

ACTIVIDAD PARA NIÑOS

1 Nombra 5 ocasiones en las que te hayas sentido triste y por qué.

--	--	--	--	--

2 Intenta pensar en lo que te animó esos días.

3 Enumera 5 actividades que ahora sabes que puedes hacer para animarte la próxima vez que estés triste.

4 Dibújalos en las casillas:

--	--	--	--	--

NOTAS PARA LOS PADRES (DESPUÉS DE LA ACTIVIDAD)

1. Recopila información sobre lo que les entristece.
2. Trate de crear conversaciones sobre esos momentos de una manera útil y cálida.



La tristeza no es mala



tamusproject.eu



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



Co-funded by the European Union

The European Commission's support of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission can not be held responsible for any use which may be made of the information therein.

Project Number: 2021-1-IE01-KA220-ADU-000035273

