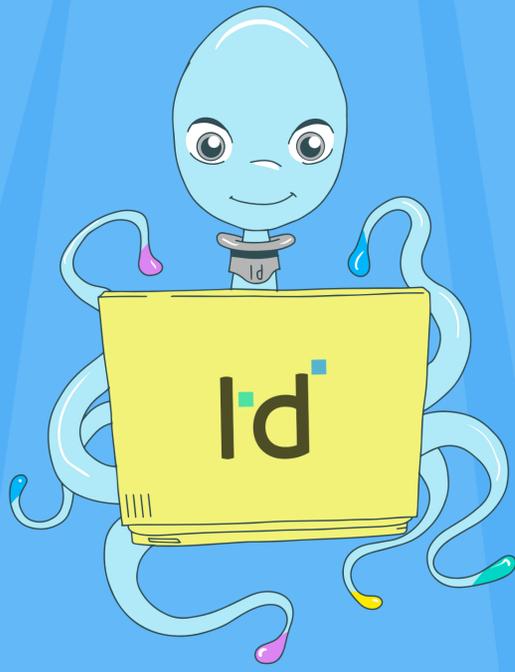


AIDA SE CUIDA

CUÁNTO TIEMPO PUEDO PASAR FRENTE A PANTALLAS

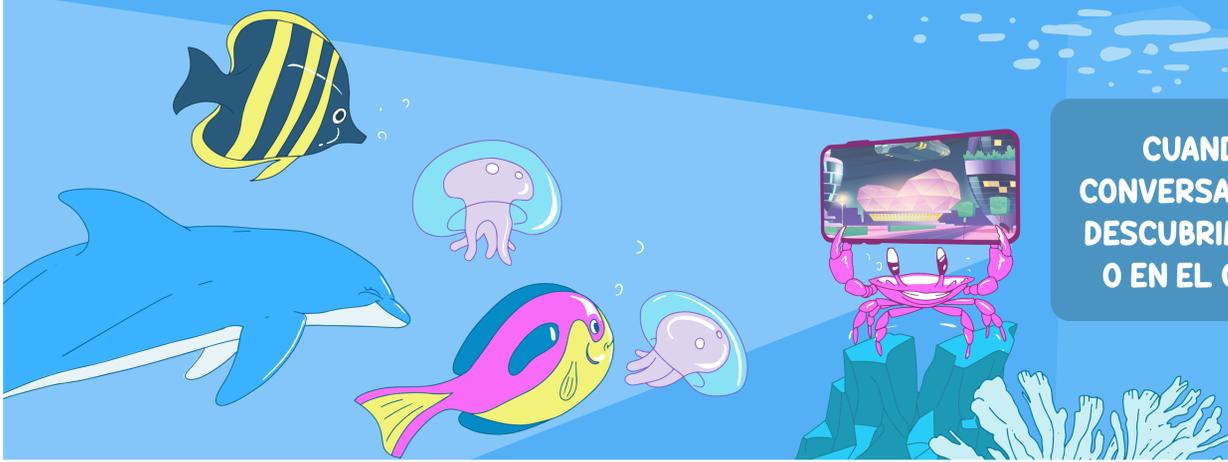


ME ENCANTA HACER COSAS EN EL COMPUTADOR. PERO TAMBIÉN ME GUSTA LEER, SALIR A NADAR Y ESTAR CON MIS **AMIGAS Y AMIGOS**.

SOMOS COMO 15 EN EL CORAL: PULPITOS, PECES, JAIBAS, UN DELFÍN Y MEDUSAS.



CUANDO NOS JUNTAMOS A CONVERSAR SOBRE LAS COSAS QUE DESCUBRIMOS EN EL COMPUTADOR O EN EL CELULAR DE MI MAMÁ,...

