA HORA DE ACOSTARSE PARA EL BEBÉ

Un bebé nuevo despierta muchas veces por la noche. Esto es normal.

El cerebro de una bebé nueva no trabaja como el suyo. Por eso ella despierta tanto.

Averigüe que es lo que a su bebé le gusta que usted haga cuando él está cansado.

Cambie su pañal. Aliméntelo. Mézalo. Cántele. Ayúdelo que vuelva a dormir.

Ponga música suave. Apague las luces.

Para dormir, ponga a su bebé de espalda para mantenerla segura.

A ella le gusta el mismo juguete o cobija cuando duerme.

Cuando usted siempre hace las mismas cosas antes de que su bebé se duerme, él se siente seguro y se duerme más rápido.

Cuándo usted siempre hace las mismas cosas cada vez, el cerebro de su bebé crece.

Léale un libro a su bebé antes que ella se duerma.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.

LA HORA DE ACOSTARSE PARA EL BEBÉ

Un bebé nuevo despierta muchas veces por la noche. Esto es normal.

El cerebro de una bebé nueva no trabaja como el suyo. Por eso ella despierta tanto.

Averigüe que es lo que a su bebé le gusta que usted haga cuando él está cansado.

Cambie su pañal. Aliméntelo. Mézalo. Cántele. Ayúdelo que vuelva a dormir.

Ponga música suave. Apague las luces.

Para dormir, ponga a su bebé de espalda para mantenerla segura.

A ella le gusta el mismo juguete o cobija cuando duerme.

Cuando usted siempre hace las mismas cosas antes de que su bebé se duerme, él se siente seguro y se duerme más rápido.

Cuándo usted siempre hace las mismas cosas cada vez, el cerebro de su bebé crece.

Léale un libro a su bebé antes que ella se duerma.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.

IT'S BEDTIME

Help your child get ready for bed the same way each time.

Tell him when it is 5 minutes before bedtime.

Help her slow down before bedtime.

Put him to bed at the same time each night.

A warm bath can help her get sleepy.

Give him a healthy snack before bed.

She may like to take the same toy or blanket to bed. It makes her feel safe.

Try to keep him in his bed at night.

When you talk about today and tomorrow she learns about time.

Always tell her you love her at bedtime. It makes her feel safe. Love makes her ready to learn new things in school.

Read books to her at bedtime. She may want the same story every night. This helps her learn.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

IT'S BEDTIME

Help your child get ready for bed the same way each time.

Tell him when it is 5 minutes before bedtime.

Help her slow down before bedtime.

Put him to bed at the same time each night.

A warm bath can help her get sleepy.

Give him a healthy snack before bed.

She may like to take the same toy or blanket to bed. It makes her feel safe.

Try to keep him in his bed at night.

When you talk about today and tomorrow she learns about time.

Always tell her you love her at bedtime. It makes her feel safe. Love makes her ready to learn new things in school.

Read books to her at bedtime. She may want the same story every night. This helps her learn.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

IT'S BEDTIME

Help your child get ready for bed the same way each time.

Tell him when it is 5 minutes before bedtime.

Help her slow down before bedtime.

Put him to bed at the same time each night.

A warm bath can help her get sleepy.

Give him a healthy snack before bed.

She may like to take the same toy or blanket to bed. It makes her feel safe.

Try to keep him in his bed at night.

When you talk about today and tomorrow she learns about time.

Always tell her you love her at bedtime. It makes her feel safe. Love makes her ready to learn new things in school.

Read books to her at bedtime. She may want the same story every night. This helps her learn.

Created for the Public Library Early Learning Initiative 2004, by DLTCL, Wisconsin Department of Public Instruction with LSTA funding.

ES LA HORA DE ACOSTARSE

Ayúdele a su niño/niña siempre preparase para acostarse de la misma manera.

Dígale cuando faltan 5 minutos para la hora de acostarse.

Ayúdele a tranquilizarse antes de la hora de acostarse.

Acuéstelo a la misma hora cada noche.

Un baño tibio la puede ayudar a que le de sueño.

Dele un bocado sano antes de dormir.

Quizás le guste acostarse con el mismo jugete o cobija. Le hace sentirse más segura.

Trate de mantenerlo en su cama durante la noche.

Cuando usted habla acerca de hoy y mañana ella aprende sobre tiempo.

Siempre dígale que la ama a la hora de acostarse. La hace sentir segura. El amor la prepara para aprender cosas nuevas en la escuela.

Léale libros a ella a la hora de acostarse. Quizás ella quiera oír el mismo cuento cada noche. Esto le ayuda a aprender.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.

ES LA HORA DE ACOSTARSE

Ayúdele a su niño/niña siempre preparase para acostarse de la misma manera.

Dígale cuando faltan 5 minutos para la hora de acostarse.

Ayúdele a tranquilizarse antes de la hora de acostarse.

Acuéstelo a la misma hora cada noche.

Un baño tibio la puede ayudar a que le de sueño.

Dele un bocado sano antes de dormir.

Quizás le guste acostarse con el mismo jugete o cobija. Le hace sentirse más segura.

Trate de mantenerlo en su cama durante la noche.

Cuando usted habla acerca de hoy y mañana ella aprende sobre tiempo.

Siempre dígale que la ama a la hora de acostarse. La hace sentir segura. El amor la prepara para aprender cosas nuevas en la escuela.

Léale libros a ella a la hora de acostarse. Quizás ella quiera oír el mismo cuento cada noche. Esto le ayuda a aprender.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.

ES LA HORA DE ACOSTARSE

Ayúdele a su niño/niña siempre preparase para acostarse de la misma manera.

Dígale cuando faltan 5 minutos para la hora de acostarse.

Ayúdele a tranquilizarse antes de la hora de acostarse.

Acuéstelo a la misma hora cada noche.

Un baño tibio la puede ayudar a que le de sueño.

Dele un bocado sano antes de dormir.

Quizás le guste acostarse con el mismo jugete o cobija. Le hace sentirse más segura.

Trate de mantenerlo en su cama durante la noche.

Cuando usted habla acerca de hoy y mañana ella aprende sobre tiempo.

Siempre dígale que la ama a la hora de acostarse. La hace sentir segura. El amor la prepara para aprender cosas nuevas en la escuela.

Léale libros a ella a la hora de acostarse. Quizás ella quiera oír el mismo cuento cada noche. Esto le ayuda a aprender.

Creado para la Biblioteca Pública bajo la Iniciativa de aprendizaje de niños/niñas 2004, por DLTCL, Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin con la financiación de LSTA.