



Superar la pérdida de Papá

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.

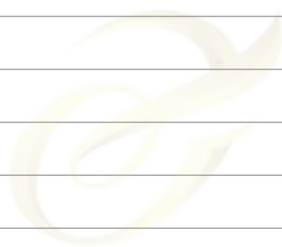
La adquisición de este producto es completamente opcional y no tiene costo para los beneficiarios de nuestros convenios funerarios.”

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 padre deja un vacío profundo y, a menudo, palabras y emociones no expresadas. Esta guía está diseñada para ayudarte a honrar su memoria, expresar tus sentimientos, y encontrar paz y gratitud en su legado. Cada actividad es una invitación a recordar, sanar y agradecer todo lo que él significó para ti.

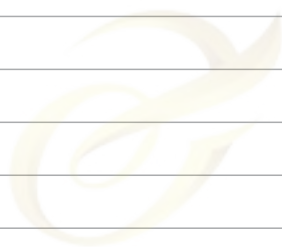
1. Escribe una carta de despedida

- Expresa todo lo que quisieras haber dicho. Este es un espacio seguro para dejar fluir tus pensamientos y emociones.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

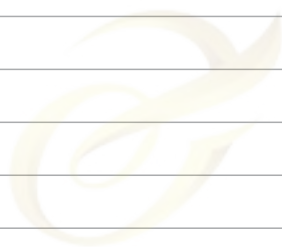
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

2. Crea un diario de recuerdos

- Dedicar varias páginas a los momentos más especiales que viviste con tu padre. Incluye anécdotas, lugares y momentos que siempre recordarás.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

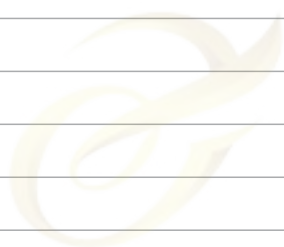


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

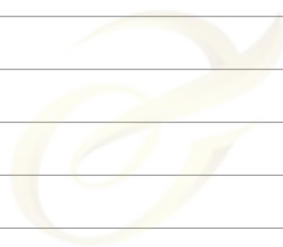
3. Escribe sobre las lecciones que te enseñó

- Reflexiona sobre las enseñanzas y valores que te transmitió, y cómo estos influyen en tu vida hoy.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

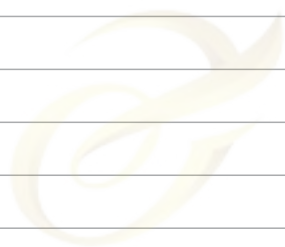


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

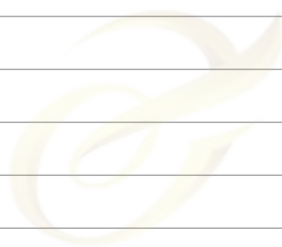
4. Lista de gratitud

- Escribe una lista de 10 cosas por las que te sientas agradecido(a) con él y que sientes que serán siempre parte de ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

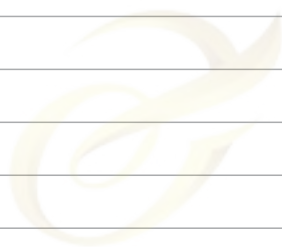
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

5. Dibuja o describe tu lugar especial con él

- Piensa en un lugar donde solían pasar tiempo juntos. Describe o dibuja ese lugar y cómo te hace sentir recordarlo.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

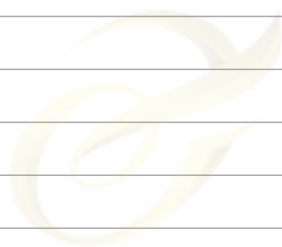


CONVENIOS FUNERARIOS

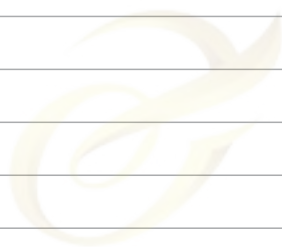
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

6. Escribe tu canción especial

- Escribe una canción, poema o verso dedicado a él. No tiene que ser perfecto, solo sincero.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

7. Fotografía favorita

- Si tienes fotos impresas, pega una en tu cuaderno. Escribe lo que esa imagen representa para ti y cómo te sientes al verla.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

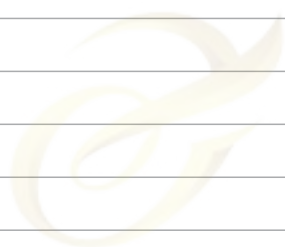


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

8. Lista de cosas que te recuerdan a él

- Haz una lista de cosas (lugares, comidas, olores, canciones) que te lo recuerdan y cómo estos recuerdos impactan en tu día.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

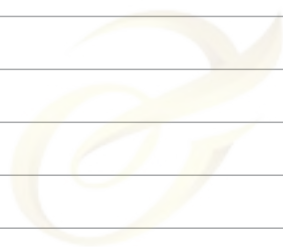
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

9. Escribe cómo imaginas que sería él hoy

- Imagina cómo sería hoy si estuviera presente, cómo se vería, qué le dirías y cómo compartirías tiempo juntos.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

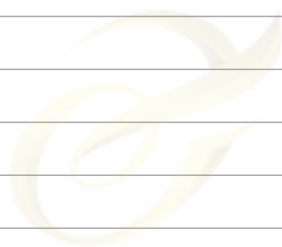


CONVENIOS FUNERARIOS

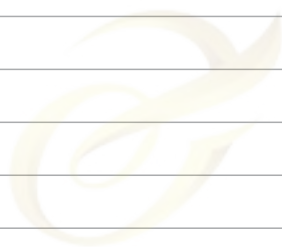
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

10. Escribe sobre su sentido del humor

- Anota una de sus frases, chistes o actitudes que te hacía reír y cómo esa alegría sigue viva en ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

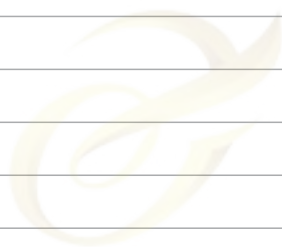


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

11. Describe un día juntos

- Imagina y describe un día ideal con él.
¿Qué harían? ¿Dónde irían? ¿Qué hablarían?



