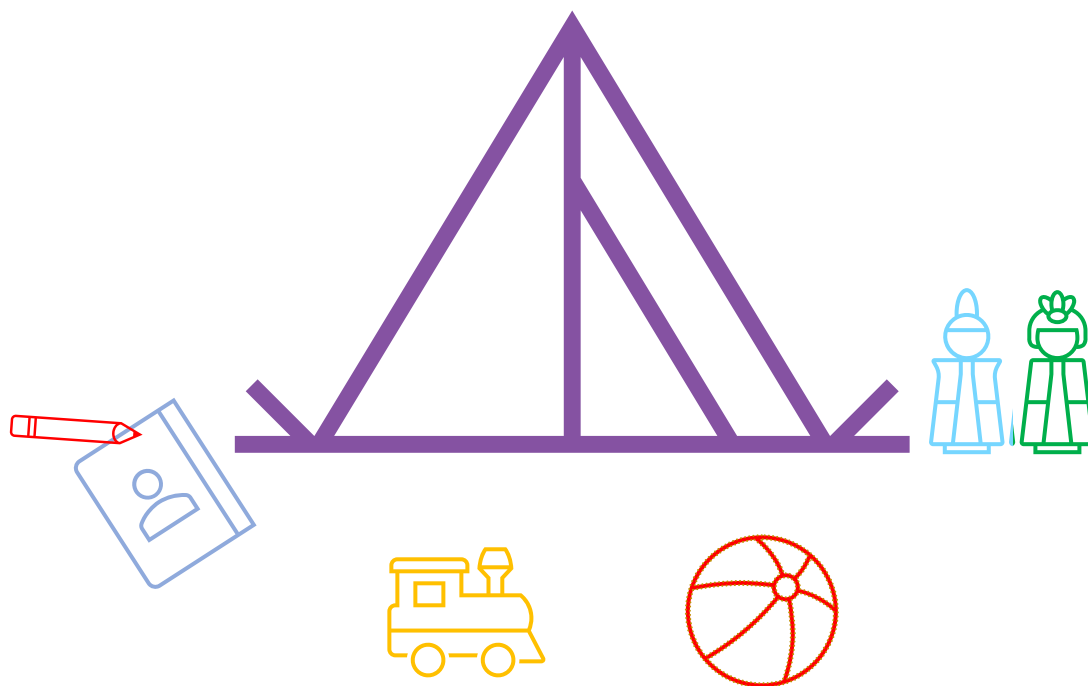


SOLEDAD

Diseñad un pequeño rincón en la casa pensado para disfrutar de la soledad. Podéis ponerle algún cojín, un libro, una mantita, algún muñeco... Ponedle un lindo cartel para que sea reconocible.

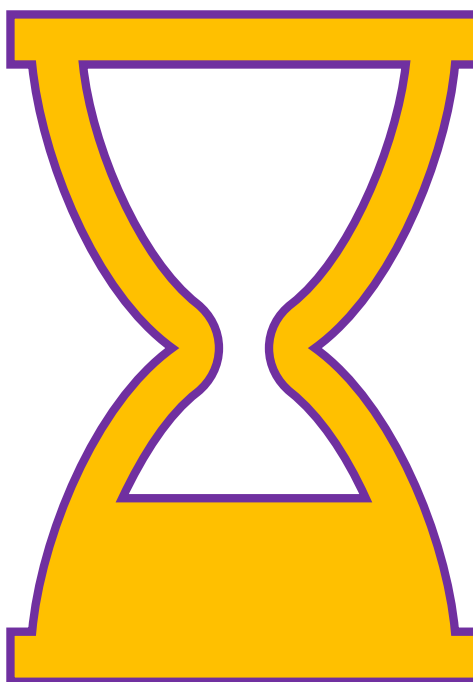
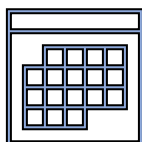
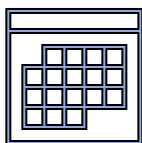
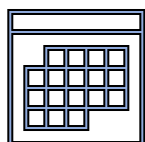
Rincón para disfrutar de la soledad



RECUERDOS

Haced una línea del tiempo familiar (o escolar). Puede hacerse de muchas maneras:

1. Pegando elementos (fotografías, dibujos, textos, pequeños objetos...) en una pared, de forma lineal.
2. Colocando elementos que sirvan como recordatorio en una zona acotada del suelo (o de una mesa).
3. Es importante que se aprecie la noción de paso del tiempo. Puede marcarse añadiendo cartelas con los meses (o días o años) y dejando el mismo espacio para marcar el mismo periodo de tiempo (medio metro para cada mes, por ejemplo).



