FINALIDAD

- Las aplicaciones de salud mental son aplicaciones móviles creadas para ayudar a los usuarios a mejorar su bienestar emocional, fomentar la atención plena y promover una buena salud mental.

OBJETIVO

- Promover formas de cuidar y mantener su salud mental

INSTRUCCIONES

Materiales

- Papel
- Impresora
- Tachuelas

Montaje

1. Imprime la página 2 de esta actividad.

Aplicación

- Pida a los estudiantes que dibujen su aplicación de salud mental favorita en el espacio de la imagen del celular. Asi, pueden compartirlas con otros.
- Publique todas las aplicaciones que los estudiantes dibujaron para compartir con la escuela.

¡Cuéntanos cómo te fue con la actividad!
Nos encantaría recibir fotos o que nos etiquetes en las redes sociales:

@ErikasLH | @ErikasLH | erikas.lighthouse | @Erika's Lighthouse

Copyright © 2024, Erika's Lighthouse
ErikasLighthouse.org

Erika's Lighthouse®

¿Tu teléfono puede ayudarte a cuidar tu salud mental?

¡Appsolutamente!

Echa un vistazo a estas aplicaciones recomendadas por estudiantes del Club de Erika's Lighthouse.

Nombre del app:

Recomendado por:

Descripción:

Costo:

Copyright © 2023, Erika's Lighthouse
ErikasLighthouse.org