



Hola! Sé que estás un poco mal por lo del coronavirus y la cuarentena, así que me gustaría mostrarte un par de cosas que espero que te gusten. ¿Te animas?



Cosas divertidas para hacer en la cuarentena

- Ver series y películas en Netflix
- Retomar proyectos no terminados

- Escribir un diario sobre tu vida en la cuarentena
- Pasar más tiempo con tu familia

- Hacer manualidades con papel
- Plantar una pequeña huerta en tu balcón\jardín

- Aprender a tejer o coser
- Cocinar más seguido
- Dibujar o pintar

Son bastantes cosas que puedes hacer, no crees?

Recuerda:

1. Esta cuarentena no va a durar por siempre, así que tómatelo con calma y relájate.
2. Si vives en un departamento pequeño y tienes muy poco espacio y privacidad, te recomiendo seguir estos pasos para relajarte:

- Hazte un té de cualquier sabor
- Ve a tu pieza
- Échate en tu cama
- Enciende tu música favorita
- Ponte los audífonos
- Y disfruta!



1. Si ves muchas noticias, trata de no hacerlo tanto, ya que te pueden llegar a hacer bastante mal y desanimarte.

Ánimo!!!



Tu puedes!!!



Y, como dice la canción...

Don't give up!!!