

**IDEAS EN
IMÁGENES**

**VISTAS EN
INTERNET**



WWW.MINISTERIOINFANTIL.COM



**¿Cómo cuidar tu
salud emocional
siendo maestro?**



Pon límites

Establece claramente con directivos, compañeros y padres de familia tu forma de trabajo y exige que se respete.

No respondas mensajes o correos en tu hora de descanso.

Cuida tus necesidades básicas

- Mantén horarios para comer, dormir, descansar y trabajar.

Establece metas realistas

Estamos en una situación extraordinaria fuera de tu control. No depende de ti el que los demás hagan su parte del proceso educativo.

Establece un espacio para trabajar

Ten un espacio siempre acomodado y con el material a la mano.

Evita trabajar en la cama o comedor.

Date un cariñito

Toma tu tiempo para tomar tu café favorito, poner música o hacer algo que disfrutes cada día.

Despierta 15 minutos antes que todos en casa y dedica ese tiempo para ti.



MINISTERIO INFANTIL

**"No somos un ministerio grande...
...pero si somos un gran ministerio"**

www.ministerioinfantil.com

¡Imágenes tomadas de libre circulación en internet!

Créditos a quien corresponda

¡VISITANOS!

www.MinisterioInfantil.com

beacons.ai/MinisterioInfantilArcoiris

#MIArcoiris