

carta de gratitud a mi corazón

Edad: 15 a 17 años



Materiales

- ✓ Hoja o cuaderno
- ✓ Lápiz o marcador
- ✓ Espacio tranquilo
- ✓ Acompañamiento de un adulto

¿Cómo funciona?

Los adolescentes escribirán **una carta de agradecimiento a su corazón**, reconociendo todo lo que les permite hacer: reír, jugar, aprender, estar con amigos, soñar. Después deberán añadir una promesa personal de cómo lo van a cuidar.

