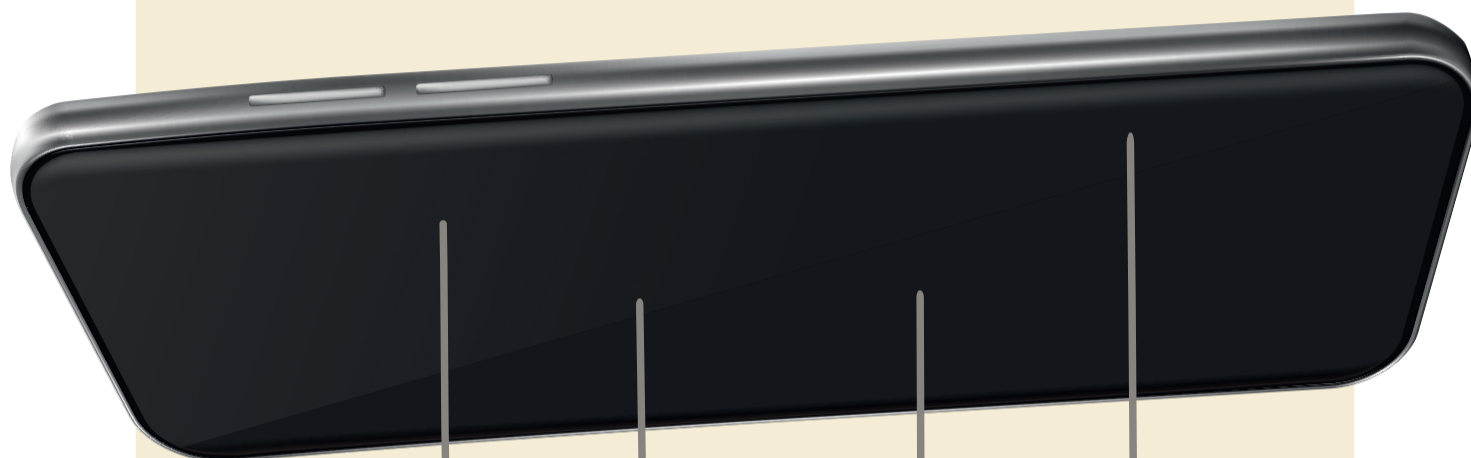


# NO DEJES QUE LAS PANTALLAS CONTROLEN TU VIDA



NO DEJES QUE TU PANTALLA TE ROBE VIDA

# PANTALLAS

## la droga digital

### NO TE AÍSLES

Tener amigos es una de las grandes experiencias de la vida. Habla con tus mayores, cuéntales lo que aprendes todos los días. ¡Comparte, juega, conversa y, sobre todo, ríe!

### CUIDA TU VISTA

Tus ojos necesitan ser usados para mirar al infinito, leer un libro, observar la naturaleza... Si solo los usas para mirar a tu pantalla, acabarás teniendo problemas de visión.

### MIRA HACIA ARRIBA

También tu espalda necesita vida. Mirando la pantalla te encoges y tu columna vertebral sufre. ¡Baila, salta y corre todos los días!



# No caigas en la trampa

COMPARTE TU MUNDO  
MIRA A TU ALREDEDOR  
MUÉVETE, BAILA, SALTA

LAS PANTALLAS ROBAN VIDA

