

Las actividades sanas fortalecerán a mi familia



Por Jennifer Maddy

Lucas estaba aburrido; se paseó por la casa para encontrar a alguien que jugara con él. Su hermano, Ben, estaba jugando en la computadora; su hermana, Sophie, estaba mandando mensajes de texto a su amiga; la mamá estaba revisando el correo y el papá estaba leyendo.

“Esto está muy aburrido”, dijo Lucas.

El papá levantó la vista del libro.

“¿Qué quieres decir?”

“No hacemos nada juntos”, dijo Lucas.

“Cada uno está haciendo lo que quiere”.

El papá cerró el libro. “Tienes razón”, dijo él. “Voy a reunir a la familia y haremos algo divertido”.

Lucas sonrió. “¡Genial!”.

Unos minutos más tarde, la familia de Lucas se sentó junta, preguntándose qué hacer. Sophie quería mandar mensajes de texto a su amiga y Ben quería seguir jugando con su videojuego.

“A mi amigo Paul le gusta dar paseos con su familia”, dijo Lucas. “Y a la familia de Alexander le gusta practicar deportes”.

Pero Sophie no quería salir por el calor, y Ben no podía jugar deportes porque se había dañado el tobillo.

“Ésas son cosas divertidas para tus amigos, Lucas”, dijo la mamá, “¿pero qué le gusta hacer a nuestra familia?”.

Ben dijo que le gustaba jugar juegos de mesa; Sophie dijo que le gustaba leer y Lucas dijo que le gustaba jugar con autos de carreras.

“Vamos a escoger una de esas cosas para hacerla ahora mismo”, dijo el papá. “¿Por qué no jugamos un juego de mesa primero?”.

Al poco rato todos se hallaban reunidos alrededor del juego y comenzaron a jugar. Después de un tiempo, Sophie dejó el teléfono de lado, Ben dejó de mirar la computadora, y para cuando terminó el juego, todos sonreían, pero la sonrisa de Lucas era la más grande. ■

La autora vive en Utah, EE. UU.

CANCIÓN

- “La familia”, (*Liahona*, abril de 2004, pág. A11)

IDEAS PARA HABLAR EN FAMILIA

El profeta y los apóstoles nos dicen que es importante pasar tiempo juntos como familia. Hacer cosas con tu familia servirá para que aprendan los unos de los otros y a divertirse juntos. ¿Qué le gusta hacer a tu familia? Hablen en cuanto a cómo esas actividades les ayudan a estar más unidos. Podrían establecer una meta de hacer una nueva actividad como familia este mes.

UN MES DE DIVERSIÓN

Planea con tu familia qué actividades les gustaría hacer durante el mes. Al hacer una de las actividades que aparecen aquí, recorta la imagen y pégala en el día en que la lleven a cabo. Usa las que estén en blanco para añadir tus propias actividades.



Agosto de 2014

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



Jugar un juego



Dar un paseo



Ir al templo



Dar un paseo en bicicleta



Ir a nadar



Hacer la noche de hogar



Cantar juntos



Jugar un deporte



Leer un relato

ILUSTRACIONES POR ADAM KOFOED.