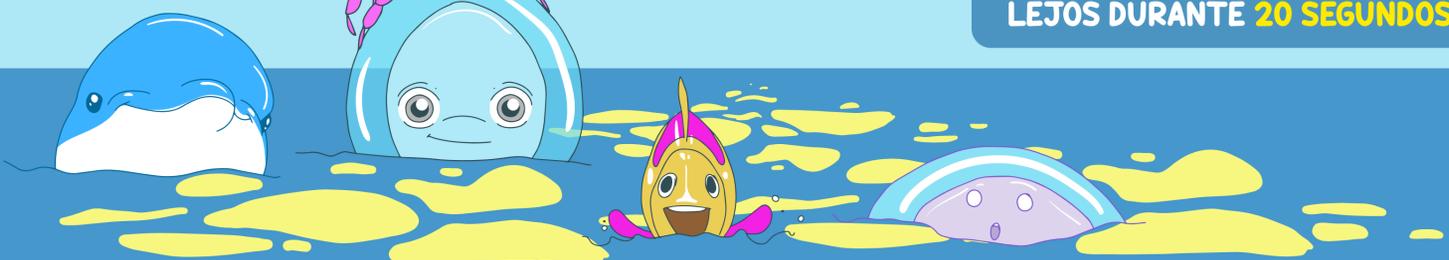


TENEMOS UN PLAN PARA **CUIDARNOS ENTRE TODOS**, PORQUE A VECES NO NOS DAMOS CUENTA COMO PASA EL TIEMPO.

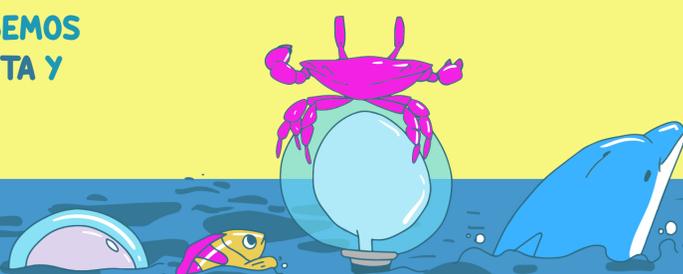


TENEMOS UNA ALARMA QUE NOS AVISA QUE CADA **20 MINUTOS** DEBEMOS DESCANSAR LOS OJOS.

ES SUPER FÁCIL. SOLO NOS DEDICAMOS A MIRAR EL MAR A LO LEJOS DURANTE **20 SEGUNDOS**.



