laCardio KIDS

Fundación Cardioinfantil | laCardio

Lo que me hubiera GUSTADO ESCUCHAR

Un ejercicio para **transformar el pasado** en apoyo para otros

Edad: 15 a 17 años

Materiales

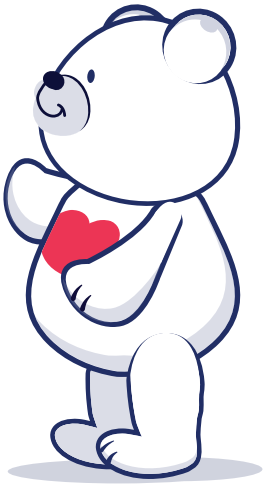
- Impresión de la hoja descargable
- Lápiz o bolígrafo
- Un espacio seguro para escribir

¿Cómo funciona?

Invita a tu hijo a escribir una carta que empiece con: "Si alguna vez te han hecho sentir menos, quiero que sepas que...".

Esta actividad ayuda a canalizar experiencias difíciles y convertirlas en mensajes de apoyo y resiliencia para otros jóvenes.

Si alguna vez...



Escaneame y descubre

Vigilado Supersalud

www.lacardio.org

Síguenos en nuestras redes como @fcardioinfantil @lacardiokids