**IDEAS O SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES DE INTEGRACIÓN/ CULTURA**

1. Olimpiada familiar: Mañana o día de actividades que se puedan hacer en familia (concursos sencillos como el de la cuchara y los limones, llenar baldes de agua con esponjas, etc. Hacer equipos de colores con varias familias.
2. Partido de fútbol (hombres y mujeres por equipos).
3. Postretón (concurso de postres originales que transmitan un valor: se les dan 30 minutos y traen materiales sencillos como galletas, un panqué, chocolate, etc. ).
4. Artístico: Que hagan algún mural por equipos (ya sea un collage con recortes de revistas con el tema de algún valor,  o describiendo la empresa), para que convivan en esta dinámica.
5. Óscares: Hacen un pequeño video por áreas o equipos multidisciplinares con la práctica de algún tema, valor o puntos de la cultura de la organización y se hace una final donde se proyectan todos y se premia al ganador y al mejor actor, mejor mensaje, etc… con estatuas de oscares.
6. Algún rally con juegos o dinámicas. Que tengan que completar un circuito, etc.
7. Pic nic. Cada persona trae algo para compartir y comen todos juntos.
8. Casino: Una hora de juegos de mesa y se les dan boletos a los ganadores que al final canjean por premios sencillos (pin, gorra, medio día de vacaciones, etc.).
9. Sembrar árboles, colectas de apoyo en especie para los beneficiarios más necesitados, etc.
10. Tarde de cine: Ver alguna película que refuerce algún valor organizacional, con palomitas y cine forum o análisis posterior.
11. Mensual: Pastel de cumpleaños para todos los cumpleañeros del mes. Mañanitas y pequeña convivencia.

**OTRAS IDEAS POR CALENDARIO TEMÁTICO DE ACTIVIDADES MENSUALES**

Enero: Partir rosca de reyes

Febrero: Los colaboradores que sacaron muñequito organizan y traen los tamales (la organización puede poner el atole o el chocolate, etc.// Amor y amistad (detalles)

Marzo: Campaña de salud dental: plática, conseguir valoraciones de algún dentista…

Abril: Somos incluyentes: Actividad/ plática o testimonio sobre inclusión y equidad de género y taller de análisis interno de cómo vamos en esos temas.

Mayo: Celebrar a las mamás de la organización (una flor, darles medio día el 10 de mayo)

Junio: Celebrar a los papás de la organización (un detalle, darles medio día)

Julio: El descanso y el bienestar en el trabajo: plática/ actividad de wellness (sesión de pilates, coach que enseñe buenas posturas en el trabajo, poner ese mes alguna mesa de ping pong o futbolito/ torneo informal.

Agosto: Seamos verdes: campaña de reciclaje y separación de residuos, plática interna/ concurso (de tapas, pet, materiales que traigan de casa y se puedan llevar a un centro de reciclaje.

Septiembre: Viva México (traer ropa típica o de los colores patrios, comida mexicana o actividad cultural (visita a algún lugar histórico de la ciudad, etc)

Octubre: Mes de la sensibilización del cáncer de mama y próstata (alguna plática al respecto, apoyo o descuentos para exámenes preventivos, etc.)

Noviembre: Concurso de altares de muertos por equipos o calaveritas.

Diciembre: Fiesta/ brindis de navidad y fin de año con rifa de regalos o intercambio.