

Organicemos rutinas  
en casa y aprovechemos  
nuestro tiempo con estas  
cinco recomendaciones:



1. Seamos realistas con lo que podemos cumplir. Está bien no poder hacerlo todo.
2. Destinemos tiempos claros para cada actividad. Podemos incluir pausas y turnar las actividades.



3. Mostrémonos disponibles para atender las solicitudes de las niñas y los niños.

4. Distribuyamos equitativamente las tareas entre adultos e involucremos a niñas y niños.



**5.** Seamos flexibles  
y reconozcamos  
nuestro esfuerzo  
para responder a  
los retos actuales.

