

**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. Así, 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:



Para más información, contacte a [Nathalia@ErikasLighthouse.org](mailto:Nathalia@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:

