

MI CÁPSULA DEL TIEMPO COVID-19

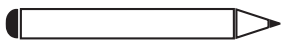


POR: _____

EN ESTE MOMENTO ESTÁS VIVIENDO A TRAVÉS DE LA HISTORIA

TOMA UN MOMENTO PARA LLENAR ESTAS PÁGINAS PARA QUE TU FUTURO YO PUEDA VER HACIA ATRÁS. AQUÍ HAY ALGUNAS OTRAS IDEAS DE COSAS PARA INCLUIR:

- ALGUNAS FOTOS DE ESTA ÉPOCA
- UN DIARIO DE ESTOS DÍAS
- PÁGINAS O RECORTES DEL PERIÓDICO LOCAL
- CUALQUIER ARTE QUE HAYAS CREADO
- FOTOS DE FAMILIARES O MASCOTAS
- RECUERDOS ESPECIALES



DIBUJA A LAS PERSONAS CON LAS QUE ESTÁS MANTENIENDO DISTANCIA SOCIAL AQUÍ

♥ TODO ACERCA DE MI ♥

TENGO

AÑOS

MIDO

METROS

PESO

LIBRAS

TAILLA DE ZAPATO

MIS COSAS FAVORITAS

JUGUETE: _____

COLOR: _____

ANIMAL: _____

COMIDA: _____

PROGRAMA DE TV: _____

PELÍCULA: _____

LIBRO: _____

ACTIVIDAD: _____

LUGAR: _____

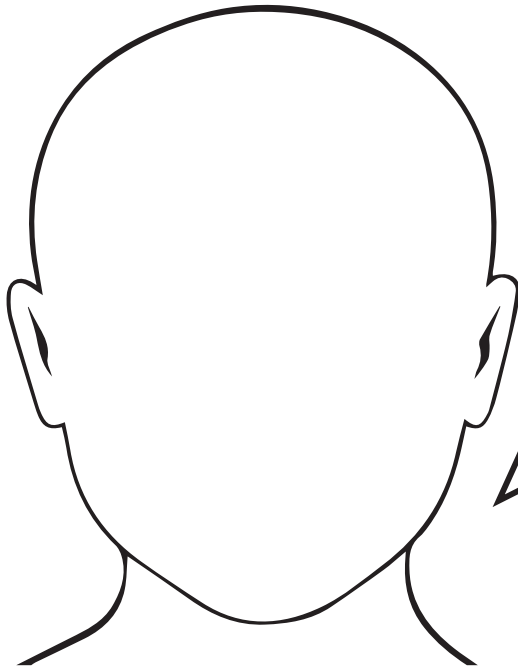
CANCIÓN: _____

MI(S) MEJOR(ES)
AMIGO/A (S) SON:

CUANDO CREZCA QUIERO SER:

FECHA:

CÓMO ME SIENTO



PALABRAS QUE DESCRIBEN
CÓMO ME SIENTO:

CÓMO SE VE MI CARA



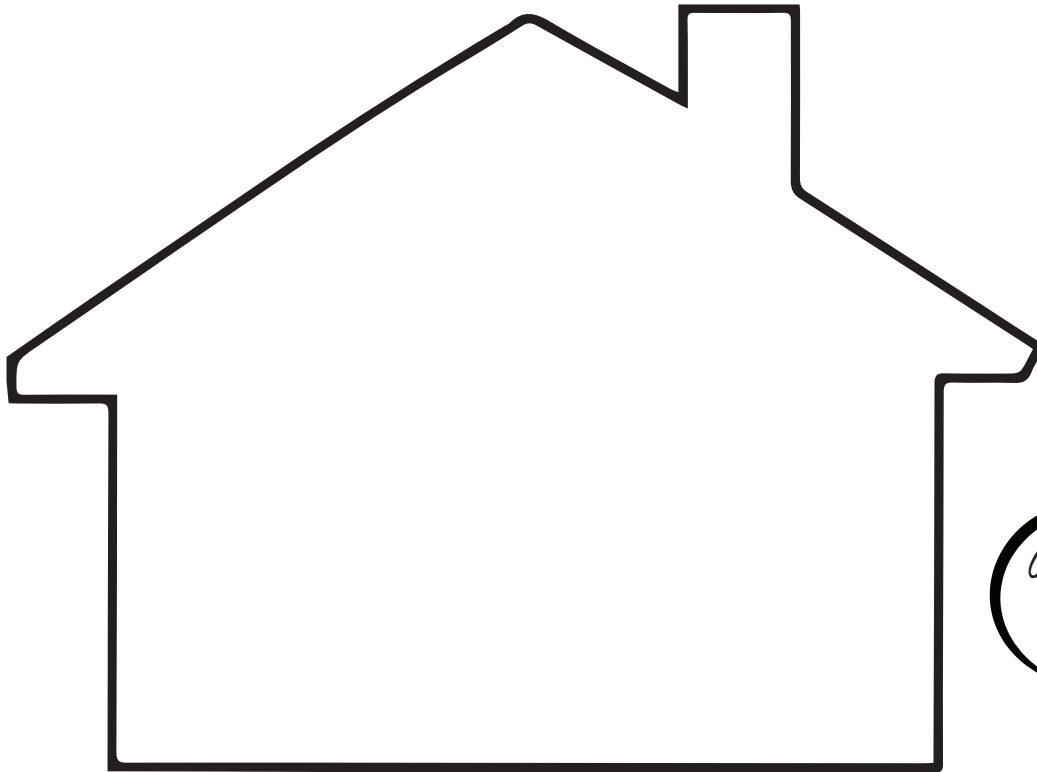
LO QUE HE MÁS APRENDIDO
DE ESTA EXPERIENCIA ES:

