

Superar la pérdida de Mamá

GUÍA DE APOYO EN EL DUELO

UN OBSEQUIO DE



CONVENIOS
FUNERARIOS

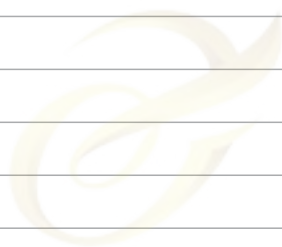
Este producto es una cortesía incluida por parte de Convenios Funerarios. Forma parte de nuestro compromiso de apoyo y cuidado para quienes enfrentan la pérdida de un ser querido.

La entrega de este producto digital tiene como objetivo brindar un detalle de calidad y consideración, garantizando respeto y apoyo en todo momento.

La adquisición de este producto es completamente opcional y no tiene costo para los beneficiarios de nuestros convenios funerarios.”

Queda prohibida la reproducción, distribución o uso de esta guía en cualquier formato, ya sea impreso, digital o de cualquier otro medio, con fines de lucro. Este material se proporciona de manera gratuita como una cortesía exclusiva para los beneficiarios de Convenios Funerarios, con el objetivo de ofrecer apoyo en momentos difíciles. Su reproducción o distribución con fines comerciales o lucrativos está estrictamente prohibida.

Perder a una madre es perder una parte fundamental de nuestra vida, y el proceso de sanación puede ser desafiante. Esta guía está creada para ayudarte a recordar, agradecer y despedirte de una manera especial, honrando los momentos que compartieron y reconociendo el amor que siempre estará contigo.



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

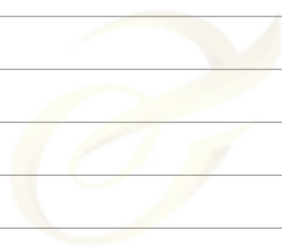
3. Reflexiona sobre las enseñanzas de tu madre

- Haz una lista de las lecciones y valores que te transmitió y cómo esos valores te acompañan hoy en día.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

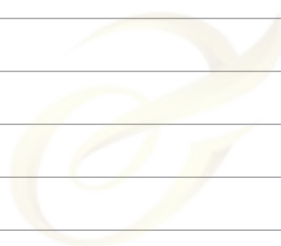


CONVENIOS FUNERARIOS

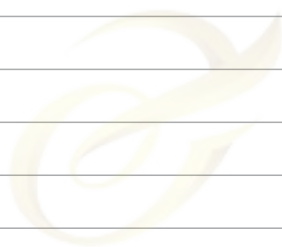
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

4. Escribe sobre sus frases o dichos favoritos

- Recuerda sus palabras únicas o consejos y cómo te inspiran ahora.

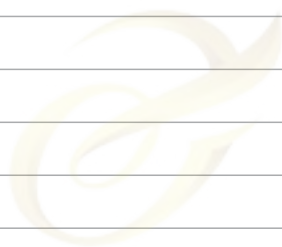


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



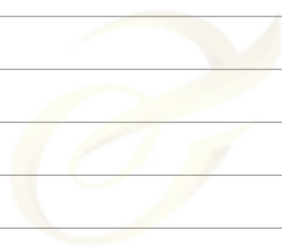
CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

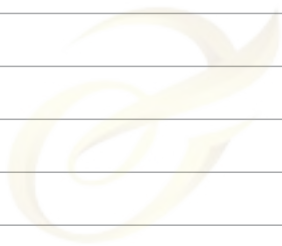


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

8. Describe un día perfecto con ella

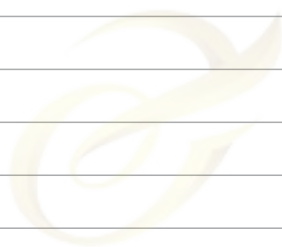
- Imagina un día perfecto juntos y escribe cómo se desarrollaría, qué harían y de qué hablarían.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



