

¿Cómo podemos tener una sana convivencia en familia durante la cuarentena?



COLEGIO
EL BOSQUE
DE PUENTE ALTO



**TU SALUD
MENTAL IMPORTA**

¿Cómo podemos tener una sana convivencia en familia durante la cuarentena?



1. Acuerden juntos las normas de convivencia durante este período

2. Dividan las tareas del hogar

	L	M	M	J	V	S	D
Loza	●	●	●	●	●	●	●
Limpieza	●	●	●	●	●	●	●
planchar	●	●	●	●	●	●	●
cocinar	●	●	●	●	●	●	●
	●	●	●	●	●	●	●
	PAPA	MAMA	NICO	FER			

24-00-92
GAS

CHIL

5. Crean instancias en los que cada uno le enseñe algo al resto



4. Organicen momentos de conversación
y actividades entretenidas





6. Traten de aprovechar este tiempo para que se conozcan más entre ustedes