

GOOD QUESTIONS for parents

**Parenting
can be tough.**



Asking for help doesn't have to be!



CARD SET 1: INFANTS

BUENAS PREGUNTAS para padres

**Ser padres
de familia
puede ser difícil.**

¡Pedir ayuda puede ser fácil!



SERIE 1: BEBÉ

**What does your
baby's "safe sleep"
spot look like?**



**¿En qué condición
está la cama
donde duerme
su niño?**



**Who else in your
baby's life needs
to know about
safe sleep?**



**¿Quién más
en la vida de
su niño debe
saber sobre el
“sueño seguro”?**



**How do you
soothe your baby?**



**¿Cómo calma
a su bebé?**



**How do you stay
calm and in control
when caring
for an infant?**



**¿Cómo mantiene
la calma y el
control al cuidar
a su bebé?**



**What stress factors
are affecting you?
Your baby?**



**¿Qué factores
estresantes le está
afectando a usted
y a su bebé?**



**How do you
handle stressful
experiences and
help your baby
through them?**



**¿Cómo maneja
experiencias
estresantes y
cómo ayuda
a su bebé?**



**How are you
feeling since
bringing a new
baby home?**



**¿Cómo se siente
desde que llegó
su nuevo
bebé a casa?**



**Who can you reach
out to when you
need help?**



**¿A quién puede
pedir ayuda?**



Parents, ask for help and find support!

- Ask parenting questions at the doctor's office, childcare centers, schools or **1-800-CHILDREN**
- Take a parenting class or join a parent support group. SCAN's *Parent Connection Resource Guide* lists more than 50 across Northern Virginia: **scanva.org/PCRG**
- Find more information on SCAN's online Parent Resource Center or download the **FREE** mobile app: **scanva.org/PRC**

A PROJECT OF SCAN OF NORTHERN VIRGINIA

parentingcanbetough.org

¡Padres, pidan ayuda y busquen apoyo!

- Haga preguntas sobre la crianza de los hijos en el consultorio del médico, centros de cuidado de niños, la escuela o llame al **1-800-244-5373**
- Tome una clase de crianza o únase a un grupo de apoyo de padres.
¡El guía electrónico de recursos para padres de SCAN tiene más de 50 clases por todo el Norte de Virginia! Visite el sitio web scanva.org/PCRG
- Encuentre más información en línea en el centro de recursos para padres de SCAN o descargue la aplicación gratuita: scanva.org/PRC

UN PROYECTO DE SCAN OF NORTHERN VIRGINIA

parentingcanbetough.org