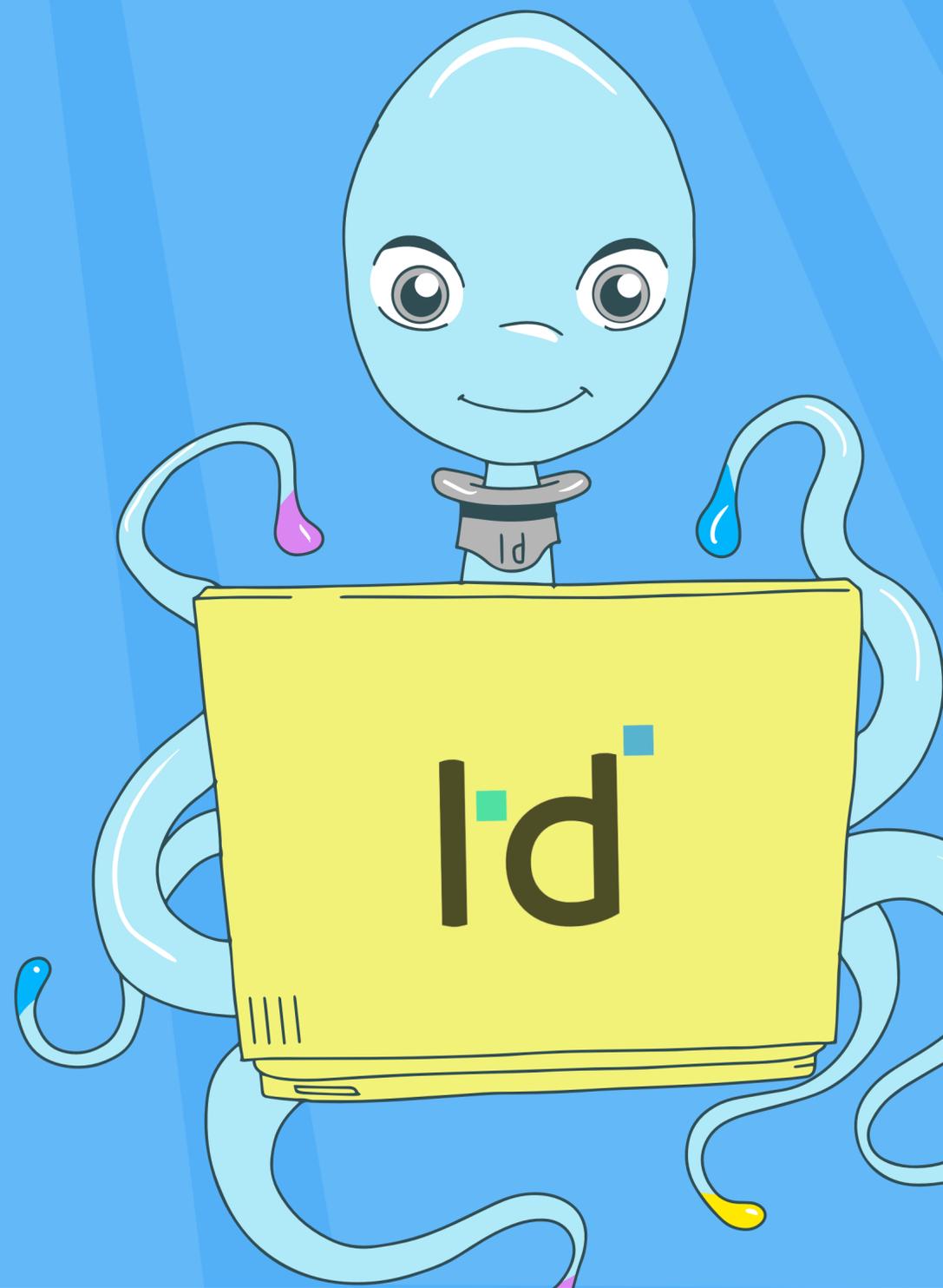
ESTO LO HACEMOS SIEMPRE Y SABEMOS QUE NOS AYUDA A CUIDAR LA VISTA Y NUESTRO CEREBRO.



