

# SESIÓN 1 Y 2

## DINÁMICA 2: Dinámica de los relojes

Colorea o anota las horas que cada persona que compone tu familia (incluyéndote a ti) dedica a cada una de las actividades que desarrolla. Abajo, ofrecemos un ejemplo de cómo sería el día a día (entre semana) de una persona. Por cada persona utilizaremos dos relojes de 12 horas para representar las 24 horas del día.

ACTIVIDADES	
Trabajo remunerado	Cualquier trabajo con sueldo.
Necesidades fisiológicas	Ducharse, comer, echar la siesta...
Ocio pasivo	Ver la tele, estar leyendo en el sofá...
Responsabilidades domésticas	Hacer la compra, limpiar la casa, gestiones como ir al banco, reparaciones de casa...
Ocio activo	Ir al gimnasio, dar un paseo, hacer ciclismo...
Dormir	
Participación sociopolítica	Asociaciones, sindicatos, comisiones fiestas, ONG...
Responsabilidades de cuidado	Estar pendiente de alguna persona enferma, gestiones como llevar al médico o ir a por las recetas, hacer deberes, estar pendiente de que las personas de casa están bien, preparativos (cumpleaños/vacaciones), acudir a reuniones (de la escuela, vecindarios, ...)

