

Superar la pérdida de Hijo

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.

La pérdida de un hijo es una de las experiencias más difíciles que puede vivir una persona. Este diario está diseñado para ayudarte a expresar, recordar y rendir homenaje a esa vida única y especial. Cada actividad te permitirá procesar la pérdida, honrar su memoria y encontrar paz en los momentos que compartieron.

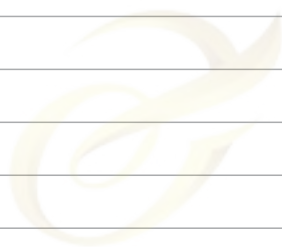
1. Escribe una carta a tu hijo/a

- Expresa tus sentimientos y todo lo que te hubiera gustado decirle. Puedes incluir tus recuerdos, emociones y deseos.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

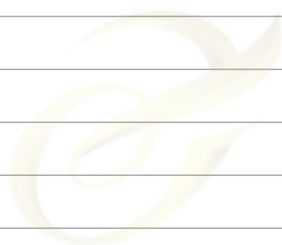


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

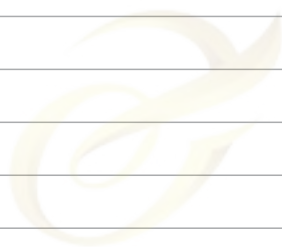
2. Crea un diario de recuerdos

- Dedicar varias páginas a escribir sobre los momentos especiales que compartieron juntos. Anota detalles como sus juegos, palabras y los momentos que siempre recordarás.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

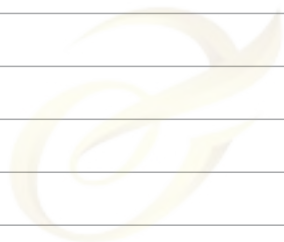


CONVENIOS FUNERARIOS

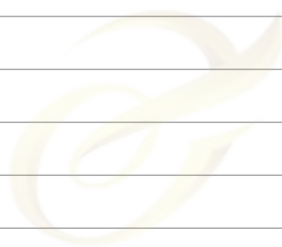
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

4. Lista de gratitud

- Anota diez cosas por las que te sientas agradecido/a de haber compartido tu vida con él o ella, por poco o mucho tiempo que fuera.



**CONVENIOS
FUNERARIOS**
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

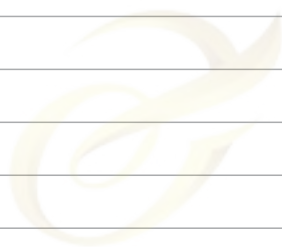
5. Crea un dibujo o un collage de recuerdos

- Si te gusta el arte, intenta plasmar sus colores favoritos, dibujos o collages que te recuerden a él/ella.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

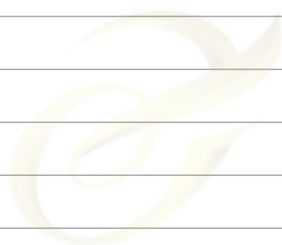


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

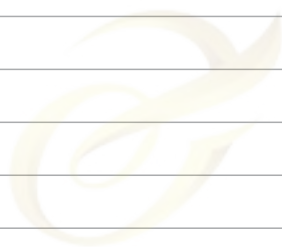
6. Escribe sobre los sueños que tenías para su futuro

- Piensa en los sueños que tenías para él/ella y escribe cómo te imaginas que habría sido su vida. Este es un ejercicio para honrar su memoria.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

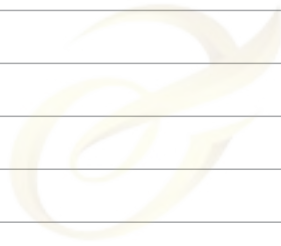


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

7. Pega una fotografía especial

- Coloca una foto significativa en el cuaderno y escribe lo que esa imagen representa para ti y cómo te sientes al verla.