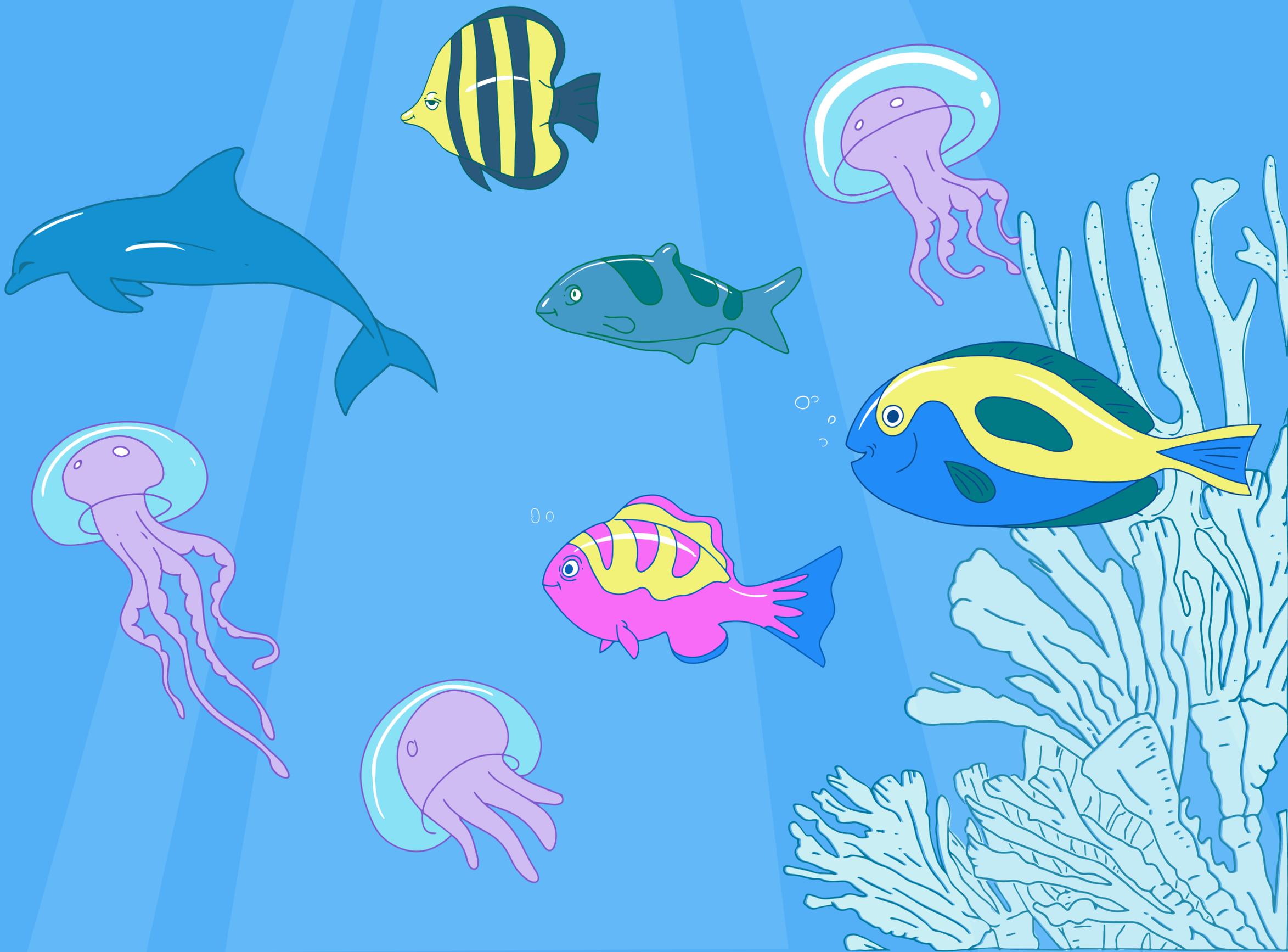
AIDA SE CUIDA

CUÁNTO TIEMPO
PUEDO PASAR FRENTE
A PANTALLAS

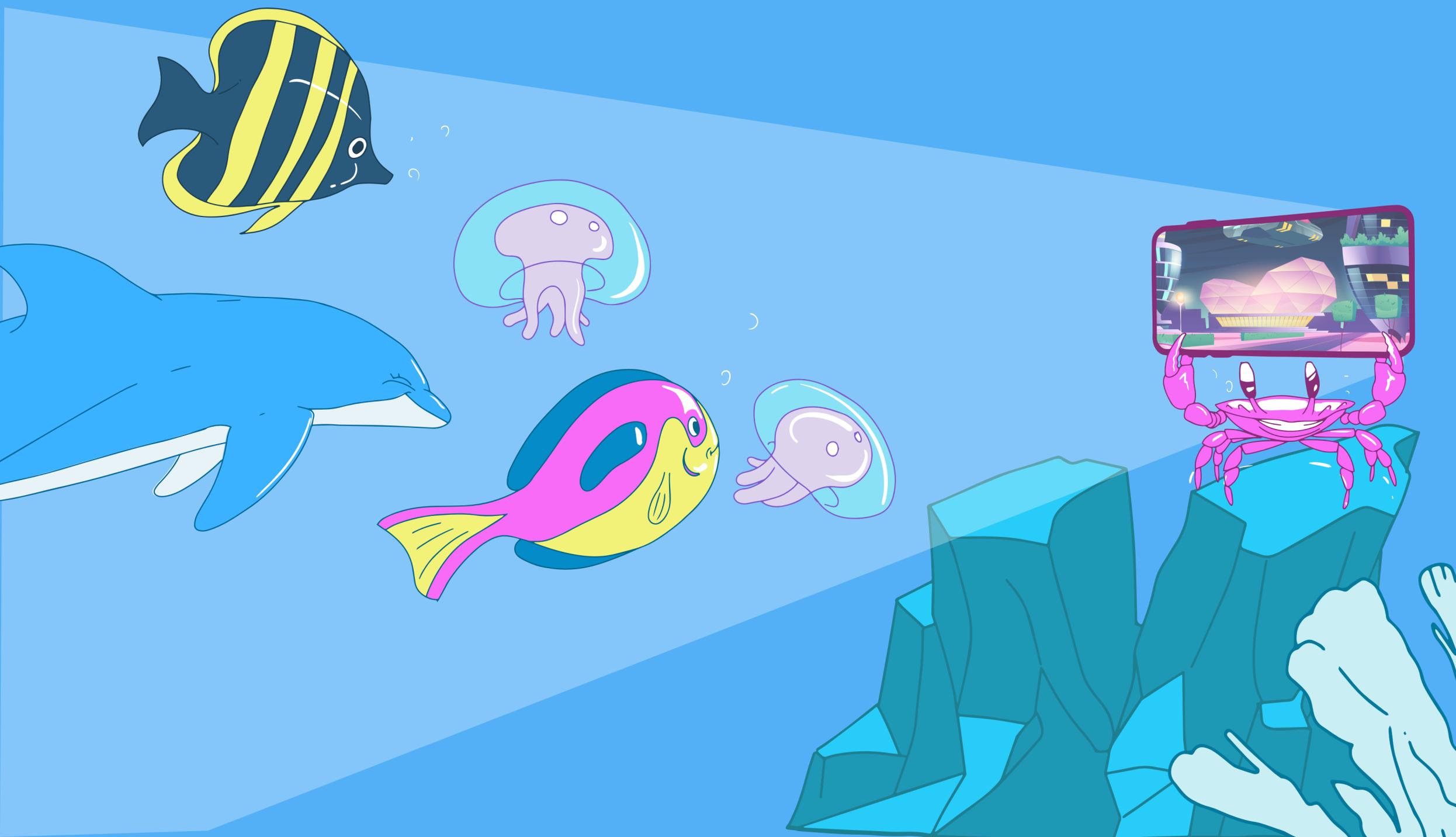
ME ENCANTA HACER COSAS EN EL
COMPUTADOR. PERO TAMBIÉN ME
GUSTA LEER, SALIR A NADAR Y
ESTAR CON MIS **AMIGAS Y AMIGOS.**