RABIA

Practica la Rabia Cantada. Se trata de expresar tu rabia a través de una canción: ponle una letra en la que expliques cómo te sientes y por qué, y añade si quieres un baile o algún instrumento de percusión que te permita desahogar tu exceso de energía.



La torre se me cayó,
¡catapún, pun, pun!
¿El aire la derribó?
¡Catapón, pon, pon!
¿O se cayó sin ayuda?
¡Catapumba, pumba, pumba!
¿O acaso la tiré yo?
¡Catapón, pon, pon!

RESPONSABILIDAD

Partiendo de alguna de estas acciones responsables, elabora una cadena de consecuencias, para ver cuántas acciones o situaciones positivas se derivan de tu responsabilidad.

Luego, diseña una pequeña pieza de cartón en la que dibujes o representes libremente cada acción.

¿Cuán larga es tu cadena?

Por ejemplo:

Cierro el grifo
mientras me
cepillo los dientes.

Ahorro agua.

Mis padres ahorran
dinero porque la
factura del agua es
más baja.

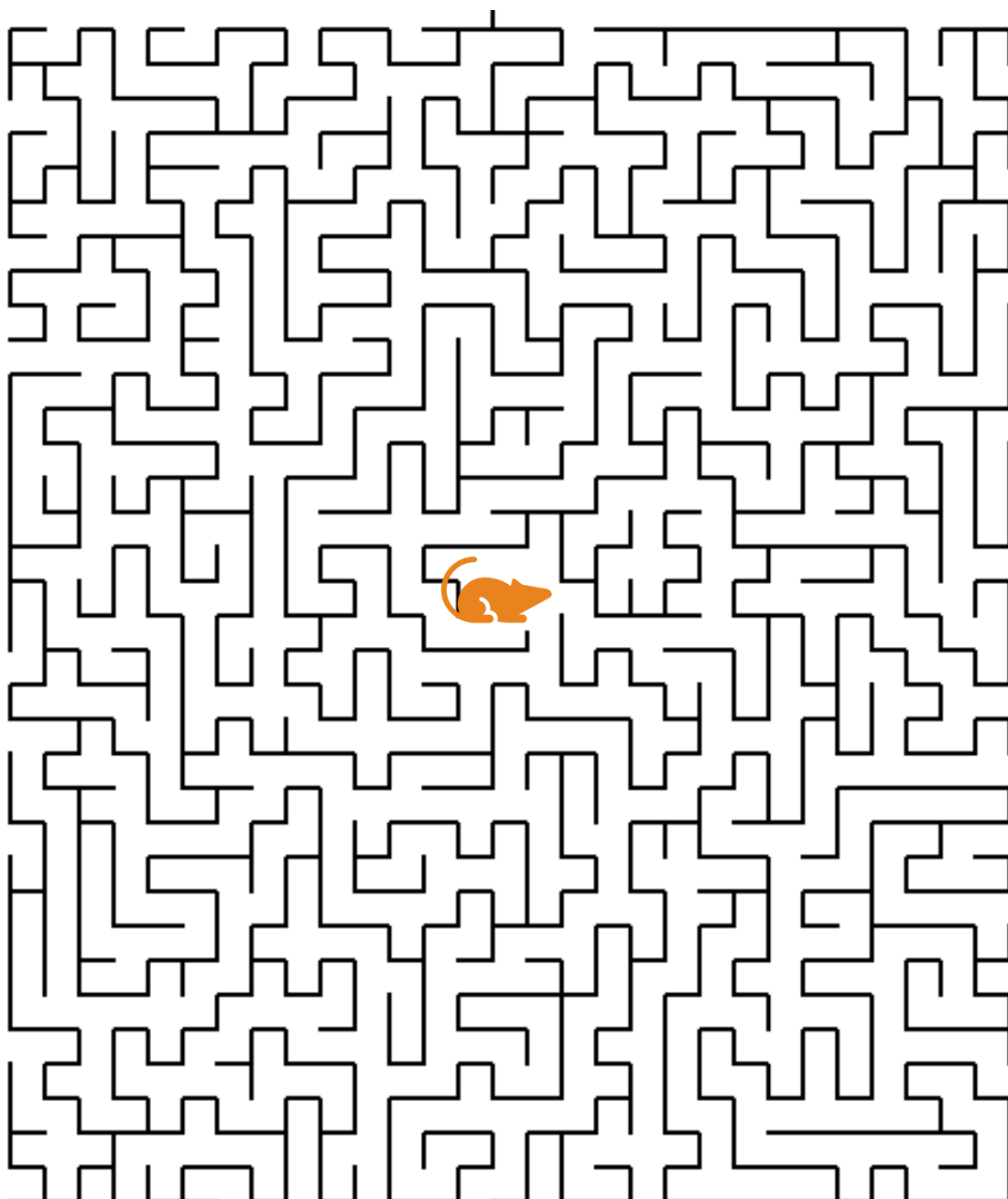
Con ese dinero,
ayudan a pagar las
gafas de mi prima
Teresa.