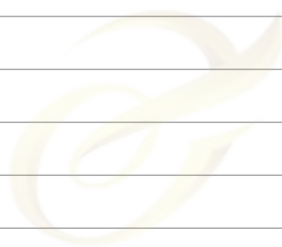


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



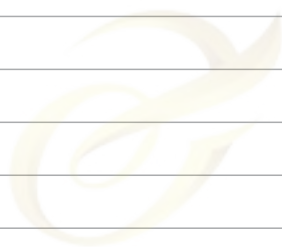
CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

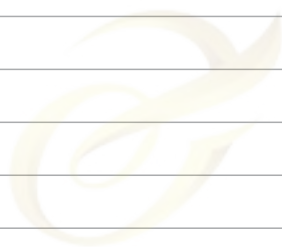
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

10. Describe cómo imaginas que sería ahora

- Imagínate cómo sería hoy si estuviera contigo. Describe su posible apariencia, gustos y cómo sería la relación entre ustedes.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

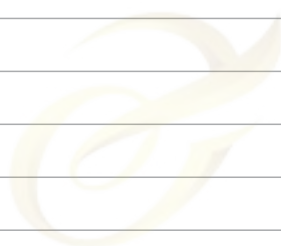


CONVENIOS FUNERARIOS

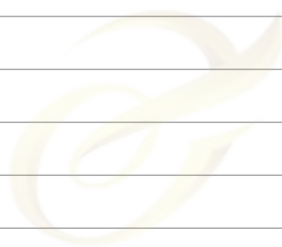
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

12. Dibuja su nombre con cariño

- Usa diferentes colores o decoraciones para escribir su nombre de una forma especial, como un pequeño homenaje en el cuaderno.

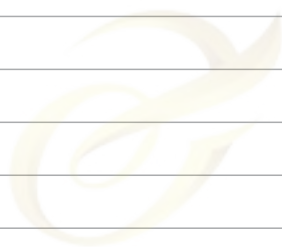


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

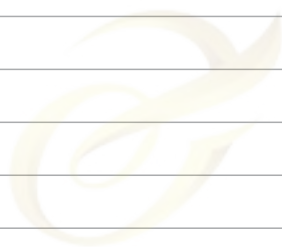
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

14. Escribe sobre su risa y momentos alegres

- Piensa en cómo era su risa o sus momentos de alegría. Describe lo que más te hacía feliz de él o ella.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

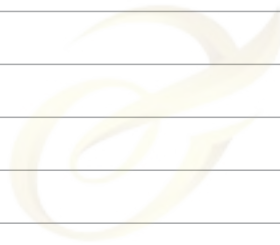


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

15. Escribe cómo puedes honrar su memoria

- Reflexiona sobre maneras de mantener su recuerdo vivo: puede ser haciendo algo que le hubiera gustado o compartiendo sus recuerdos con los demás.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

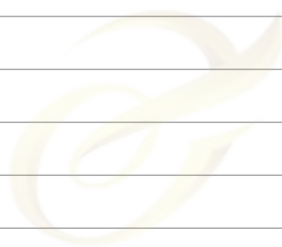
16. Describe su personalidad y talentos

- Anota detalles sobre su personalidad y habilidades. Piensa en cómo esa esencia sigue viva en ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

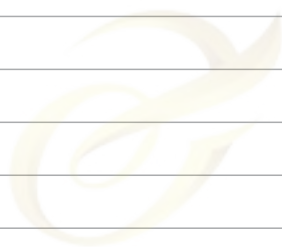
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

17. Escribe sobre una enseñanza que te dejó

- Los hijos también enseñan mucho a los padres. Escribe sobre algo que aprendiste gracias a él o ella y cómo lo aplicas en tu vida.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

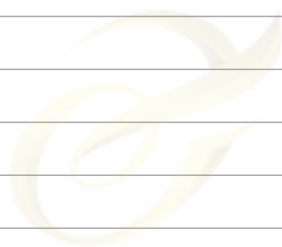


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

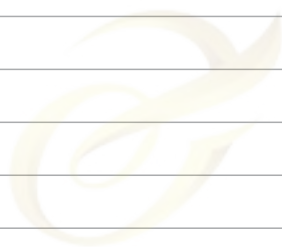
18. Crea una lista de cosas que harías si pudieras pasar un día más con él/ella

- Imagina cómo aprovecharías un día más juntos. ¿Qué actividades harían? ¿Qué le dirías?



