



Recuerda los 3 objetivos principales  
de este calendario

Disminuir el consumo  
de  
pantallas en nuestros  
hijos

Conectar  
genuinamente  
con tus hijos

Disminuir el estrés  
de quien cuide a los  
niños (eso te incluye a  
ti y a quien te ayude)

## Instrucciones:

1. Imprime este documento. Te recomiendo imprimirlo tamaño Doble Carta para que sea más fácil de escribir y leer.
2. Puedes imprimirlo 1 o 2 veces. El formato es el mismo para cada mes, solo adapta los números correspondientes y el nombre del mes. Es decir, si tienen 2 meses de vacaciones, imprime el documento x2.
3. Escribe el nombre del mes y acomoda los números de los días de acuerdo al calendario.
4. Escribe las actividades principales que realizarán por día. Ej. Ir al zoo / hacer picnic en el jardín / visitar a los abuelos
5. Si subes Stories a Instagram, no olvides etiquetar a [somos\\_infancia](#).

Si quieres conocer más sobre estrategias para disminuir el consumo de pantallas en vacaciones, te recomiendo escuches el En Vivo sobre

**Pantallas y Videojuegos en Vacaciones con Neuro Coach Andrea Cimino**

(puedes encontrarlo en Youtube e Instagram en el canal Somos Infancia)