Con las gafas, mi
prima es apta para
ser técnica de
ambulancias.

Mi prima Teresa y
su ambulancia
salvan la vida a un
niño atropellado.

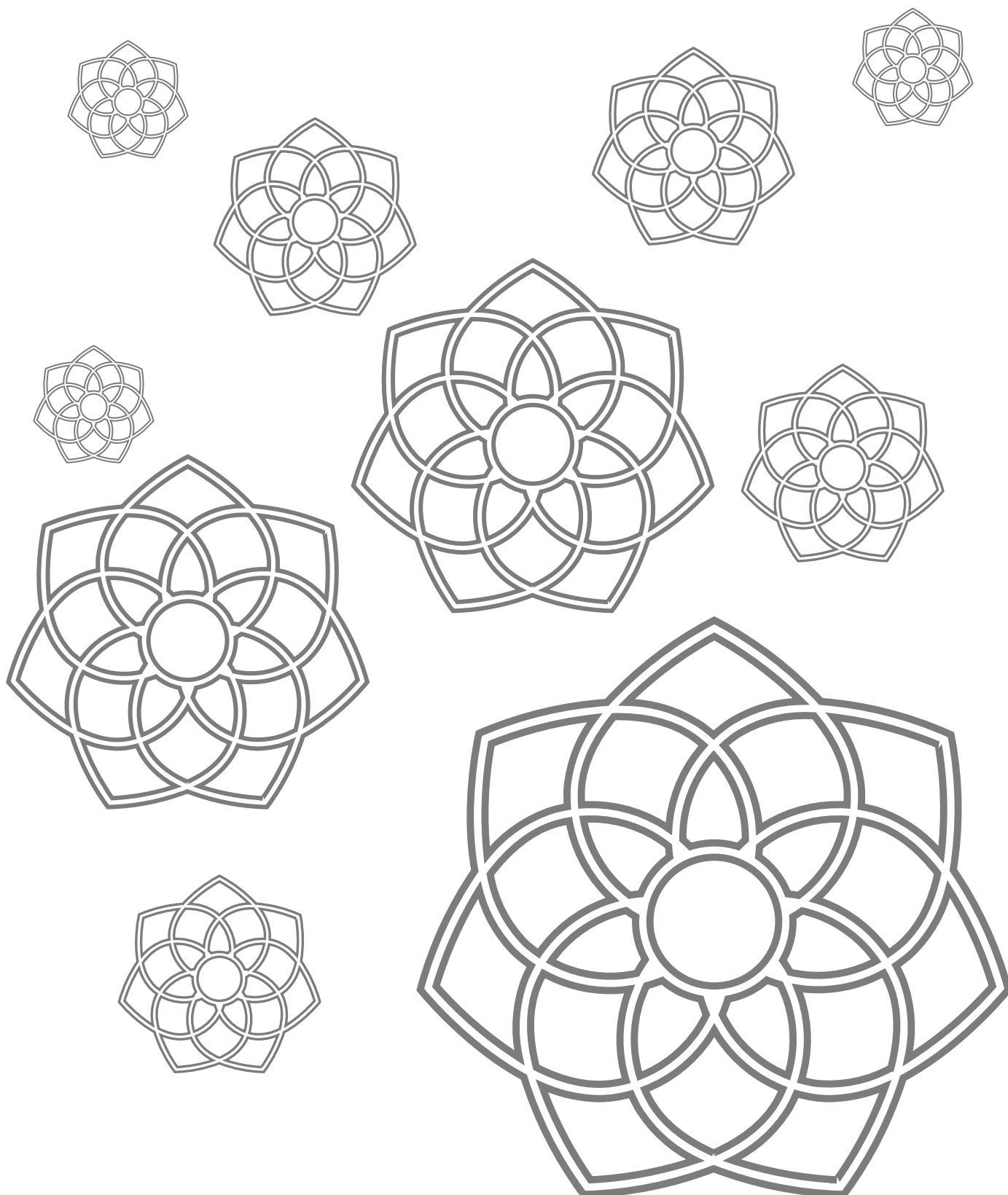
AGOBIO

El ratoncito está muy agobiado. Ayúdalo a salir de la galería.



