

Yo

- Me levante a los 8:00 am
- Me cepille los dientes, me lave el rostro, fui al baño, me lave las manos, me seque el rostro y las manos también, me cambie y recogí mi cabello.
- Tome un vaso de agua.
- Ayude a mi mamá a limpiar la mesa y a hacer el desayuno.
- Desayune bistec, y tome un poco de café.
- Después lave los trastes que quedaron sucios.
- Luego hice la limpieza del hogar.
- Doble un poco de ropa y la acomodé en el ropero.
- Tome un pequeño descanso de 30 minutos me hidrate y tome un gatorade.
- Luego me fui a bañar, me cambie y me peine.
- Después almorce un caldito de hierbas, y tome un vaso de fresco de naranja natural.
- Después hice tareas y vi algunos videos en mi celular.
- Hable un rato con mi mamá y mi hermana.
- Después me coloque mi pijama, cene unos panquequitos con miel y café.
- Luego me fui a cepillar los dientes y a lavar mi rostro.
- Fui al baño, me lave las manos me las seque y el rostro también.

Imer

- Se levanta a las 8:30 am.
- Tomo un vaso de agua.
- Se cepillo y lavo el rostro y fue al baño.
- Después hogarro su celular y se metió a redes sociales.
- Luego hizo su limpieza.
- Después fue a desayunar Corn flakes.
- Después se acostó y vio una película.
- Luego ingreso a redes sociales.
- Después hizo tareas.
- Luego se fue a bañar y se cambió.
- Tomo su medicamento.
- Hizo un poco de rutina de ejercicios.
- Refacciona unas papitas fritas.
- Fue a almorzar y comió carne con frijol y ensalada, y tomo suero.
- Luego fue a jugar con su hermano cartas.
- Después tomó sus pastillas con un poco de agua.
- Luego fue a cenar unos platanitos con frijol y tomo café.
- Luego fue a cepillarse, se lavo el rostro, fue al baño, se seco las manos y el rostro.
- Ordeno su cama, hizo su oración y se durmió.