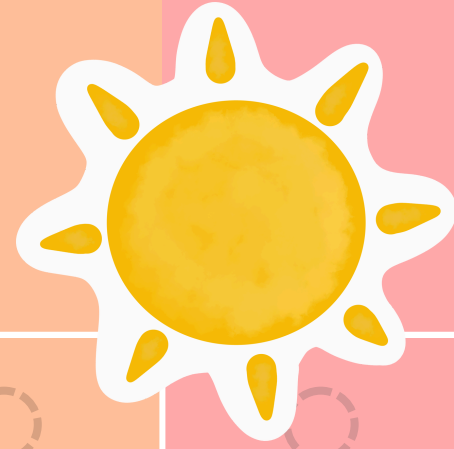


**GOOD
MORNING**

Una
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

Rutina de la Mañana



DESPERTARSE

IR AL BAÑO

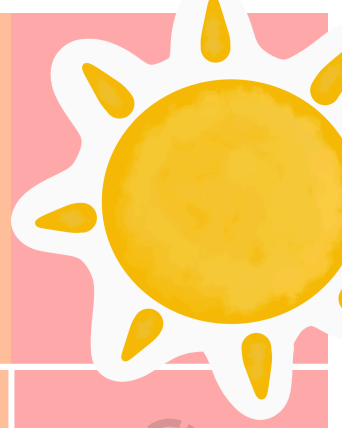
**LAVARSE CARA
Y OJITOS**

**CEPILLARSE
LOS DIENTES**

VESTIRSE

**PONERSE
ZAPATOS**

ALMORZAR



LO QUE NO SE TE DEBE OLVIDAR



**MOCHILA CON
UTILES**



**TERMO
LLENO**



**LONCHERA
SALUDABLE**



**UNIFORME
COMPLETO**



**CARPETA
CON TAREAS**



**BESOS DE
DESPEDIDA**



AGRADECER

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
by SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



