STELLKEY

Para imprimir · PDF gratis

Rutina para dormir para niños



¡Colorea una estrella por cada paso hecho!

Nombre _____ **Semana del** _____

	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
Pantallas apagadas	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Baño o aseo	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Pijama	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Cepillarse los dientes	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Listo para mañana	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Cuento y luz apagada	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

Cuando complete una semana, me gano: _____

Empieza a la misma hora. El cuerpo aprende cuándo toca bajar el ritmo.

¿Y si Stell guiara la hora de dormir?

En la app Stell, tu hijo sigue cada paso de la noche con Stell, se cepilla los dientes 2 minutos y gana sus estrellas él solo.

Gratis · stellkey.com · la usan más de 12 000 familias