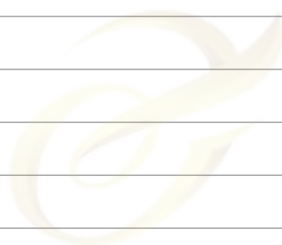


CONVENIOS FUNERARIOS

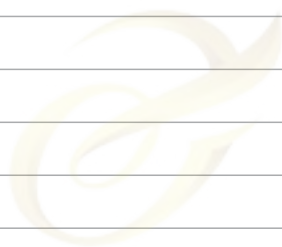
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

9. Haz una lista de cosas que te la recuerdan

- Anota cosas cotidianas (olores, colores, canciones, lugares) que te recuerdan a ella y lo que sientes al experimentarlas.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

10. Escribe un poema o canción para ella

- Expresa tus emociones en forma de poema o canción. No importa la perfección, solo la sinceridad.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

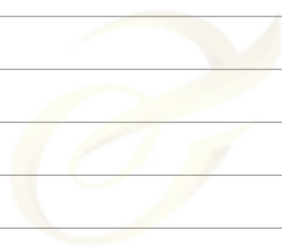
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

11. Pega una foto especial de ustedes

- Si tienes fotos impresas, coloca una en el cuaderno y escribe lo que esa imagen significa para ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

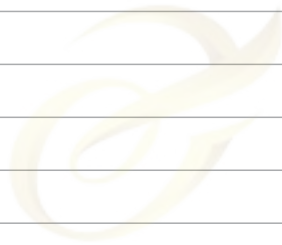


CONVENIOS FUNERARIOS

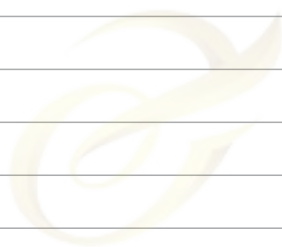
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

12. Escribe sobre el consejo más importante que te dio

- Describe algún consejo suyo y cómo sigues aplicándolo hoy para guiarte.

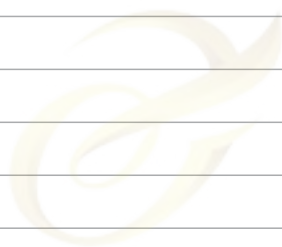


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

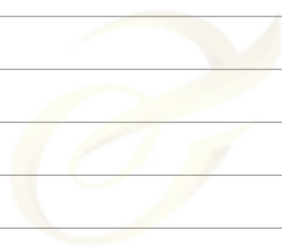
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

15. Dibuja tu árbol genealógico

- Conecta visualmente a tu madre con las generaciones pasadas y futuras, y siente cómo ella forma parte de tu vida siempre.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

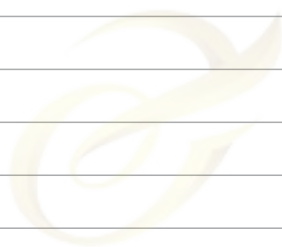
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

16. Escribe una lista de deseos que tenía para ti

- Reflexiona sobre los sueños y deseos que ella tenía para tu vida y cómo puedes honrarlos.

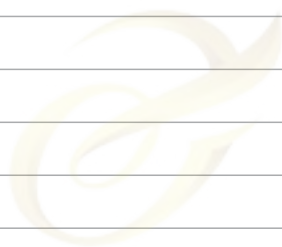


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

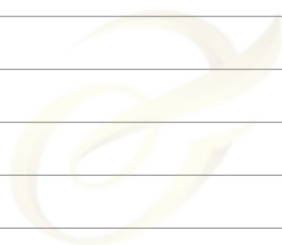


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

18. Haz una lista de tus logros y cómo ella los celebraría

- Escribe sobre tus logros y visualiza cómo ella reaccionaría al saberlos. ¿Cómo te animaría?



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

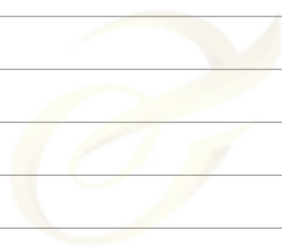
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

19. Escribe sobre su risa y su sentido del humor

- Describe lo que te hacía reír de ella, sus bromas o momentos divertidos. Imagínate esas risas otra vez.

