

# Proyecto BIE - IES Los Sauces "Desconectar para Reconectar"



1

## DESCONEXIÓN DIGITAL



Apagar los móviles  
Evitar las redes sociales

## MEJORA DE HÁBITOS

Gestión del tiempo  
Hábitos de estudio

2



## VIDA SALUDABLE

Actividad física  
Alimentación saludable

3



## INTERACCIÓN Y CONEXIÓN REAL

Fomentar las relaciones personales  
Actividades grupales

4



## REFLEXIÓN PERSONAL Y COLECTIVA

Diario de experiencias  
Compartir y Discutir

5



## FECHA Y PARTICIPANTES

5 - 12 marzo 2024  
Alumnado y profesorado  
BIE1

6



5 - 12 marzo 2024