

Las profesionales a cargo del **Consultorio Amigo del Adolescente** nos acercan una serie de recomendaciones para compartir con los adolescentes en esta cuarentena:

- **Brindarles espacio** a los adolescentes. Esto significa, "permitirles vivir a contramano" eso ayuda a que se conecten con sus pares en la intimidad.
- Buscar **compartir actividades** con ellos.
- Estar **abiertos al diálogo**, sobre todo si es una inquietud o consulta de ellos.
- Escucharlos, **permitirles exteriorizar** enojos, preocupaciones y frustraciones.
- Los padres y tutores deben tener en cuenta que para todos **es difícil el aislamiento**, para los adolescentes es peor.
- Debemos estar atentos a que los cambios de horario **no afecten rutinas de alimentación**.

El Consultorio Amigo del Adolescente permanece abierto de lunes a viernes de 8 hs a 14 hs en 20 de Septiembre esquina Ituzaingo.

Ante cualquier consulta comunícate, dentro de ese horario, al whastapp **223-5943464** o al teléfono fijo **474-0545**.