



## Espacio Desde Dentro. Admiración – Acción.

### **PALABRAS DE FELICIDAD**

Tan importantes son las actividades en familia en las que se juega, se hacen excursiones o manualidades, como aquellas que dedican un tiempo a tratarnos mejor entre todos, a cuidarnos unos a otros y a demostrar AMOR del bueno. Muchas veces, por culpa del poco tiempo que tenemos, las prisas y la rutina, se nos olvida sentarnos con la familia y decirnos lo que sentimos los unos por los otros.



¡Esto hay que remediarlo! Os proponemos lo siguiente:

La actividad de hoy consiste en halagar a las personas que amamos, alabar las cosas buenas de los demás e inyectar positividad a nuestra familia. Para ello, montaremos un mural en una de las paredes de la casa, cada miembro de la de la familia tendrá su propio espacio, con su nombre, para que los demás expresen los sentimientos hacia esa persona, sus virtudes, halagos, las cosas buenas que hace...Además, podemos incluir dibujos que hagan los niños o fotografías de momentos en los que os sintáis felices, palabras de felicidad, sueños en común, proyectos de la familia...etc.

Cada persona, por turnos, irá al mural a escribir cosas buenas de los demás. Podemos utilizar rotuladores o lápices de colores, papelitos de colores para poner mensajitos positivos, pegatinas, fotografías...todo lo que se os ocurra.

Al terminar el mural, entre todos leeréis los mensajes y palabras de felicidad que habéis escrito y agradeceréis a los demás las cosas buenas que han dicho.

Podéis dejar colgado el mural durante un tiempo para recordar esos mensajes positivos. También podéis guardarlo en un sitio de fácil acceso para poder verlo en cualquier momento.

***“Una persona da lo mejor de sí misma si es feliz” (Santa Magdalena Sofía Barat)***