

## Cómo quedar positivo y sano en la situación actual

1. ¡Lava tus manos muchas veces y bien!
2. ¡Duerme bien! (No es tan difícil cuando estamos en casa 😊)
3. ¡Come mucha verdura y fruta!
4. ¡No vayas fuera cuando no es necesario!
5. ¡Ponte la mascarilla siempre cuando sales de casa!
6. ¡Disfruta con tu familia!
7. ¡Haz deporte!
8. ¡Aprovecha el tiempo libre para hacer las cosas que terminaron con las palabras „Cuando sea el tiempo“!
9. ¡Aprende algo nuevo!
10. ¡No olvides a tus abuelos, porque solo una llamada puede hacer mucho!



Siempre deja  
la ventura una  
puerta abierta  
en las desdichas,  
para dar  
remedio a ellas.

CITA DIARIA DEL LIBRO

---

**DON QUIJOTE DE LA MANCHA**  
de Miguel de Cervantes