CaringMatters

ACTIVIDADES DE APOYO PARA USTED Y SU FAMILIA EN DUELO

Recuerdos: Conexión y Consuelo

Nosotros sabemos que las celebraciones de Primavera, como La Pascua de Resurrección, y La Pascua Judía están a la puerta; y debido a los tiempos sin precedentes que estamos viviendo, no podemos brindar nuestros Programas de Apoyo para Niños de una forma directa, y en persona. Sin embargo, estamos aquí para apoyarlos y proveerles recursos.

En estos momentos del año, sus pensamientos pueden persistir en los recuerdos y las tradiciones de cuando su persona especial estaba aún con vida. Aquí le brindamos algunas maneras de honrar y empezar una conversación acerca de esa persona, recordando su personalidad, sus dones, y los momentos especiales que compartieron

Afectuosamente,

Gilly Cannon
Directora de programas de apoyo para niños
301-990-8904, **gillyc@caringmatters.org**

Mabilia Rastello, LCSW-C
Coordinadora del programa para los niños en duelo
717-800-1631, **mabiliar@caringmatters.org**

PARA REALIZAR JUNTOS

Frasco de Recuerdos: Reuniendo recuerdos en un lugar seguro

Algunas veces puede que se preocupe de olvidar detalles, memorias, y momentos importantes con su persona. Esta actividad es una manera de mantener sus recuerdos tangibles, juntar los de su familia y amigos y compartirlos juntos.

1. Busque un frasco vacío u otro recipiente lo suficientemente grande para poder poner notas adentro.

2. Siéntase libre de decorar su Frasco de Recuerdos con calcomanías, marcadores, listones, o cualquier otro material que tenga a mano.

3. Corte pequeños pedazos de papel que se puedan doblar y colocar dentro de su recipiente. Escriba o dibuje algunos de sus recuerdos favoritos a cerca de su persona especial en los pedazos de papel, doble y coloque dentro del Frasco.

4. Pida a otros en su casa que escriban o dibujen sus recuerdos y colocarlos en el Frasco de Recuerdos.

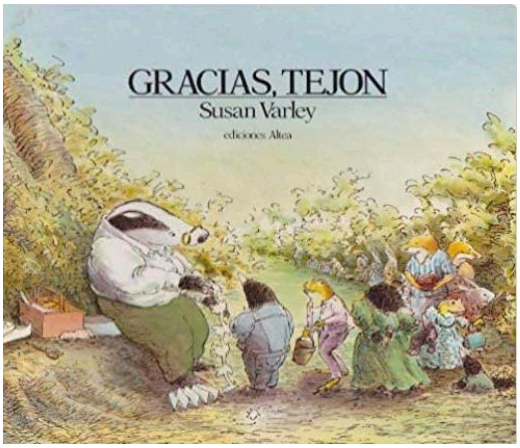
5. Puede llamar o enviar correos electrónicos a otros parientes y amigos que conocieron a su persona especial y pedirles que se unan a esta actividad. Añada estos papeles al Frasco de Recuerdos.

6. Reúna a la familia y comparta los recuerdos que han ido colocando en el Frasco de Recuerdos

Nos encantaría ver sus Frascos de Recuerdos!
Envie sus fotografias a Gilly a gillyc@caringmatters.org
Y las publicaremos en nuestras redes y nuestra pagina digital
en honor de su persona especial.

PARA LEER/ESCUCHAR
Gracias Tejon/*Badger's Parting Gifts* by Susan Varley

El Tejon ha muerto y sus amigos están muy tristes. Ellos comienzan hablar de todas las cosas que Tejon les enseño. Estas memorias les recuerdan que Tejon siempre estará con ellos y eso les trae consuelo. Al escuchar la historia, piensen en algo que hayan aprendido de su persona es-pecial y que les ayuda a recordarla.



Escuchen a Badger's Parting Gifts at
https://youtu.be/tRTRABhJTbo
(Version en Ingles)

PARA PENSAR/CONVERSAR
Manteniendo los Recuerdos Vivos

A veces es difícil empezar una conversación a cerca de su persona. Aquí hay algunas maneras de cómo comenzar. Complete las siguientes frases reunidos en familia. Pueden hacerlo mien-tras comparten una comida (la preferida) de su persona especial o su juego favorito.

TOMEN TURNOS COMPLETANDO LAS FRASES:

- Mi persona me enseño a…
- Una cosa divertida que paso con mi persona fue…
- Una cosa que me gustaba hacer con mi persona era…
- Yo soy como mi persona especial por que…

Visite CaringMatters.org
Para más recursos de apoyo para niños y familias