

CENTRO DE BIENESTAR

BOLETIN INFORMATIVO DE SEPTIEMBRE

Información sobre el mes de concientización: septiembre es el mes de la prevención del suicidio. Este mes es un momento para recordar a quienes se han suicidado, pero también para aumentar la conciencia sobre las señales de advertencia y los recursos para ayudar a prevenir el suicidio.

Valor de carácter: Esperanza

La esperanza es un sentimiento de expectativa y deseo de que ocurra algo en particular. A menudo implica una creencia u optimismo de que las circunstancias, situaciones o resultados mejorarán o serán positivos, incluso frente a la incertidumbre o los desafíos.

Esperanza Emocional: Un estado emocional positivo impulsado por la anticipación de un resultado deseado.

Esperanza Filosófica: Un concepto basado en la fe o creencia en posibilidades más allá de lo que es actualmente observable.

Esperanza Práctica: Acciones o esfuerzos realizados para alcanzar un objetivo, fundamentados en la creencia de que el cambio es posible.

La esperanza sirve como una fuerza motivadora, ofreciendo fortaleza y resiliencia durante tiempos difíciles. Al cultivar la esperanza, podemos construir conexiones más fuertes, apoyar los sueños de los demás y crear una comunidad escolar más positiva y resiliente.

Actividades del centro de bienestar:

Haz clic en la actividad para registrarte

Mindful monday- mindful eating_ 9/15
per 5

Discovering your inner superhero 9/4
per 2

Body positivity_- 9/26 per 3

Save a life from suicide - 9/9 per 7

Stand up suicide prevention- 9/18 per 7

Autocuidado



Solicitud de mediación entre pares