AMMAI
COMUNIDAD DE MAMÁS



@MamáSinFiltro

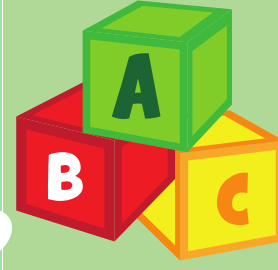


@Silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA



Rutina de la Tarde



CEPILLARSE
LOS DIENTES



TIEMPO LIBRE



SIESTA DE
LA TARDE



COMER UNA
MERIENDA



ACTIVIDAD AL
AIRE LIBRE



JUGAR



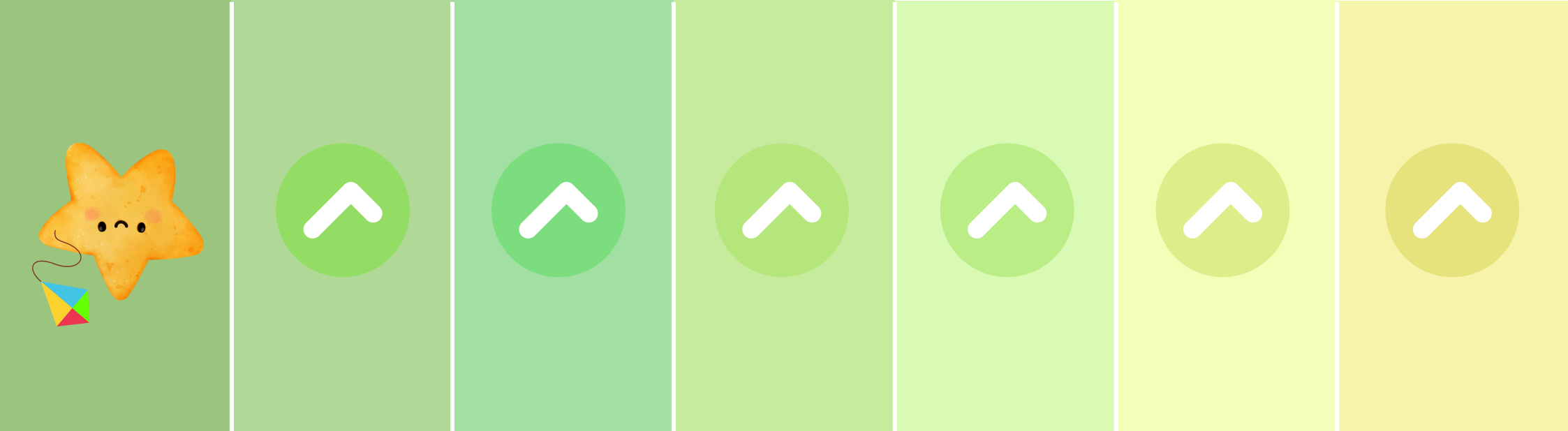
TIEMPO CON
MAMÁ

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

**NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS**



@silvia_miranda17



Rutina de la Noche



BAÑARSE

CENAR

CEPILLARSE
LOS DIENTES

PONERSE EL
PIJAMA

TIEMPO CON
LA FAMILIA

CUENTO PARA
DORMIR

DORMIR

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



AMMAI
COMUNIDAD DE MAMÁS



@silvia_miranda17





Una
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

Rutina Escolar



ORGANIZAR
LA MOCHILA

PREPARAR LA
LONCHERA

VESTIR EL
UNIFORME

ARREGLAR
EL PELO

IR A LA
ESCUELA

HACER TAREA

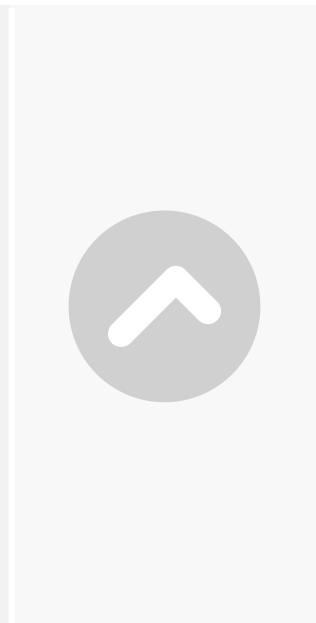
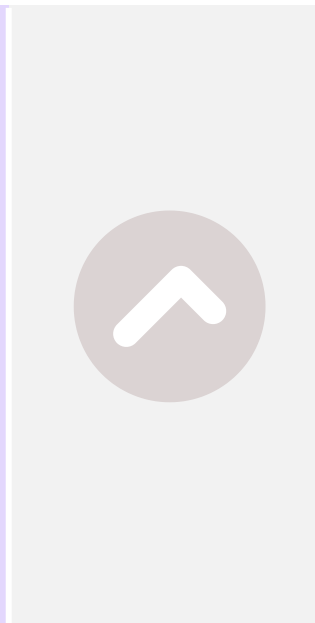
ESTUDIAR

