



para papás
con Niños
Increíbles



¡Llegó el
Verano!
Y AHORA
¿QUÉ?



Arma tu
CURSO DE
VERANO



julio 2021

¡A PEDALEAR POR TU SALUD!

ANDAR EN BICICLETA ES BUENÍSIMO PARA TU SALUD

quemamos más de 400
calorías en una hora.



PROTEGE A TU FAMILIA DE CONTAGIOS

te mueves sin riesgos y conservas
la sana distancia.



PEDALEAR DA MÁS FELICIDAD

3 de cada 4 personas
se siente más feliz y productiva.



MEJORA TU SALUD

50% menos riesgo de tener diabetes
tipo 2 y un 27% menos riesgo de
padecer enfermedades
cardiovasculares.



Las nuevas **ciclo vías** cuentan con **señalética y espacios exclusivos** para proteger la vida de los peatones, ciclistas y personas con discapacidad, pues todos tenemos el **derecho constitucional** de contar con una nueva cultura vial e infraestructura segura.

#YoSiClovía





Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista

Cómo NO
encontrar
la Escuela
Perfecta



¿Tus hijos cambiarán de **ESCUELA**?, las razones pueden ser diversas, desde el fin de cursos hasta cambio de ciudad, y si lo que buscas es más que "un lugar dónde llevarlos para que los mantengan entretenidos hasta que tú puedas regresar por ellos", es importante que consideres que las siguientes opciones (aunque cómodas) pueden ser un espejismo al momento de elegir, y posiblemente hasta te sorprendan con una **Gran Desilusión**, **Tremebundas Discusiones** y **Banales Molestias** que se pueden reducir y quizá eliminar, ¡checa la lista!

1. Camino al trabajo Si la comodidad y practicidad para ti es lo que buscas al momento de elegir la escuela perfecta para tus hijos, toma en cuenta que no serás tú quien entre al aula, conviva con los maestros-alumnos y se enfrente a un modelo educativo que puede no ser el mejor para tus hijos, la elección será tan **IMPREDECIBLE** como el tomar una decisión a ciegas.



2. Cinco minutos. Preguntar es la base del conocimiento, pero una plática en el mostrador con la recepcionista y leer un folleto de cuatro páginas no te dará un panorama real de la institución. Si la escuela está interesada en brindar la información adecuada y tú en conocerla, tendrán a una persona capacitada que te explicará las características del sistema educativo y ofrecerá un recorrido por sus instalaciones, pero debes destinar más de **CINCO MINUTOS**.

3. Recomendada por los amigos (o redes sociales). A menos que te hayan recomendado el número que aparecerá ganador en la lotería, es importante que investigues si tu hijo tiene las mismas características inquietudes y habilidades que los hijos de tus amigos. ¿Para que mandarlo a sufrir?

4. Donde tú estudiaste. Está claro que si puedes leer estas líneas, la escuela donde estudiaste realizó bien su tarea, y si tu objetivo es generar una tradición escolar que le beneficie a tu Alma Mater y a ti te brinde recuerdos enmarcados en lágrimas y risas, ¡estás en el camino correcto!, obvio, debes estar consciente que las **GENERACIONES** de profesores son diferentes y que es probable (sólo probable) que tus intereses y los de tus hijos ya no sean los mismos que tenías tú cuando asistías a la primaria.

5. Entre más es mejor. Si bien, algunas escuelas ofrecen clases de varios idiomas, más robótica, más huerto, más música, danza, artes, natación, yoga, etcétera. Es importante evaluar cuántas actividades organizadas VS tiempo libre son recomendable para tus hijos.

Buscar **ESCUELA** para nuestros hijos es una tarea que requiere de nuestra atención, paciencia, análisis y comprender que es una decisión que sentará las bases para su desarrollo educativo. Si tú tienes la oportunidad de buscar y elegir alguna escuela o sistema educativo, lo más lógico sería aprovecharlo. ¿No crees?

