

¡Felices Cuidafiestas  
y un Maravilloso 2021!





**Y**a... ¡lo sabemos!, estas Navidades no van a ser como las de otros años. Pero este año, hemos aprendido un montón de cosas, entre ellas, que una celebración puede ir mucho más allá de grandes eventos y multitudes, y que quizás lo más bonito es conectar y disfrutar de quienes tenemos más cerca, por eso...

**Os deseamos unas Felices Fiestas y un 2021 lleno de paz, amor, alegría, ilusión y felicidad.** Y además este año, os invitamos a sumar dos nuevas palabras a la Navidad, como son los cuidados y el apoyo mutuo.

**Queremos animaros a cultivar la cultura del cuidado en estas bonitas fechas iy todo el año!** Porque parece que son tareas que solo corresponden a las personas mayores y, a menudo, alguien de la familia se encarga y se “carga” con casi todo. Por eso... ¡Os animamos en estas Fiestas a hacer equipo en familia!

**En la siguiente página tienes 5 trucos para unas Fiestas en las que todas y todos celebremos y disfrutemos a tope...**





## 1 ¡Madre mía ya está aquí la Navidad!

*¡Urge! Hoy a las 19 horas, asamblea familiar en la cocina para sincronizar relojes y... la lista de "cosillas por hacer".*

## 2 ¿Regalando a tutiplén?

*¿Más colonias, pijamas y jerseys con renos? ¿Y si en estas Navidades nos regalamos unos cuantos "jugamos", muchas risas y montones de "compartimos"...?*

## 3 Pon en modo «ON» el detectómetro de "yolo hagotodo".

*¡Eeey! Que ya no se lleva eso de "quita, quita, que ya lo hago yo". ¡Familia en alerta! ¡Ponle freno a la "acaparatitis" y a la "yomeencargofilia"!*

## 4 Somos ¡Family Chefs!

*Mmm. Las maravillosas recetas "de la abuela" ahora las hacemos en familia, y organizamos las compras, pensamos los menús, ideamos el emplatado...*

## 5 ¡No nos mires, únete!

*¿Que aún hay alguna persona de esas que no se levantan del sofá para no quitarles la faena a otras? Échale una mano y cántale aquello de...  
¡El cuidado compartido, es más divertido!*

**¡Abraza a esta Navidad especial  
con todo tu amor y cuidados!**



# ¡Muy Felices Fiestas!

Y, como siempre, os esperamos en la Mancomunidad para conocer todas vuestras ideas para hacer de nuestros municipios un lugar más abierto, respetuoso e igualitario.

## **Mancomunidad de Servicios Sociales THAM**

Avda. de la Dehesa, 63 - 28250 Torrelozón / Tel. 91 856 21 50/51  
tham@mancomunidad-tham.org / [www.mancomunidad-tham.es](http://www.mancomunidad-tham.es)



*Cofinanciación del 50% por parte del FSE en el marco del Programa Operativo 2014-2020, Eje 1, Prioridad de inversión 8.4 de la Comunidad de Madrid.*