

10 TAREAS DE LA RUTINA DIARIA FAMILIAR PARA AFRONTAR EL AISLAMIENTO

Para los niños, niñas y adolescentes, sentir que ellos también están movilizados contra la pandemia del COVID-19 les integra como ciudadanos y les hará saber que se cuenta con ellos para el futuro más próximo.

1 Jugar 

3 Estudiar 

4 Ejercicio 

7 Higiene personal 

9 Comida saludable 

2 Tiempo con sus amistades 

5 Tareas domésticas 

6 Leer 

8 Hablar con la familia 

10 Tiempo libre 