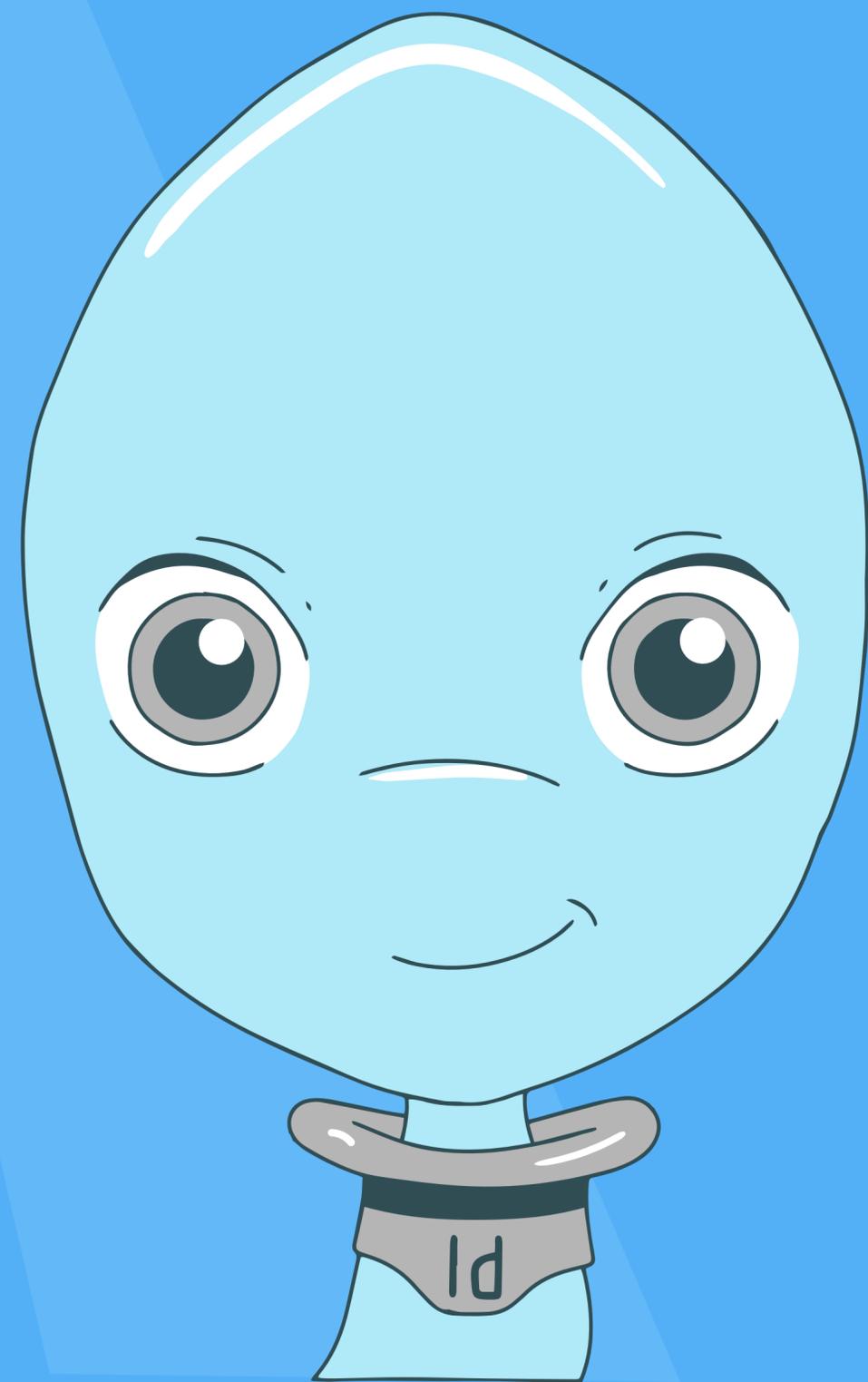
SOMOS COMO 15 EN EL CORAL:
PULPITOS, PECES, JAIBAS,
UN DELFÍN Y MEDUSAS.



