



Nuestro horario de descanso cerebral en el aula

LUNES



JUEVES



MARTES



VIERNES



MIÉRCOLES



¡Hacer una pausa!



Sugerencias: la campanada, la esfera para respirar, el frasco de brillantina, etc. ¡Escanee el código QR para obtener más ideas para descansar el cerebro! **Consejo profesional:** sea proactivo y programe 3 o 4 descansos cerebrales a lo largo del día en lugar de esperar hasta que este desregulado.