RELAJACIÓN

Colorea esta mandala con el máximo detalle, intentando,
además, no salirte de los contornos:



DESIDIA

Haz de investigador/a durante unos días: explora tus alrededores y registra los signos de desidia que encuentres (si es posible, haz fotos).

- **Papeleras mal vaciadas.**
- **Rincones sucios o mal saneados.**
- **Grietas sin reparar.**
- **Jardines sin cuidar...**
- **Carteles medio borrados.**

Haz un Álbum de la Desidia con fotografías que hayas tomado.

Por último, haz propuestas para mejorar la situación.

Luego, diseña una pequeña pieza de cartón en la que dibujes o representes libremente cada acción.

MOTIVACIÓN

El nuevo supermercado del barrio está buscando maneras de mantener motivados/as a sus trabajadores y trabajadoras. Busca maneras de hacer que el trabajo sea más agradable o divertido.

Por ejemplo:

- Imagina que los empleados se pueden disfrazar. Explica de qué lo haría cada uno (reponedores/as, cajeros/as, frutero/a...) y por qué.
- Imagina que los empleados solo pueden contestar a los clientes con rimas. Indica cómo responderían a estas preguntas:

¿Cuánto cuesta la sandía?

¿Dónde encuentro el café?

¿A qué hora cierran?

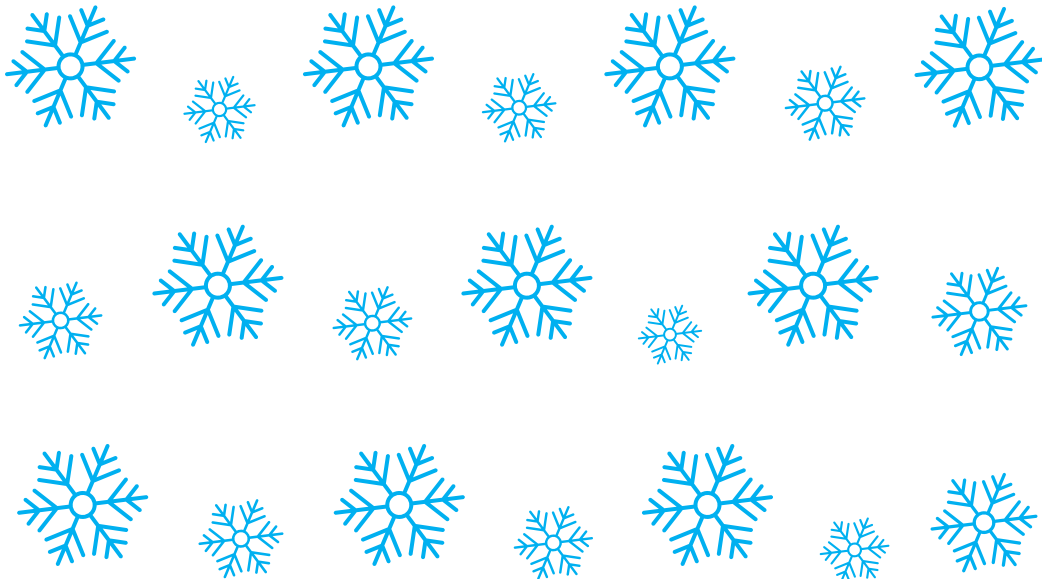
¿Esta leche es fresca?

- Imagina maneras divertidas para que los empleados se desplacen por la tienda.
- Imagina maneras divertidas para reponer los productos en las estanterías.

ABATIMIENTO

Imagina que eres un/a explorador/a que se ha aventurado en el polo norte... El primer día en que atraviesas la inmensa blancura te emocionas..., pero poco a poco, tras muchos días sin fin, caminando y caminando, la aventura se hace dura y vas sucumbiendo al abatimiento.

- **Escribe la primera página de tu diario.**
- **Y luego, la última.**



JUGAR

Piensa cómo puedes convertir una tarea doméstica que se te haga pesada en un juego.

Aquí tienes algunas ideas. Tú tendrás que decidir el número de participantes, la duración, las reglas de juego...

El objetivo siempre debe incluir que la tarea se realice.

La ventana invisible

Enceste en lavadora

Carrera contra el lavaplatos

El campeonato de hacer la cama a la pata coja