OBJETIVO

- Conectar a familias y cuidadores con recursos de salud mental
- Promover la educación sobre la salud mental

INSTRUCCIONES

Materials

- Marcadores de libro impresos
- Tijeras

Montaje

1. Imprimir marcador de libros a doble cara
2. Recortar marcadores

Applicación

- Distribuya los marcadores en una noche de padres y maestros, un evento deportivo, una obra de teatro escolar, una reunión de PTA/PTO u otro evento donde los padres estén presentes para promover mensajes sobre la salud mental positiva y conciencia sobre la depresión.

¡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 © 2023, Erika's Lighthouse
ErikasLighthouse.org

FAMILY WORKBOOK SERIES

on Mental Health and Depression

WORKBOOK one We All Have Mental Health

This short, free e-workbook will help you:

- understand the basics of mental health.
- promote good mental health at home.
- have everyday talks with your child about mental health.

Download Workbook One:
We All have Mental Health

WORKBOOK two Concerned About Your Child

WORKBOOK three Getting Help for Your Child

FAMILY WORKSHOPS

I. We All Have Mental Health

Learn about the basics of mental health and how you can support your child at home and school.

II. Depression & Suicide

Learn more about depression and suicide so you can support your child and know the warning signs.

Erika's Lighthouse

Access these resources and more at
www.ErikasLighthouse.org.

FAMILY WORKBOOK SERIES

on Mental Health and Depression

WORKBOOK one We All Have Mental Health

This short, free e-workbook will help you:

- understand the basics of mental health.
- promote good mental health at home.
- have everyday talks with your child about mental health.

Download Workbook One:
We All have Mental Health

WORKBOOK two Concerned About Your Child

WORKBOOK three Getting Help for Your Child

FAMILY WORKSHOPS

I. We All Have Mental Health

Learn about the basics of mental health and how you can support your child at home and school.

II. Depression & Suicide

Learn more about depression and suicide so you can support your child and know the warning signs.

Erika's Lighthouse

Access these resources and more at
www.ErikasLighthouse.org.

FAMILY WORKBOOK SERIES

on Mental Health and Depression

WORKBOOK one We All Have Mental Health

This short, free e-workbook will help you:

- understand the basics of mental health.
- promote good mental health at home.
- have everyday talks with your child about mental health.

Download Workbook One:
We All have Mental Health

WORKBOOK two Concerned About Your Child

WORKBOOK three Getting Help for Your Child

FAMILY WORKSHOPS

I. We All Have Mental Health

Learn about the basics of mental health and how you can support your child at home and school.

II. Depression & Suicide

Learn more about depression and suicide so you can support your child and know the warning signs.

Erika's Lighthouse

Access these resources and more at
www.ErikasLighthouse.org.

SERIE DE LIBROS DE TRABAJO FAMILIAR

acerca de la Salud Mental y la Depresión

Libro de trabajo uno: Todos Tenemos Salud Mental

Este breve libro de trabajo electrónico y gratuito lo ayudará a:

- Comprender los conceptos básicos de la salud mental.
- Promover una buena salud mental en el hogar.
- Tener conversaciones diarias con su hijo sobre la salud mental.

Descargue el Libro de Trabajo Uno:
Todos Tenemos Salud Mental

Libro de trabajo dos: Preocupado por su hijo/a

Libro de trabajo tres: Obtener ayuda para su hijo/a

TALLERES PARA FAMILIAS

I. Todos Tenemos Salud Mental
Aprenda sobre los conceptos básicos de la salud mental y cómo puede ayudar a su hijo/a en el hogar y la escuela.

II. Depresión y Suicidio
Obtenga más información sobre la depresión y el suicidio para que pueda apoyar a su hijo y conocer las señales de advertencia.

Erika's Lighthouse

Acceda a estos recursos y más en
www.ErikasLighthouse.org.

SERIE DE LIBROS DE TRABAJO FAMILIAR

acerca de la Salud Mental y la Depresión

Libro de trabajo uno: Todos Tenemos Salud Mental

Este breve libro de trabajo electrónico y gratuito lo ayudará a:

- Comprender los conceptos básicos de la salud mental.
- Promover una buena salud mental en el hogar.
- Tener conversaciones diarias con su hijo sobre la salud mental.

Descargue el Libro de Trabajo Uno:
Todos Tenemos Salud Mental

Libro de trabajo dos: Preocupado por su hijo/a

Libro de trabajo tres: Obtener ayuda para su hijo/a

TALLERES PARA FAMILIAS

I. Todos Tenemos Salud Mental
Aprenda sobre los conceptos básicos de la salud mental y cómo puede ayudar a su hijo/a en el hogar y la escuela.

II. Depresión y Suicidio
Obtenga más información sobre la depresión y el suicidio para que pueda apoyar a su hijo y conocer las señales de advertencia.

Erika's Lighthouse

Acceda a estos recursos y más en
www.ErikasLighthouse.org.

SERIE DE LIBROS DE TRABAJO FAMILIAR

acerca de la Salud Mental y la Depresión

Libro de trabajo uno: Todos Tenemos Salud Mental

Este breve libro de trabajo electrónico y gratuito lo ayudará a:

- Comprender los conceptos básicos de la salud mental.
- Promover una buena salud mental en el hogar.
- Tener conversaciones diarias con su hijo sobre la salud mental.

Descargue el Libro de Trabajo Uno:
Todos Tenemos Salud Mental

Libro de trabajo dos: Preocupado por su hijo/a

Libro de trabajo tres: Obtener ayuda para su hijo/a

TALLERES PARA FAMILIAS

I. Todos Tenemos Salud Mental
Aprenda sobre los conceptos básicos de la salud mental y cómo puede ayudar a su hijo/a en el hogar y la escuela.

II. Depresión y Suicidio
Obtenga más información sobre la depresión y el suicidio para que pueda apoyar a su hijo y conocer las señales de advertencia.

Erika's Lighthouse

Acceda a estos recursos y más en
www.ErikasLighthouse.org.