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS

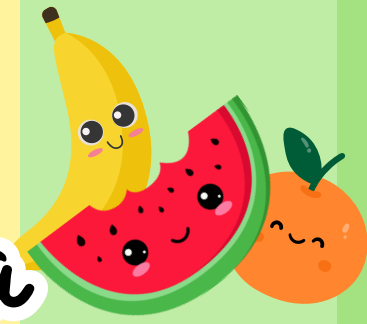


@silvia_miranda17





Una
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA



Rutina Alimentaria



VERDURAS

LEGUMBRES

FRUTAS

GRANOS

PROTEÍNAS

COMIDA
ESPECIAL DE
MAMÁ

BEBER AGUA

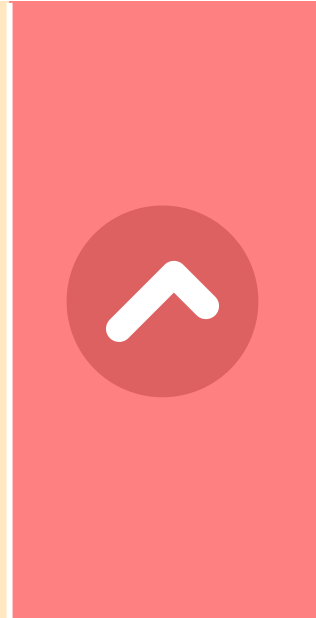


Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



@silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

Rutina Religiosa



ORAR



IR A LA
IGLESIA



LEER LA
BIBLIA



PEDIR
PROTECCIÓN



AGRADECER POR
LA COMIDA



AGRADECER
POR EL DÍA



ORACIÓN ANTES
DE DORMIR

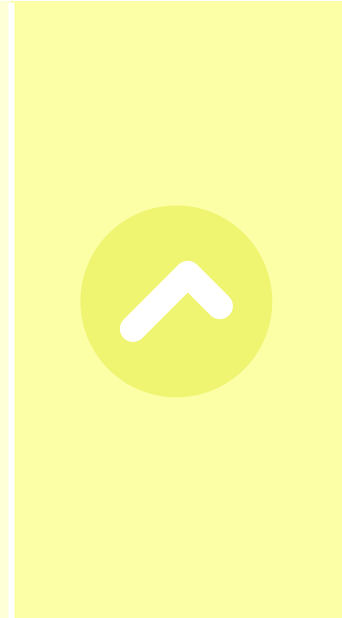
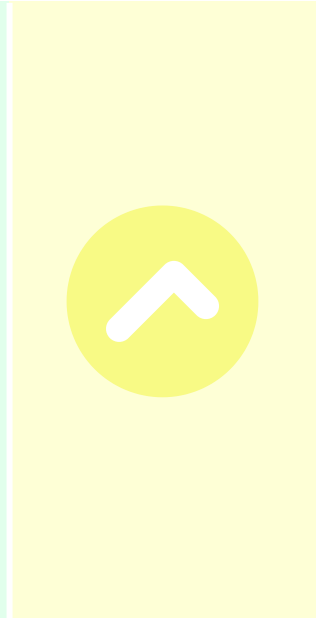


Una *Una*
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



@silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA



Rutina de la Mascota



ALIMENTAR A
LA MASCOTA

DAR AGUA

ACARICIAR A
LA MASCOTA

LIMPIAR EL
PIS/CACA

JUGAR CON
LA MASCOTA

PASEAR CON
LA MASCOTA

ALIMENTAR A
LA MASCOTA

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

**NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS**



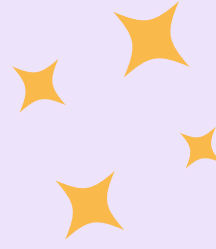
@silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

