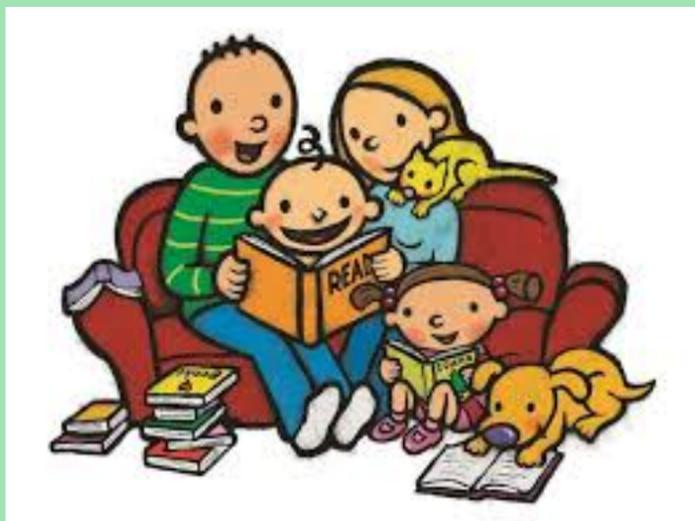




# ¿ABURRIDO? TE TENEMOS EL PLAN



## Y SI DEDICAMOS UN TIEMPO A LEER EN FAMILIA

**Desempolvemos el viejo libro guardado.**

De hecho, no importa si en casa no hay muchos libros, un trozo de periódico nos puede servir, lo importante es darnos el espacio de compartir con nuestros seres queridos. Éste también puede ser un momento para motivar a los más pequeños a mejorar sus habilidades lectoras..



## UN POCO DE EJERCICIO

**El sedentarismo puede causar estragos en nuestro cuerpo**

En casa también podemos ejercitarnos y mantenernos saludables y no es una opción sino una necesidad..



## Y QUE TAL LOS JUEGOS DE MESA?

**Dónde está el parqués**

No sólo la televisión y los aparatos electrónicos, nos sirven para desaburrirnos, una excelente opción, son los juegos de mesa. Seguramente en tu casa hay alguno, si no, incluso lo podemos inventar, de seguro alguien en tu casa conoce el ahorcado o el stop. ¡ A jugar!



## COCINAR EN FAMILIA

**Una buena oportunidad para aprender**

A veces los afanes del día a día nos llevan a cocinar y comer a las carreras sin disfrutar mucho de algo tan importante. Pero con un poco más de tiempo y paciencia, podríamos hacer de la cocina un espacio muy divertido y delicioso. Es tiempo de reinventar, crear y recrear en la cocina.



## NADA COMO UNA BUENA PELÍCULA

**Aquí te recomendamos algunas**

- En busca de la felicidad
- La vida es bella
- No se aceptan devoluciones
- A prueba de fuego
- Up
- Coco