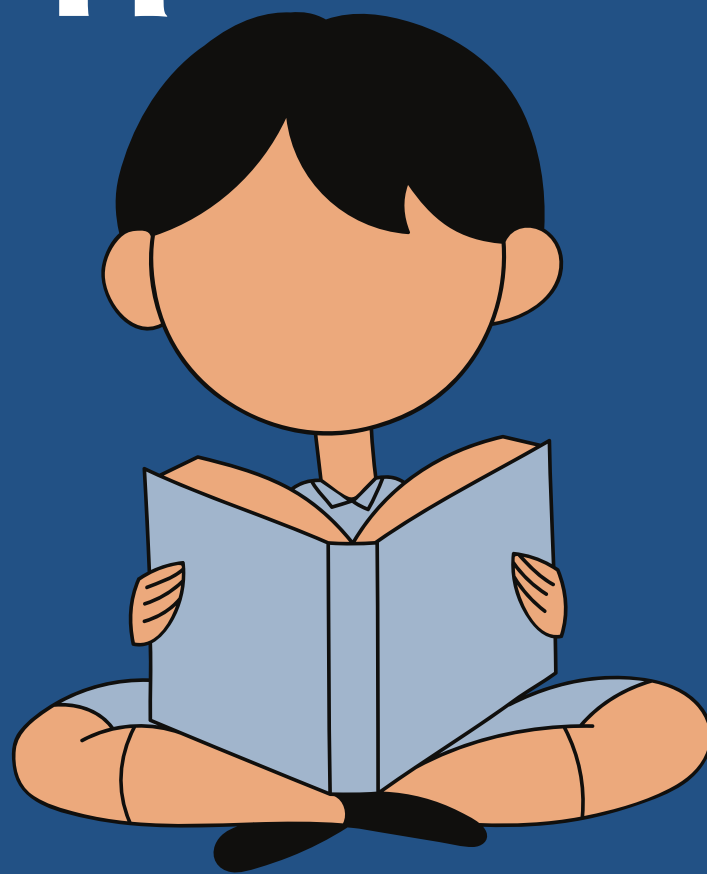


# Consejos para la educación remota



UNIVERSIDAD  
DE CHILE



**VID**  
UNIVERSIDAD DE CHILE



# Prepara el espacio de trabajo



Es ideal tener buena iluminación, ventilación e inmobiliario adecuado.



# Minimiza las distracciones



Aléjate de todo que te pueda desconectar.



UNIVERSIDAD  
DE CHILE



**VID**  
UNIVERSIDAD DE CHILE



# Toma descansos

Distraerte es importante para controlar el estrés. Aprovecha y diviértete haciendo ejercicio.



UNIVERSIDAD  
DE CHILE



**VID**  
UNIVERSIDAD DE CHILE



# ¡Hagamos funcionar la mente!



UNIVERSIDAD  
DE CHILE



**VID**  
UNIVERSIDAD DE CHILE



# Crea actividades entretenidas

Apoyar la oralidad de los niños y adultos mayores a través de juegos y actividades es una buena idea para que expresen sus sentimientos y reflexiones.



UNIVERSIDAD  
DE CHILE



**VID**  
UNIVERSIDAD DE CHILE



# Buen momento para leer

Si tienes algún libro guardado, este es el momento perfecto para echar a andar tu imaginación.



# Escribe lo que piensas y sientes

Busca un cuaderno en donde puedas ir relatando tus emociones. Si quieres, puedes compartirlo con amigos o familiares.

