



## **NOS VAMOS DE VACACIONES**

Propuestas para organizarnos mejor  
Junio de 2008

### **Planificar**

Es importante planificar en la medida de lo posible nuestras vacaciones. Lo ideal es intentar hacer coincidir nuestro tiempo libre con el de nuestros hijos/as, aunque se trate solo de días o semanas.

### **Organizar el tiempo**

El que se aburre en vacaciones es porque quiere. La oferta ocio-educativa para niños y adolescentes es muy amplia. No dudes en informarte.

Muy importante organizar el tiempo de los hijos teniendo en cuenta sus gustos y necesidades.

En cuanto a nuestros adolescentes, más importante aún. Sin actividad programada pasarán el tiempo en el Messenger, la televisión y el móvil. Negociar con ellos que actividad prefieren realizar en su tiempo libre. No vale "hacer nada."

Existen ofertas de idiomas, voluntariado, deportes, música, naturaleza...

### **Dedicar un rato diario a la lectura**

El tiempo libre invita a la lectura del libro que por falta de tiempo no hemos leído. Acércate a la librería con tu hijo y que elija cada uno el libro que le apetece leer. Recuerda que con el ejemplo es como más se consigue lo que queremos fomentar.

### **Cuidar la salud**

El verano puede ser un buen momento para las revisiones que no hemos podido realizar por falta de tiempo, como oculistas, dentistas, etc

### **Organizar y preparar el próximo curso**

Disponemos en verano de más tiempo para preparar el siguiente curso; poner a punto los uniformes, conseguir si es posible algún libro de texto, etc.

### **Y por último y lo más importante**

Debemos dedicar un tiempo todos los días a "estar" con los hijos, a disfrutar con nuestra pareja, a jugar, a charlar, en definitiva a "hacer familia". Es el nuestro el modelo de familia que les estamos ofreciendo y que ellos tenderán a reproducir.

**¡Feliz verano!**