



# e-Tips for Families

## Establecer una Rutina

Es importante desarrollar buenos hábitos y crear rutinas que sean similares a un día escolar típico. Esto ayudará a su hijo/hija que se mantengan concentrados y dedicados en las tareas.

### Algunas sugerencias para el éxito:

1. Muestren un horario visible donde sus hijos y hijas puedan ver claramente los horarios y las actividades.
2. Despiértense a la misma hora todos los días.
3. Programe descansos de los electrónicos por la noche y hable sobre una hora en la que los electrónicos deben apagar.
4. ¡Sean flexibles! Pueden llevar algún tiempo encontrar un horario que funcione.

Brought to you by  
**M-DCPS Office of Community Engagement**  
@MDCPSCommunity