

¡BUENOS DÍAS!

REVISEMOS ALGUNAS PLATAFORMAS CON IDEAS PARA CUIDARNOS Y COMPARTIR EN FAMILIA



El apoyo y la contención de nuestros seres cercanos puede ayudarnos a sobrellevar la pandemia. Ya sea que vivamos con nuestras familias o no, fomentar espacios de esparcimiento y distracción con las personas que compartimos día a día puede contribuir a nuestro bienestar físico y emocional.

ACTIVIDADES PARA
NIÑOS Y NIÑAS

EJERCICIOS PARA
ADULTOS MAYORES

YO ME CUIDO
Y TE CUIDO

Material para cuidadores
de Adultos Mayores

CINE CHILENO
GRATIS

HAZ CLICK **AQUÍ** PARA ACCEDER AL CONTENIDO

¡Esperamos que tengas una **buena semana!**



DEPARTAMENTO DE
**DESARROLLO DE
PERSONAS**
UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE CHILE

Departamento de Desarrollo de Personas
Dirección de Desarrollo Institucional
Prorectoría