Tareas del Hogar



HACER LA
CAMA

PONER LA
MESA

BARRER

QUITAR EL
POLVO

REGAR LAS
PLANTAS

AYUDAR CON
LOS PLATOS

GUARDAR LOS
JUGUETES

Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



@silvia_miranda17





Mis Compartamientos



EN ESTA CASA
NO
MENTIMOS



EN ESTA
CASA NO
GRITAMOS



EN ESTA
CASA NO SE
HACEN
BERRINCHES



EN ESTA CASA
NO PELEAMOS



EN ESTA CASA
NO SOMOS
MAL
EDUCADOS



EN ESTA CASA
NO SE FALTA
AL RESPETO



EN ESTA CASA
NO SE
DESOBEDECE

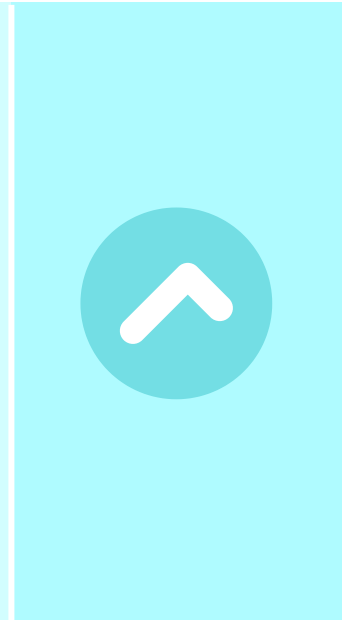


Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

**NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS**



@silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA



Mis Compromisos



DENTISTA

VACUNA

TERAPIA

PSICÓLOGO

PEDIATRA

FONOAUDIÓLOGO

OFTALMÓLOGO



Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

**NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS**



@silvia_miranda17





Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA



Actividades Extras



BICICLETA

FÚTBOL

VÓLEY

BALLET

NATACIÓN

**CLASES DE
IDIOMAS**

**CLASES DE
MÚSICA**



Una 
MAMÁ SIN FILTRO
By SILVIA MIRANDA

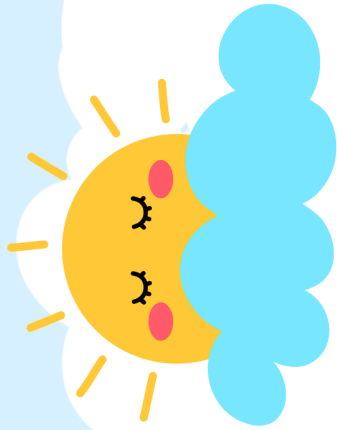
NO EXISTEN PAPÁS
MALOS, SOLO ESTAMOS
MAL INFORMADOS



@silvia_miranda17

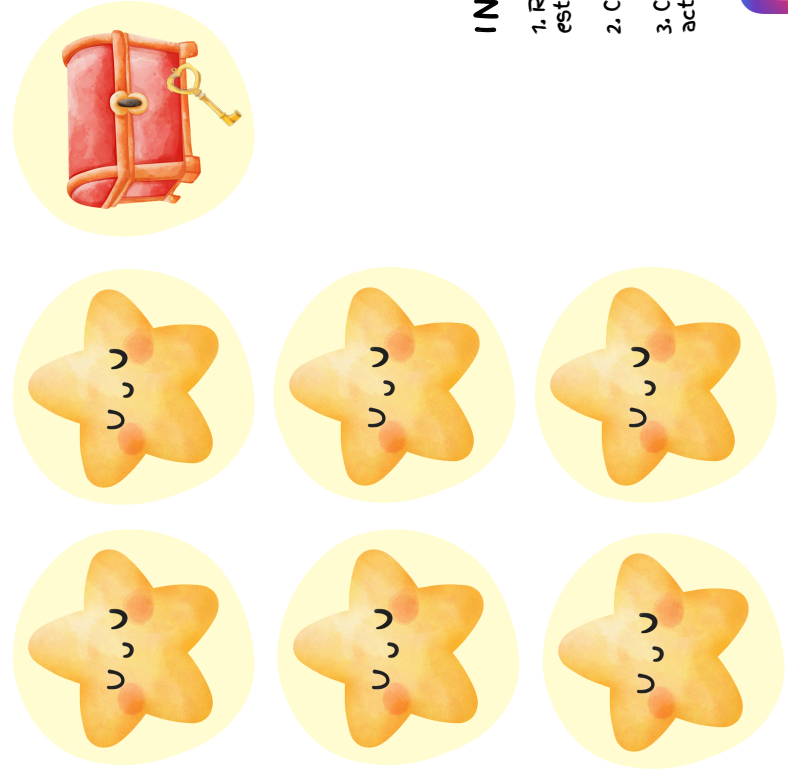


MIS RECOMPENSAS



¡LO LOGRASTE,
FELICIDADES!

RECOMPENSA:



INSTRUCCIONES

1. Recorta el panel de recompensas según se indica, incluyendo las estrellitas y el cofre.
2. Coloca velcros adhesivos según las áreas designadas en los paneles.
3. Cada día, otorga a tu hijo una estrellita si ha completado las actividades principales con éxito, y al final, el cofre.



@silvia_miranda17