Quizá, no tenemos las mejores recomendaciones para encontrar la escuela perfecta para tus hijos, pero estamos seguros que estos cinco puntos que te compartimos, **TAMPOCO LO SON :)**

a salvar la **AMISTAD**



En su lucha por preservar el orden, los jóvenes Titanes tienen otra meta más importante: "mantener sana su amistad". A diferencia de su predecesora, **TEEN TITAN GO!** prefiere el humor simple e irreverente, claro que el mundo no se salva de algunas explosiones y edificios derrumbados.

Es bueno recordar que: La exposición continua a escenas violentas pueden provocar que los niños la acepten como una manera normal para resolver problemas, en especial cuando las acciones de pelea se presentan de forma atractiva, realizadas por un héroe exitoso que deja consecuencias mínimas en la realidad.

La edad recomendada para verla son los **7 AÑOS**, porque tienen mayor capacidad para comprender que la violencia de la pantalla se queda en la pantalla y no iniciar juegos violentos inspirados en la serie, que pueden terminar con algún tercero lastimado.

En general, los Titanes enganchan muy bien con los niños grandes y pre-adolescentes, con escenas rápidas que van de una situación violenta a otra **CÓMICA**, de **HUMOR SIMPLE** y buenas dosis de **SARCASMO**.

Claro que si te preocupa que tus hijos escuchen diferentes formas de ofender, es mejor pensar dos veces antes de mantenerla entre las series favoritas.

Como en otras caricaturas de superhéroes la **AMISTAD**, **LEALTAD**, el **COMPROMISO** y **TRABAJO EN EQUIPO** son las principales virtudes y valores que se manejan y que como padres podemos resaltar y recordar.

imágenes
con fines
didácticos



Ahora que terminan las clases virtuales ¿Qué Plan para los Niños?

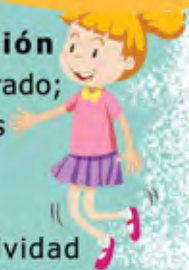
Las ansiadas Vacaciones están aquí y el cambio de rutina también, así que para que ellos pasen un Verano divertido te proponemos Armar tu propio **CURSO DE VERANO!**

Son 7 semanas de Vacaciones, así que puedes planear semana por semana, y si hay la oportunidad de tomar algún Curso en Línea o Presencial, podrán combinar la experiencia con lo que hagan en casa.

El primer paso es: hacer un **HORARIO**; recordemos que los niños necesitan certeza y estructura en su día a día, eso les da seguridad, así que pueden hacer el horario juntos, donde marquen la hora del desayuno y el momento en que empieza y finaliza el **Curso de Verano**.

Con un cambio de dinámica diaria, es importante que ellos sepan que aunque son Vacaciones hay una estructura en su día a día.

En el Horario del **CURSO** pueden comenzar con **Activación física**, que son 30 minutos de baile con música infantil de su agrado; cada día pueden incorporar bailar con aros, o globos, o pelotas o inventar bailes de animales.



Seguramente terminarán acalorados, así que la siguiente actividad puede ser "juegos con agua", ya sea globos con agua que lleven de un cesto a otro, o aventarlos y cacharlos con toallas, así como cubetas con agua y en las que jueguen a pescar o a llenarlas con vasos de agua sin derramarla, en fin, lo que la imaginación permite y que les divierta el hecho de mojarse un poco.



Las actividades con agua pueden combinarlas con jardinería o huerto en casa, donde el contacto con la tierra y agua les resulta divertido.

Tras el juego del agua o tierra, un baño refrescante y un Lunch, permitirá terminar con "actividades manuales o artísticas", ya sea dibujar, crear experimentos, esculturas, recortar, armar figuras, entre otras **ACTIVIDADES**.



El Horario permitirá que puedan hacer juntos las actividades o en su caso con los cuidadores, así como tener estructura en casa; pueden armar grupos burbuja para hacerlo en casa con un grupo pequeño de niños y también combinar cada semana con la amplia gama de Cursos de Verano en línea que se ofrecen y también con los presenciales.



