

LAS PANTALLAS *virus*

¡Nuestras pantallas se han vuelto casi indispensables durante el confinamiento! Nos permiten seguir con las clases desde casa ...



... Seguir teletrabajando ...



... Hacer videollamadas ...



... O distraernos ...



En realidad, nuestras pantallas son como unas ventanas suplementarias a nuestros capullos, que podemos abrir para mirar hacia otro lado.



Para eso son una ayuda muy valiosa para soportar mejor lo de la cuarentena.

Pero los especialistas lo dicen : estar demasiado tiempo frente a una pantalla también puede traerte problemas :



... No ser capaz de dejarlas ...

...Tener los ojos hinchados por estar tanto tiempo frente delante de las pantallas ...



Tener dificultades para dormirse a noche ...



Pasar demasiado tiempo frente a las pantallas no nos hace bien. Hay que ser razonables.

Luego claro, tenemos que seguir utilizando las pantallas para seguir con la escuela, el teletrabajo, llamar a la abuela, las cosas indispensables ... Y para ver una película con la familia...



Pero no olvidemos que también nos podemos divertir usando libros ...



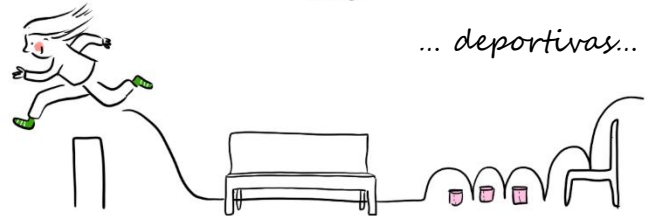
Juegos de mesa ...



Actividades manuales...



... deportivas...



¡Y muchas más!

Y cuando el confinamiento acabe, volveremos a ser libres para irnos a otro lugar sin necesidad de mirar por esas ventanas agregadas.



¿Por cierto, tú qué ves desde tu ventana? Cuéntamelo!