

## Seis consejos de Gou.mx para pasar una cuarentena de lujo

**Existen muchas formas de pasar una cuarentena, pero depende de cada persona conseguir que esta experiencia sea algo positivo o se convierta en una situación desagradable. Seguir unos sencillos consejos puede hacer más fácil y llevadero el confinamiento**

**Preparar una mudanza a una casa con terreno**

Si aún está permitido en el lugar de residencia, desde Gou.mx proponen buscar a una empresa de mudanzas que facilite la mudanza a una casa con terreno, o al menos, con una buena terraza. Quizás un ático libre en la misma calle sea buena opción. Disfrutar de paseos al aire libre está permitido siempre y cuando se haga dentro de la propiedad, y ésta es una ventaja de lujo que muy pocos podrán disfrutar. En algunos países ya se empiezan a manejar cifras de cuarentenas de más de 4 meses, por lo que un alquiler de larga estancia también es una opción siempre que la economía familiar lo permita.

**Organización**

Es fundamental crear una rutina diaria para no caer en el aburrimiento y el descontrol. Hay que estructurar los días, prefijando unas tareas a realizar para organizar la forma en la que se debe dedicar el tiempo. Es muy importante ajustarse a unos horarios, tanto a la hora de despertarse y acostarse, como horarios de comidas, trabajo, ejercicio físico y entretenimiento.

**Alimentación**

Una buena idea para hacer la cuarentena más llevadera es la cocina. Aprovechar para desempolvar esos libros de recetas que adornan las estanterías. En la mayoría de países se mantendrán en funcionamiento los servicios básicos y eso incluye todo lo relacionado con la alimentación, por lo que no van a faltar ningún ingrediente. Crear nuevos platos cada día rompe la rutina, es una forma de entretenimiento y las horas pasarán volando.

**Ejercicio físico**

Estar en casa no significa quedarse en el sofá sin hacer nada. Hay cientos de canales de YouTube que enseñan ejercicios sencillos para mejorar la forma física. El movimiento también ayuda a mejorar el estado mental y emocional gracias al efecto de la liberación de endorfinas. Además, puede hacerse mucho más entretenido con juegos como Just Dance para bailar individualmente o en familia.

**Conexión a Internet**

Es fundamental que en el lugar de confinamiento tenga una muy buena conexión a internet. Esto permite disfrutar sin problemas del teletrabajo, de los contenidos multimedia en streaming, juegos online y mucho más. En caso de no contar con buena conexión de fibra o adsl, existe la opción de contratar una tarifa ilimitada de datos para smartphone, y con ella compartir internet al resto de dispositivos que necesiten internet.

## Tareas pendientes

Si después de seguir estos consejos, aun sobra algo de tiempo libre, conviene aprovecharlo para terminar aquellas tareas que se han ido dejando pendientes. Acabar de leer una trilogía, hacer una limpieza general, pintar una habitación, arreglar algo, reformar o redecorar.

### **Datos de contacto:**

Pedro Luis Conde Araujo

+34645982732

Nota de prensa publicada en: [México](#)

Categorías: [Internacional Inmobiliaria Sociedad Logística](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>