Manos a la obra y a diseñar el Curso de Verano de los pequeños de casa para que no pasen un Verano pegados al televisor o dispositivo, ya sea con caricaturas, canciones o videojuegos.



Soy **Verónica Martínez**
mamá y periodista



Maletas llenas de ilusión

PLANEAR, en algún momento todos planeamos. A veces nos concentramos en lo que haremos el fin de semana, la comida de la tarde o hasta nuestra ropa del día siguiente.

Para este mes de **JULIO**, en el que muchos ya teníamos las maletas llenas de planes en destinos turísticos, cursos de verano presenciales, visitas, reuniones, fiestas y más actividades para que nuestros **HIJOS** pudieran tener un poco y un mucho de socialización, debemos cerrar las maletas con tristeza, incertidumbre y preocupación.

Por fortuna, es un escenario que ya conocemos y podemos enfrentar mejor que el año pasado, y si te faltan ideas, en este número de **Tiempo de Niños** te damos algunas que serán de utilidad.

Quizá, la maleta se debe llenar con nuevas **ILUSIONES**, en donde la meta para los que somos padres o cuidadores, es que los niños mantengan la sonrisa que ilumina el mundo ☺

Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista



Número 7, Año 2

Tiempo de Niños es una publicación mensual con tiraje de 5000 ejemplares de distribución gratuita. Los editores no somos responsables del contenido de los anuncios publicitarios. Todos los derechos reservados. Permisos en trámite.



tiempodeniños.com



tdnmerida@gmail.com



9992 36 8398



m.me/tdnmid



facebook.com/tdnmid



tdnmerida

Editor General Eduardo Álvarez
Co-Editor Verónica Martínez

Diseño y Composición Colmillo Creativo

Contenido Tiempo de Niños

Contenido
tdnmerida@gmail.com – 999 236 8398

Dirección de contacto
Calle 71 #604, col. Herradura 3, Mérida

Fotos e ilustraciones
Tiempo de Niños, Pexels. Vecteezy, Unsplash



Por fin
ponte el
CubreBocas

Por fin
Vacaciones

**FIN DE
CURSO**

Por fin
el **Verano**

Por fin
La Playa

¡LLEGÓ EL VERANO! Y AHORA ¿QUÉ?



Después de un ajetreado, complejo y hasta sofisticado curso escolar, **¡POR FIN LLEGÓ EL VERANO!** en donde ya no vamos a complicarnos la vida cumpliendo horarios, ni realizando repastos, tareas ni buscando cables que no pierdan la señal de las sesiones escolares, además de que ya no **DESGASTAREMOS** la relación con nuestros hijos, convenciéndolos para que mantengan su interés en la escuela.

¡Ellos y nosotros seremos Libres Durante Semanas! Más de un mes sin actividades fijas, pero ¿y ahora qué haremos? Porque sí, cada día tendremos horas de libertad durante muchas semanas, y si no tenemos planeado dar la vuelta al mundo en 8 semanas nuestro escenario principal será el mismo.

Para muchos padres de **FAMILIA** lo más práctico para mantener la sana distancia está a un click: "de las pantallas", pero si tú quieres algo más que "la educación de TV y Juegos de Video". En **Tiempo de Niños** te damos algunas recomendaciones para que este Verano sea Sano, pero Divertido.

Seguramente ya tienes varias ideas y recomendaciones que giran en torno a cursos de verano online, presenciales, maratones de películas, series y visitas a la playa. Además, de muchos juegos de mesa y actividades que gracias al **SENTIDO COMÚN** todos hacemos en fin de semana y no necesitamos que nos las recomienden.

Pero si lo que quieres es romper la rutina para recordar este verano como el mejor y más divertido, será necesario arriesgarte un poquito y hacer algunas actividades diferentes.

Por eso, te presentamos nuestro listado de **VERANO DIVERTIDO PARA FAMILIAS ARRIESGADAS PERO DIVERTIDAS**, lo que es lo mismo que:

VEDFA

DINOSAURIOS CON EMPAREDADOS

Qué tal si transformas un día de campo normal, en un día de campo con dinosaurios en los alrededores. Puedes conseguir figuras pequeñas de plástico de estos antiguos animalotes y **¡ENTERRARLAS!**, por supuesto necesitas hacer un mapa que los guíe y te ayude a recordar ¿dónde los enterraste?



