



POST-IT de POST -IT-IVISMO

Presentación:

Empezamos a salir. Las puertas de casa se abren y el mundo nos recibe de nuevo. Han sido muchas semanas de encierro obligado y necesario. Días mejores, días peores y días indiferentes, vacíos. Pero todo lo vivido no puede quedar teñido de negativismo, tristeza, desesperación. No deben ser días para olvidar, ¡ni mucho menos!

Tiempo:

- Durante una semana

Material:

- Varios Pos-it a disposición de toda la familia (si son multicolor, ¡genial!).
- Rotuladores o bolígrafos de colores (uno para cada uno).
- Un “frigorífico” o superficie visible donde pegar nuestros pos-it (en la cocina mejor que mejor).

Desarrollo:

- Cada noche, desde nuestro lugar de descanso, cada miembro de la familia pensará algo “post -it-ivo” de este tiempo de confinamiento (más tiempo con la familia, desarrollo de mi hobby favorito, lectura, música, cocinar, reconectar con un hijo/a que estaba un poco perdido, 24 horas con tu mascota...).

- Al despertar, aprovecharemos el tiempo de desayuno para poner en común nuestro “Post -it-ivo” y al terminar de recoger la mesa, cada uno escribirá (con su color elegido) en un pósito su palabra, momento o vivencia de estos dos meses y lo colocaremos en la puerta del frigorífico o el lugar elegido. Los pequeños podrán dibujar si aún no saben escribir.

- Al final de la semana, tendremos un precioso mural lleno de energía positiva para enfrentarnos de nuevo al mundo que se nos vuelve a regalar casi de estreno. Podremos además obsequiar nuestros pósito a esos familiares que llevamos tanto sin ver o los guardaremos en medio de libros como si fuesen marcapáginas. ¡Siempre será un bonito recuerdo del tiempo que se nos regaló para cuidarnos “Desde Dentro”!