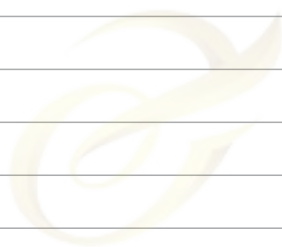


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

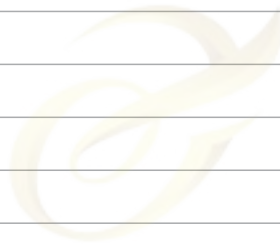


CONVENIOS FUNERARIOS

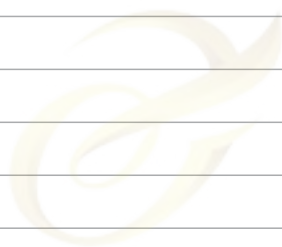
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

21. Escribe sobre tus sueños en los que la has visto

- Si has soñado con ella, anótalo y reflexiona sobre lo que esos sueños pueden significar.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

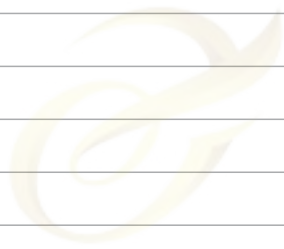


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

22. Describe una de sus recetas favoritas

- Anota alguna receta especial que ella preparaba y lo que esa comida representaba para ustedes.

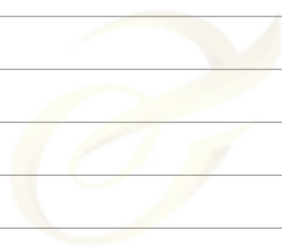


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

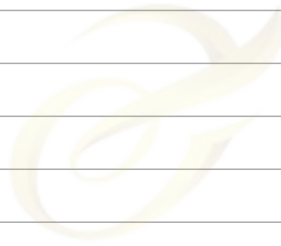


CONVENIOS FUNERARIOS

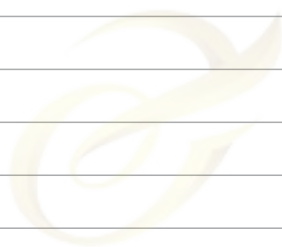
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

24. Reflexiona sobre tu propio proceso de sanación

- Haz una revisión de cómo has cambiado o crecido emocionalmente. Anota tus avances, tus retos y lo que esperas para el futuro.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

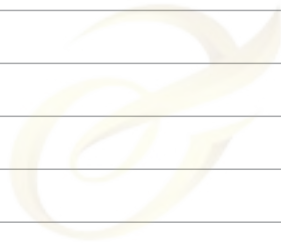


CONVENIOS FUNERARIOS

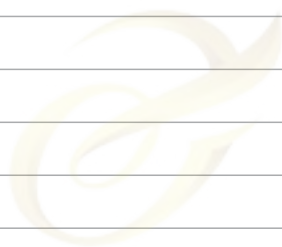
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

25. Escribe una carta de despedida

- Cuando sientas que estás listo(a), escribe una carta de despedida. Esto no significa olvidar, sino aceptar su partida y continuar adelante.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

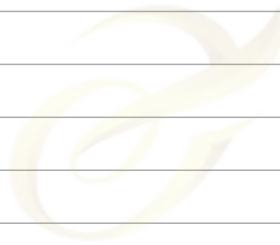


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

Opcional: Ritual de cierre

- Una vez que completes las actividades, realiza un pequeño ritual simbólico de despedida. Puedes releer algunas páginas del cuaderno y recordar que ella siempre vivirá en tu corazón.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

A través de cada actividad, has recorrido el amor y los recuerdos que ella dejó en tu vida. Aunque su ausencia duele, su amor sigue presente en ti. Que cada palabra escrita y cada momento recordado te traigan consuelo, y que encuentres en estos recuerdos la fortaleza para seguir adelante.