MANOS A LA TIERRA

Tomen un curso de huerto urbano, a los niños les encanta descubrir cómo una semilla se convierte en un arbusto. También les encanta llenarse de tierra. En Mérida existen invernaderos como **Creando Ambientes**, que se dedican a brindar cursos para familias, donde los niños siempre salen con la semilla de granjero en el corazón.

PIEDRANKENSTEIN

Pinten piedras de verde, rojo, azul, con caras o ramas, píntenlas como quieran, para después **ENTERRARLAS** junto con una **NOTA** que explique por qué lo hicieron. Dejen marcas, señas y reten a la familia, amigos, conocidos con hijos, a que las encuentren. Se llenarán de tierra, sí, pero explotarán su creatividad.





MÚDENSE DE PAÍS

Hagan un día de Japón o Rusia, Grecia o India, o algún país del que no conozcan nada. Realicen un recorrido por su **1. HISTORIA. 2. IDIOMA. 3. COSTUMBRES. Y 4. PREPAREN UN PLATILLO** de comida que lo represente. Existen muchos sitios de internet en donde podrán encontrar esta información.

FIESTA DE DISFRACES

Además de crear un momento divertido, disfrazarse tiene cinco beneficios para los pequeños: Motiva la Imaginación, Alimenta la Autoestima, Impulsa su Creatividad, los Convierte en Artistas y Fortalece su Seguridad.

LOS EXPLORADORES DE PARQUES PERDIDOS

Visitar el parque es un **GRAN ESTÍMULO** para los sentidos y habilidades de nuestros hijos, y si es uno nuevo, diferente, el estímulo será mayor.

ACAMPAR BAJO LAS ESTRELLAS

La emoción de dormir fuera de casa será mayor al saber que el cielo nocturno está formado por diferentes seres mitológicos, o bien, figuras que ya eran observadas desde antes de nuestra era, como: **ORIÓN Y ACUARIO.**

En esta web hayará mucha información:
historiasdeastronomia.es/mitologia

Estas actividades son nuestra propuesta para darle un toque Diferente y Arriesgado al VERANO en FAMILIA.



Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista



Eventos,
Lugares y
Actividades

porque su sonrisa
ilumina el mundo





Maní es un pueblo mágico, a 90 km de Mérida con diferentes atractivos para toda la familia. Además de muchas áreas abiertas.



Descubridores de parques. Si no lo conoces o no lo has visitado últimamente, el **Parque de Cholul** tiene diferentes áreas abiertas que pueden visitar en familia.



Sesiones de Mini Chef

las texturas, colores, aromas y sabores a su alcance, favorecen la creatividad, motricidad y ganas de comer.





Dinos ¿Sabías que el material básico que utilizan los paleontólogos es: cepillo dental, brocha mediana y un martillo pequeño? El resto es la imaginación.

CAZADOR DE DINOSAURIOS



CNTV Infantil Desde atarse las agujetas, conceptos básicos de ciencia y aprender la importancia de cuidar el planeta, es lo que podrán encontrar aquí.



CNTV
INFANTIL

YouTube /c/CNTVInfantil



MUESTRA DE ARTE

Monta una exposición con los dibujos de tus hijos. Elevarás su autoestima.



7

Mucha imaginación y originalidad que alientan la imaginación y la creatividad. Para niños 6+.

Armando Ando

Manualidades creativas y sencillas.

f -Armando-Ando/
/171862056766860



8

Haz un campamento en casa, rompe la rutina y dale un giro al fin de semana. Libros, lámparas y bocadillos serán el complemento perfecto.



Dentro de casa o en el jardín

9

Art For Kids Hub

Con dibujos paso a paso, fáciles de seguir, un dibujante y su familia impulsan este arte en casa.

YouTube
/c/ArtforKidsHub

