

HORARIO EN CUARENTENA

9.00h. ¡En marcha! Desayuno, aseo, vestirse y arreglar la habitación.

10.00h. Tareas del cole.

11.00h. Descanso para almorzar.

11.20h. Continuamos las tareas del cole.

12.00h. Ayudamos en casa y luego... tiempo libre sin pantallas.

13.00h. Momento de lectura.

13.30h. ¡A comer!

14.30h. Después de asearnos, descanso o juego tranquilo.

16.30h. Hacemos un poco de ejercicio físico.

17.00h. Merienda.

17.30h. Tiempo libre.

18.30h. Ocio en familia: peli, juegos...

20.00h. Ducha y pijamas.

20.30h. Cenamos.

21.30h. ¡A la cama!

