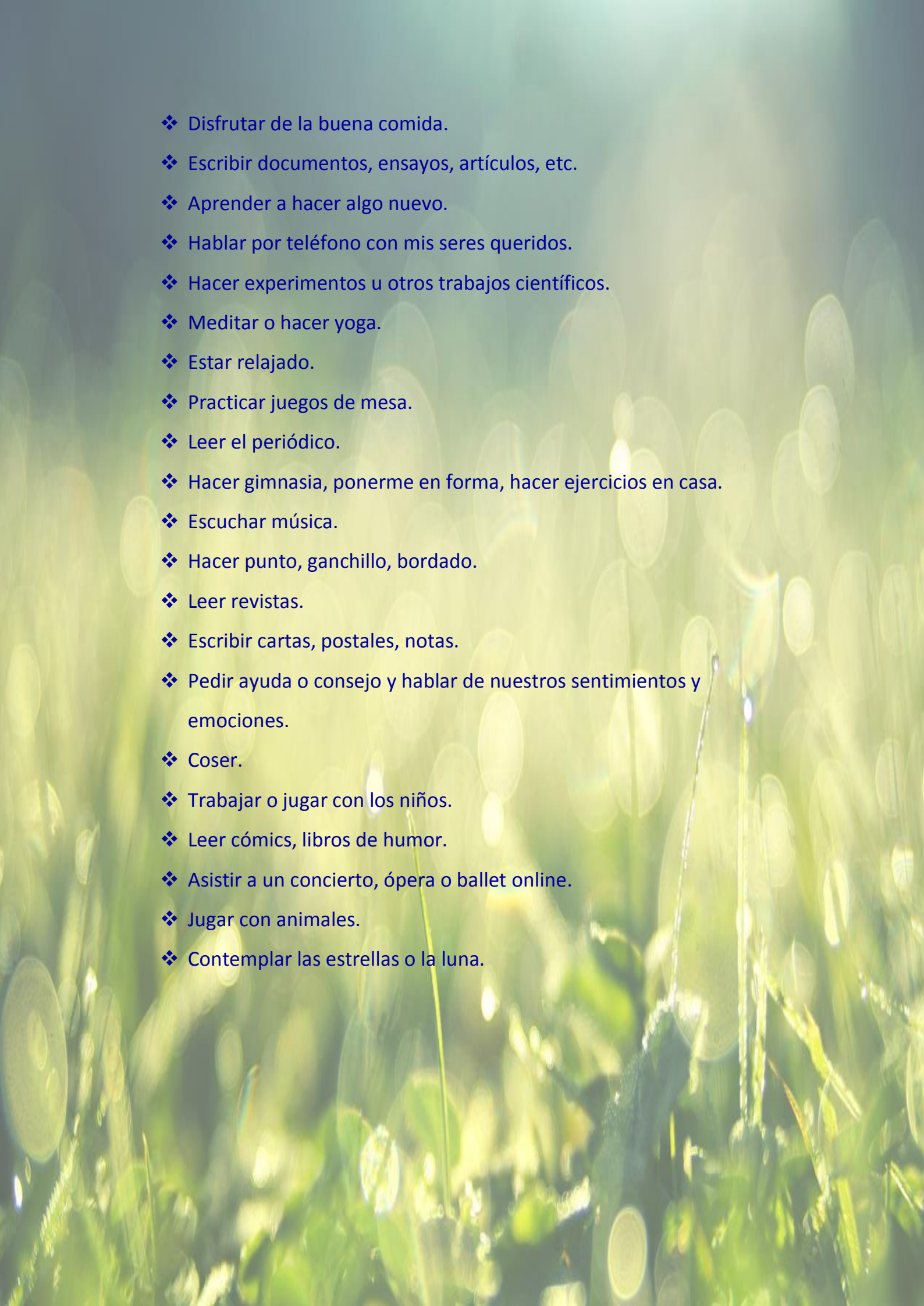


Actividades para hacer en casa

- ❖ Hacer trabajos artísticos (pintura, escultura, dibujo, cine).
- ❖ Reordenar o redecorar mi habitación o casa.
- ❖ Leer un libro, revista o artículo de “hágalo usted mismo”.
- ❖ Leer historietas, novelas, poemas u obras de teatro.
- ❖ Asistir a conferencias o eventos online.
- ❖ Componer o hacer arreglos musicales.
- ❖ Restaurar antigüedades, retocar los muebles.
- ❖ Ver la televisión.
- ❖ Jugar a las cartas.
- ❖ Resolver un problema, acertijo, crucigrama, etc.
- ❖ Escribir historias, novelas, obras de teatro.
- ❖ Pasar tiempo con los niños o estar con nuestras mascotas.
- ❖ Tocar un instrumento musical.
- ❖ Realizar videollamadas con amigos.
- ❖ Jugar con amigos online.
- ❖ Darse un baño.
- ❖ Preparar comida o hacer manualidades.
- ❖ Jugar al ajedrez o a las damas.
- ❖ Realizar trabajos de artesanía (alfarería, joyería, cuero, perlas, telar).
- ❖ Maquillarme, peinarme.
- ❖ Diseñar o hacer bocetos.
- ❖ Bailar.
- ❖ Tomar el sol en el balcón o terraza.
- ❖ Escuchar la radio.
- ❖ Hacer fotos.

- 
- ❖ Disfrutar de la buena comida.
 - ❖ Escribir documentos, ensayos, artículos, etc.
 - ❖ Aprender a hacer algo nuevo.
 - ❖ Hablar por teléfono con mis seres queridos.
 - ❖ Hacer experimentos u otros trabajos científicos.
 - ❖ Meditar o hacer yoga.
 - ❖ Estar relajado.
 - ❖ Practicar juegos de mesa.
 - ❖ Leer el periódico.
 - ❖ Hacer gimnasia, ponerme en forma, hacer ejercicios en casa.
 - ❖ Escuchar música.
 - ❖ Hacer punto, ganchillo, bordado.
 - ❖ Leer revistas.
 - ❖ Escribir cartas, postales, notas.
 - ❖ Pedir ayuda o consejo y hablar de nuestros sentimientos y emociones.
 - ❖ Coser.
 - ❖ Trabajar o jugar con los niños.
 - ❖ Leer cómics, libros de humor.
 - ❖ Asistir a un concierto, ópera o ballet online.
 - ❖ Jugar con animales.
 - ❖ Contemplar las estrellas o la luna.