

RINCÓN DEL CONSEJERO

RESERVA UNA CITA: SRA. MUELLER / CORREO ELECTRÓNICO: NMUELLER@WWPS.ORG
RESERVA UNA CITA: SR. PITZER / CORREO ELECTRÓNICO: SPITZER@WWPS.ORG

¡NUEVOS HÁBITOS!

Enero es el momento perfecto para nuevos comienzos. Ya sea mejorar tus calificaciones, hacer nuevos amigos o crear hábitos más saludables, los pequeños pasos que tomes ahora pueden marcar una gran diferencia para el resto del año escolar.

¡CONSEJO DE LA SEMANA!

Comienza con pasos pequeños y mantente constante. Los grandes cambios suceden un hábito a la vez —como repasar tus apuntes cinco minutos al día o guardar el teléfono durante la tarea.

"EL SECRETO DEL CAMBIO ES CONCENTRAR TODA TU ENERGÍA NO EN LUCHAR CONTRA LO VIEJO, SINO EN CONSTRUIR LO NUEVO."
— SÓCRATES

DESAFÍO SEMANAL

Elige un hábito positivo en el que enfocarte esta semana y hazle seguimiento durante siete días —ya sea beber más agua, dormir lo suficiente o limitar el tiempo frente a la pantalla.

¿ILO SABÍAS?!

Se necesita un promedio de 21 días para empezar a formar un nuevo hábito —¡la constancia es el secreto del éxito!