



**COLEGIO
DE BACHILLERES**
DEL ESTADO DE QUERÉTARO



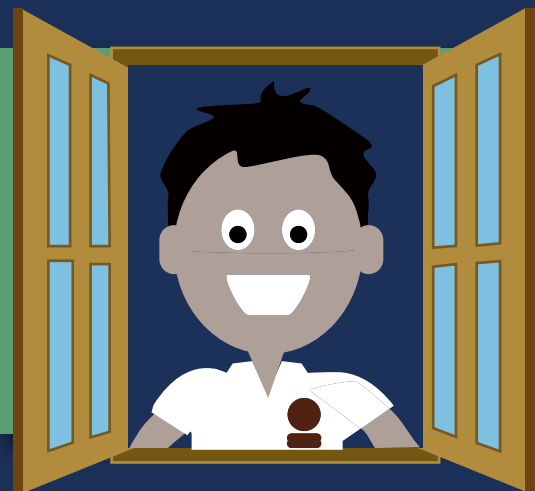
SECRETARÍA
DE EDUCACIÓN

QRO
ORGULLO
DE **MX**

#QuédateEnCasa

DESDE MI VENTANA

5 recomendaciones para redescubrirme en casa



¿Cómo me relaciono con mi familia?

- Coopera con las labores domésticas.
- Escucha antes de responder para evitar escaladas en las discusiones.
- Identifica emociones y necesidades para que puedas expresarlas claramente.
- Aprender a negociar: quiere decir que ambas partes ganan, ambas partes ceden.
- Equilibra tiempos personales con tiempos de convivencia.

#EnCOBAQ
TransformamosVidas

#Orgullo
COBAQ