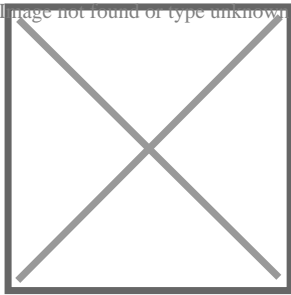


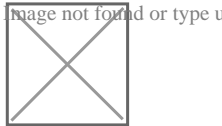
## Actividad en español: Frasco de Recuerdos

- **Author** - Kelly Petersohn, LCSW



### [Custom Resource by Eluna](#)

**Objetivo:** Un frasco de recuerdos es una forma creativa de capturar recuerdos que se pueden guardar y volver a visitar una y otra vez. El frasco de recuerdos puede decorarse de diversas maneras para rendir homenaje a la persona a la que se recuerda. Los participantes pueden conectar y reflexionar durante esta actividad y seguir añadiendo recuerdos durante años.



### **Materiales:**

- Frasco transparente de cualquier tamaño
- Materiales de manualidades (cintas, botones, papel de seda, pintura, hilo, etc.)
- Pegamento Mod Podge
- Pincel esponja
- Cuadrados de papel
- Bolígrafos/lápices/marcadores
- [Folleto](#) (segunda página)

### **Instrucciones:**

- Los participantes empezarán eligiendo materiales de artesanía únicos a la persona que están recordando y su experiencia personal de duelo.
- Utilizando Mod Podge, pondrán capas de diferentes colores de papel de seda y materiales de artesanía.
- Deja secar el frasco durante unas 2 horas.
- Una vez decorado y seco, los participantes pueden utilizar las siguientes indicaciones ([segunda página](#)) para escribir y dibujar recuerdos en sus cuadrados de papel.
- Anima a los participantes a utilizar el nombre de la persona a la que recuerdan «Mi papá...» o «A Jake y a mí nos encantaba...»
- Permítales omitir cualquier pregunta que no sea significativa y añadir otras, si lo desean.

- Pueden optar por compartir sus recuerdos con el grupo o guardarlos en el frasco.

**Ideas adicionales:** Puede volver a visitar el frasco en días especiales (cumpleaños, festivos) y cada vez que quieran reconectar con su persona.

*Gracias, Kelly Petersohn, de [Camp Erin Online](#), por desarrollar y compartir esta actividad.*

[In English](#)

[Descargar actividad imprimible](#)