DE LO QUE ESTOY MÁS
AGRADECIDO(A) ES:

LAS TRES COSAS QUE MÁS ME EMOCIONA PODER HACER CUANDO ESTO SE ACABE:

<p>1</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>2</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>3</p> <hr/> <hr/> <hr/>
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

MI COMUNIDAD



COLOREA ESTA CASA
COMO LA TUYA

EN DONDE ESTOY VIVIENDO DURANTE ESTA ÉPOCA



QUÉ COSAS ESTÁS HACIENDO PARA AYUDAR A SENTIRTE
CONECTADO/ DIVERTIRTE AFUERA (POR EJ., PONER CORAZONES
EN LAS VENTANAS, NOTAS DE YESO EN LAS ACERAS, ETC.)

¿CÓMO TE ESTÁS CONECTANDO CON OTROS?



¡NO ESTÁS ENCERRADO EN CASA,
ESTÁS A SALVO EN CASA!



QUÉ ESTOY HACIENDO
PARA MANTENERME
OCUPADO:



NUESTRAS HUELLAS DE LAS MANOS



GRABA LAS HUELLAS DE LAS MANOS DE TODAS LAS PERSONAS QUE VIVEN
EN TU CASA (EN DIFERENTES COLORES) Y PON TUS MANOS AQUÍ

OCASIONES ESPECIALES

¿QUÉ OCASIONES CELEBRASTE DURANTE ESTA ÉPOCA?
ESCRIBE LA LISTA AQUÍ Y AÑADE LO QUE HICISTE PARA CELEBRAR (POR EJ.,
DÍA DE SAN PATRICIO, SEMANA SANTA, CUMPLEAÑOS, ANIVERSARIOS).

EVENTO	FECHA	CÓMO CELEBRASTE

CARTA A MI MISMO

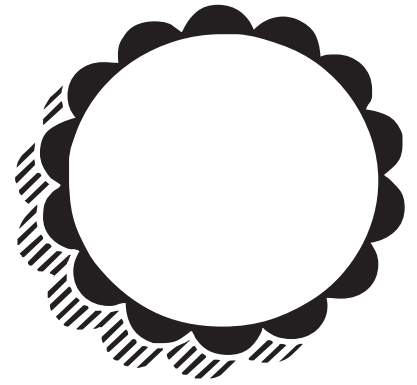
QUERIDO(A)

CON AMOR,

ENTREVISTA A TU FAMILIA

¿CUÁL HA SIDO EL CAMBIO MÁS GRANDE?

¿QUÉ TE HA PARECIDO RECIBIR CLASES DESDE CASA?



DÍAS ADENTRO

¿CÓMO TE ESTÁS SINTIENDO?

TUS 3 MEJORES MOMENTOS DE ESTA EXPERIENCIA:

1. _____
2. _____
3. _____

¿QUÉ ACTIVIDADES/PASATIEMPOS HAS DISFRUTADO MÁS?

¿DE QUÉ ESTÁS MÁS AGRADECIDO?

PROGRAMA DE TV QUE HAS VISTO: _____

TU NUEVA ACTIVIDAD FAVORITA PARA HACER DENTRO DE LA CASA: _____

COMIDA FAVORITA QUE COCINAR: _____

HORA FAVORITA DEL DÍA: _____

META(S) PARA DESPUÉS DE QUE ESTO ACABE:

