



3 divertidos pasatiempos que aprenderás en minutos y te alejarán del aburrimiento

- *Si todavía no encuentras qué hacer con tus ratos de ocio, te recomendamos algunas actividades que despertarán en ti algo más que una pasión.*

Ciudad de México, 10 de agosto de 2022.- Existen muchas **formas de aprovechar el tiempo libre**. Porque tal vez ya te cansaste sólo de tomar el teléfono para mirar memes y quieres encontrar algo más emocionante y satisfactorio en tu vida. Aquí un tip: **iniciar un pasatiempo** es descubrimiento, creatividad, autoexpresión, satisfacción y en el mejor de los casos también disciplina.

Pero si crees que no te alcanzan las horas del día para **aprender un nuevo hobby**, no te preocupes, sabemos algo que te hará cambiar de opinión. Te presentamos **tres cosas que se pueden aprender rápidamente** y que deberías darles una oportunidad:

1.-Meditar. Sí, esta actividad aparenta que sólo cierras los ojos, estás en silencio y te colocas en una posición extraña, pero nada más alejado de la realidad. Tampoco es un placer reservado exclusivamente para monjes budistas o amantes del *mindfulness*, la meditación tiene bases muy accesibles que casi cualquier persona entiende sin complicaciones.

Meditar significa agendar un momento para ser amable contigo mismo. Encuentra un espacio en el que te sientas cómodo, deja entrar y salir el aire de tus pulmones y desconéctate de las preocupaciones aunque sea unos instantes. Al hacerlo como un hábito, encontrarás otras técnicas de respiración y métodos para evitar la divagación.

2.- Cartas. Sacar las cartas es el entretenimiento más común en reuniones con amigos y familiares. Hay tantas variables para disfrutarlo que es imposible escoger una, pero existe una categoría que añade más emoción al juego. Nos referimos a los juegos de cartas coleccionables (conocidos en inglés como *trading card games*) ¿por qué? Porque hay más mecánicas, diseños memorables y la posibilidad de intercambiarlas con otras personas.

Lo mejor de todo es que es más fácil de lo que suena. Tomemos de ejemplo a [Magic:The Gathering](#), el título que inició todo. Hay videos que te explican cómo jugar **en minutos** y si **pruebas la versión digital** llamada [Arena](#) estarás retando a otros usuarios cuando menos te des cuenta. Las cartas nunca habían sido tan divertidas.

3.- Origami. O como algunos lo conocen el arte de doblar papel. En internet existen miles de tutoriales que te enseñarán a hacer tu primera figura en cuestión de minutos. ¿Quieres más argumentos a su favor? El origami no sólo es muy relajante también ayuda a mejorar la memoria, reducir estrés y potenciar la destreza manual.

Lo único que necesitas es papel y paciencia. Todos inician con lo más sencillo como la clásica grulla y con experiencia suficiente elaboran hasta réplicas en miniatura de icónicas estructuras arquitectónicas. La curva de aprendizaje es relativamente acelerada pues se consiguen resultados satisfactorios en pocos días y al final puedes quedarte las creaciones que más te hayan gustado. ¡A doblar se ha dicho!

Comentado [1]: Pondría únicamente "en minutos" porque, por ejemplo, el video oficial que nosotros tenemos dura menos de 10 ;)

Comentado [2]: Perfecto, así lo dejamos.



La práctica hace al maestro

Ve despidiéndote de esas tardes y fines de semana de aburrimiento. Toma la iniciativa y verás como alguna de estas recomendaciones pronto te podrían cambiar hasta el ritmo de tu vida.

Acerca de Wizards of the Coast

Wizards of the Coast, compañía subsidiaria de Hasbro, Inc., es desarrolladora y editora galardonada de juegos de mesa y digitales que despierta un sentido de aventura en jugadores apasionados de todo el mundo. Más conocida por publicar las franquicias de fantasía innovadoras, MAGIC: THE GATHERING® y DUNGEONS & DRAGONS®, Wizards se dedica a reunir talentos de primera clase para crear experiencias de juego inolvidables en su sede en Washington y sus estudios en Austin y Montreal. Más información en www.wizards.com.

Acerca de HASBRO

Hasbro (NASDAQ: HAS) es una compañía global de juego y entretenimiento dedicada a crear las Mejores experiencias de Juego y entretenimiento del mundo. Desde juguetes y juegos hasta televisión, películas, juegos digitales y productos de consumo, Hasbro ofrece una variedad de formas para que el público disfrute de sus marcas emblemáticas, incluyendo NERF, MY LITTLE PONY, TRANSFORMERS, PLAY-DOH, MONOPOLY, BABY ALIVE, MAGIC: THE GATHERING y POWER RANGERS, así como sus principales marcas asociadas. A través de su sello de entretenimiento eOne, la Compañía está consolidando sus marcas a nivel mundial mediante grandes historias y contenidos para todas las pantallas. Hasbro está comprometida a hacer del mundo un lugar mejor para los niños y sus familias a través de la responsabilidad social corporativa y la filantropía. Hasbro ocupó la posición n° 13 en la lista de los "100 Mejores Ciudadanos Corporativos" de 2019 de la revista CR Magazine, y ha sido nombrada una de las Compañías Más Éticas del Mundo por el Ethisphere Institute durante los últimos ocho años. Más información en www.hasbro.com.

Contacto MX:

Rosa Torres, Sr. Account Executive
55 54 53 82 77 | rosa.torres@another.co