**LECTURA REFLEXIVA**

**“SI TUVIERA QUE VIVIR OTRA VEZ MI VIDA”**

E

n las entrevistas con ancianos y con enfermos terminales no se refleja que esas personas lamenten las cosas que hicieron, sino que siempre están presentes las cosas que lamentan no haber hecho.

La próxima vez me atrevería a equivocarme más.

Me relajaría más y haría más ejercicio.

Me permitiría ser más tonto de lo que he sido en esta ocasión.

Me tomaría en serio muchas menos cosas.

Correría más riesgos.

Viajaría más.

Escalaría más montañas y nadaría en más ríos.

Comería más helados y menos judías.

Tal vez tendría más problemas reales, pero menos imaginarios.

Fíjate que yo soy una de esas personas que llevan una vida sensata y cuerda, hora tras hora y día tras día.

Oh, yo he tenido mis momentos, y si tuviera que volver a empezar, procuraría tener más. En realidad, trataría de no tener nada más que momentos.

Viviría tantos años adelantándome a cada día.

He sido una de esas personas que nunca van a ninguna parte sin llevar el termómetro, la bolsa de agua caliente, el impermeable y el paracaídas.

Si tuviera que empezar de nuevo, iría más ligero de equipaje.

Si tuviera que volver a vivir, empezaría a andar descalza a comienzos de la primavera y así me quedaría hasta finales del otoño.

Iría a más bailes.

Daría más vueltas en carrusel.

Cortaría más margaritas.

Nadine Stair (85 años)

**ENTRETENIMIENTO EN CASA**

**“Siempre que te encuentres dudando de lo lejos que puedes llegar, solo recuerda lo lejos que has llegado. Recuerda todo lo que has enfrentado, todas las batallas que has ganado y todos los temores que has superado.” #YO ME CUIDO, YO TE CUIDO.**

1. **NOMBRE DEL JUEGO: “GIRA A LA TORTUGA”**
2. **MATERIALES:**
* Mucho entusiasmo
1. **INSTRUCCIONES:**
* Hay que avisarles para que se pongan una ropa adecuada para el juego, pues se ensuciarán bastante.
* Empareja a los jugadores por tamaño. Las cosquillas y el juego sucio no están permitidos.
* Uno de los dos se tumba de espaldas en el suelo. A la voz de YA el otro jugador tratará de darle la vuelta y ponerlo sobre su pansa. El jugador del suelo intenta evitar que le de la vuelta estirando sus brazos y piernas y moviéndose por el suelo.

Psic. Marlene Apaza Quico Facebook I.E. “CHAMPAGNAT” TACNA