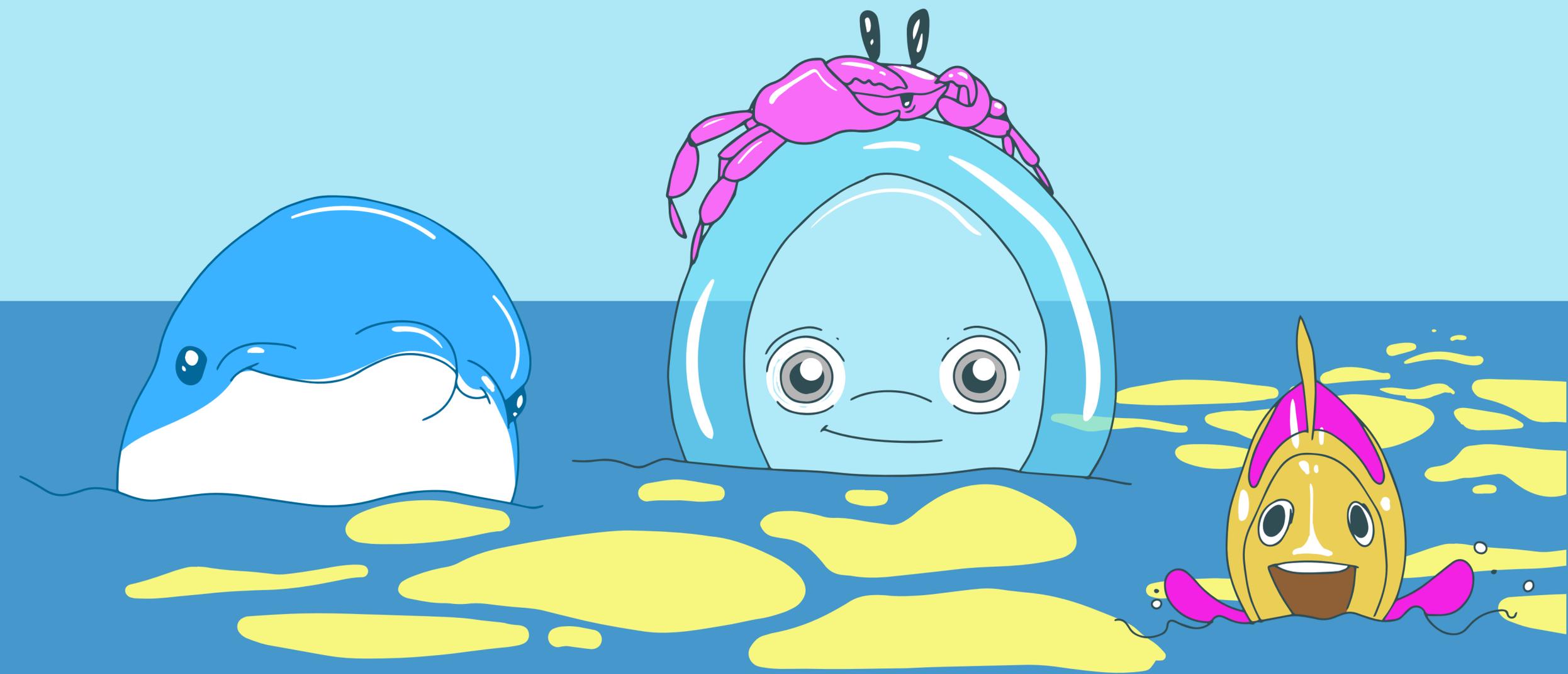
CUANDO NOS JUNTAMOS A
CONVERSAR SOBRE LAS COSAS QUE
DESCUBRIMOS EN EL COMPUTADOR
O EN EL CELULAR DE MI MAMÁ,...



TENEMOS UN PLAN PARA
CUIDARNOS ENTRE TODOS,
PORQUE A VECES NO NOS DAMOS
CUENTA COMO PASA EL TIEMPO.
TENEMOS UNA ALARMA QUE NOS
AVISA QUE CADA **20 MINUTOS**
DEBEMOS DESCANSAR LOS OJOS.



ES SUPER FÁCIL. SOLO NOS
DEDICAMOS A MIRAR EL MAR A LO
LEJOS DURANTE **20 SEGUNDOS.**



**ESTO LO HACEMOS SIEMPRE Y SABEMOS
QUE NOS AYUDA A CUIDAR LA VISTA Y
NUESTRO CEREBRO.**