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

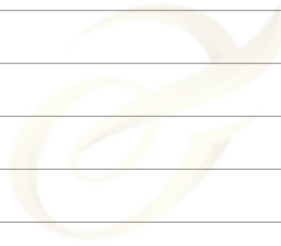


CONVENIOS FUNERARIOS

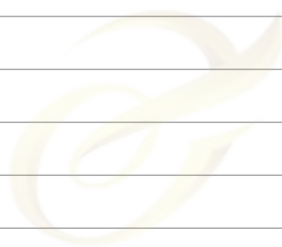
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

20. Escribe sobre el significado de su vida en la tuya

- Reflexiona sobre lo que su vida significó para ti y cómo ese significado permanece.

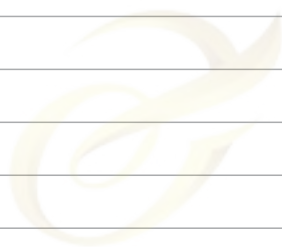


CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

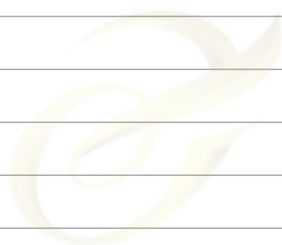


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

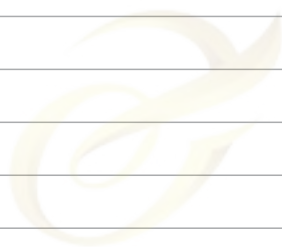
22. Haz una lista de cosas que te recuerdan a él/ella

- Haz una lista de lugares, olores, canciones, y objetos que te recuerdan a él/ella y cómo te hacen sentir.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

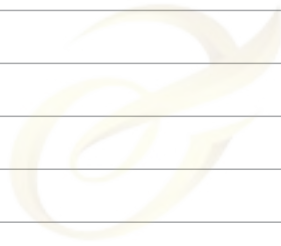


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

23. Crea un árbol de recuerdos

- Dibuja un árbol y en cada rama escribe un recuerdo o algo especial sobre él/ella, como una forma visual de su legado.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

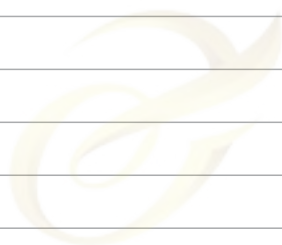


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

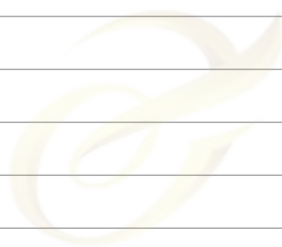
24. Reflexiona sobre tu propio proceso de sanación

- Anota cómo te has sentido a lo largo de estas actividades. Registra tus avances, tus desafíos y tus esperanzas.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

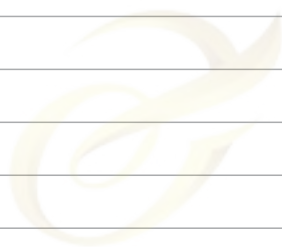
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

25. Escribe una carta de gratitud por el tiempo compartido

- Reflexiona y escribe una carta agradeciendo los momentos juntos y todo lo que compartieron, aunque haya sido un tiempo breve.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

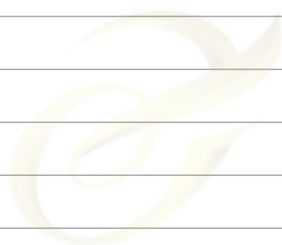


CONVENIOS FUNERARIOS

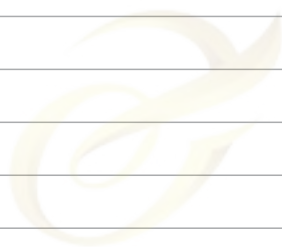
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

Opcional: Ritual de cierre

- Puedes releer el cuaderno y realizar un ritual simbólico de despedida, guardando este cuaderno como un recuerdo precioso de su vida.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

Recordar y honrar a tu hijo o hija puede ser doloroso, pero también puede brindarte consuelo. Su presencia y amor perdurarán en tu corazón. Que cada recuerdo y cada acto de gratitud en este diario te dé la fuerza para sanar, siempre guardando su luz contigo.

