

DECLARACIÓN

Yo, _____ me comprometo a renunciar a las pantallas de entretenimiento durante _____ (fechas). Excepto en la escuela o el trabajo, evitaré 1) ver televisión, películas o videos, 2) jugar juegos en teléfonos, sitios web, tabletas o consolas, 3) navegar por Internet o 4) usar las redes sociales. En vez de pasar tiempo frente a una pantalla, yo voy a:



_____ signature

www.screenfree.org

DECLARACIÓN

Yo, _____ me comprometo a renunciar a las pantallas de entretenimiento durante _____ (fechas). Excepto en la escuela o el trabajo, evitaré 1) ver televisión, películas o videos, 2) jugar juegos en teléfonos, sitios web, tabletas o consolas, 3) navegar por Internet o 4) usar las redes sociales. En vez de pasar tiempo frente a una pantalla, yo voy a:



_____ signature

www.screenfree.org

DECLARACIÓN

Yo, _____ me comprometo a renunciar a las pantallas de entretenimiento durante _____ (fechas). Excepto en la escuela o el trabajo, evitaré 1) ver televisión, películas o videos, 2) jugar juegos en teléfonos, sitios web, tabletas o consolas, 3) navegar por Internet o 4) usar las redes sociales. En vez de pasar tiempo frente a una pantalla, yo voy a:



_____ signature

www.screenfree.org

DECLARACIÓN

Yo, _____ me comprometo a renunciar a las pantallas de entretenimiento durante _____ (fechas). Excepto en la escuela o el trabajo, evitaré 1) ver televisión, películas o videos, 2) jugar juegos en teléfonos, sitios web, tabletas o consolas, 3) navegar por Internet o 4) usar las redes sociales. En vez de pasar tiempo frente a una pantalla, yo voy a:



_____ signature

www.screenfree.org