



# Conversaciones de corazón a corazón

## OBJETIVO //////////////////////////////////////////////////////////////////

- Promover conversaciones acerca de la salud mental para disminuir el estigma que rodea a la depresión
- Difundir positividad
- Crear conciencia sobre la salud mental en tu escuela

## INSTRUCCIONES //////////////////////////////////////////////////////////////////

### Materiales

- Corazones impresos (ver página siguiente)
- Dulces en forma de corazón (paquetes pequeños si es posible)

### Montaje

1. Recortar corazones
2. Adjunte los dulces a los corazones recortados.

### Aplicación

- El día de San Valentín puede ser perfecto para repartir dulces en forma de corazón y unirlos a los corazones, promoviendo más conversaciones para acabar con el estigma que rodea a los problemas de salud mental como la depresión.

**¡Cuéntanos cómo te fue con la actividad!**

Nos encantaría recibir fotos o que nos etiquetes en las redes sociales:



*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse

*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse

*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse

*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse

*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse

*Participemos en más conversaciones de corazón a corazón sobre la salud mental para reducir el estigma que rodea a la depresión.*

**Feliz día de San Valentín**  
*del club de*  
Erika's Lighthouse