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

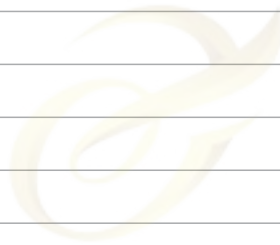


CONVENIOS FUNERARIOS

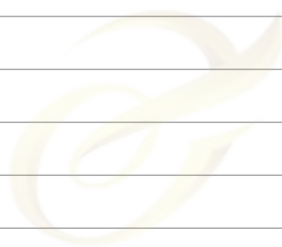
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

12. Haz una lista de deseos que él tenía para ti

- Piensa en los sueños que él tenía para tu futuro. Describe cómo puedes honrar esos deseos.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

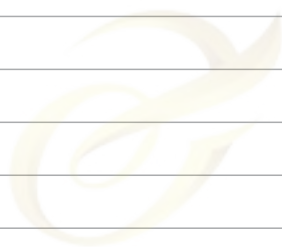
13. Escribe una carta desde su perspectiva

- Intenta escribir desde su voz lo que te diría para reconfortarte en este momento.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS





CONVENIOS FUNERARIOS

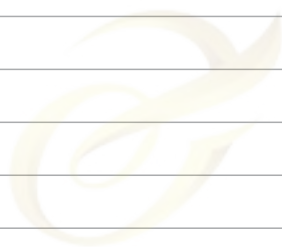
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

14. Practica el perdón

- Si quedaron cosas pendientes o situaciones difíciles, escribe una carta de perdón, ya sea para él o para ti mismo.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

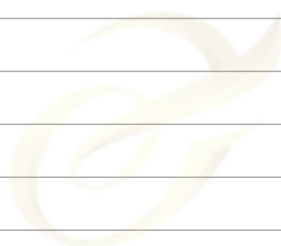


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

15. Dibuja tu árbol genealógico

- Conecta visualmente a tu padre con las generaciones pasadas y futuras. Piensa en cómo sus raíces siguen siendo parte de ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

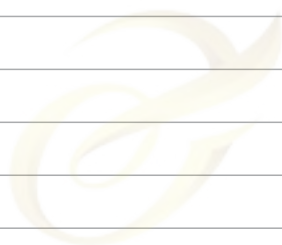


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

16. Haz una lista de tus logros y cómo los celebrarías

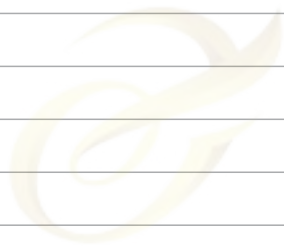
- Escribe tus logros y piensa cómo reaccionaría tu padre al verlos. Imagínate su orgullo.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

17. Reflexiona sobre lo que significa ser fuerte

- Describe lo que aprendiste sobre la fortaleza de tu padre y cómo aplicas eso en tu vida.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

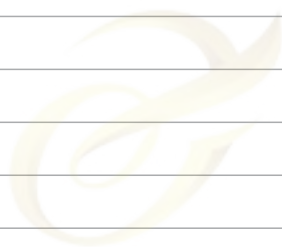


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

18. Escribe sobre una fecha especial

- Describe un cumpleaños, celebración o evento que pasaste con él. Recréalo en tu mente y escribe cómo te sentiste.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

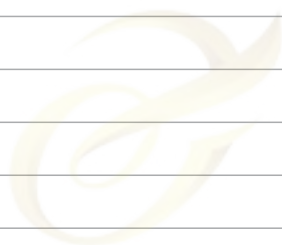


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

19. Escribe sobre un consejo que te dio

- Anota algún consejo que te dio, cómo lo aplicas hoy y cómo te ayuda en momentos difíciles.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

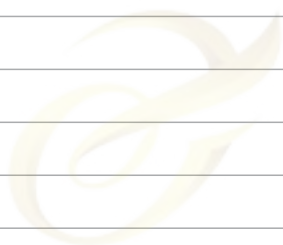


CONVENIOS FUNERARIOS

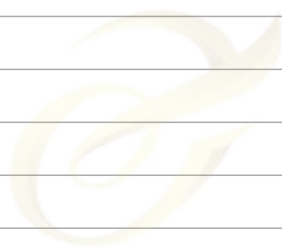
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

20. Escribe una lista de cosas que te gustaría que supiera de ti ahora

- Anota cambios y crecimientos en ti desde su partida. ¿Qué crees que le gustaría saber de ti ahora?



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

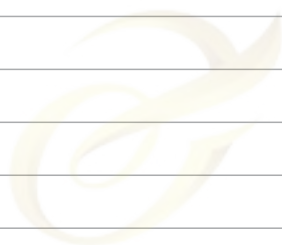


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

21. Crea una cápsula de tiempo emocional

- Haz una lista de las emociones más fuertes que sientes. Escribe cómo esperas que esas emociones evolucionen con el tiempo.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

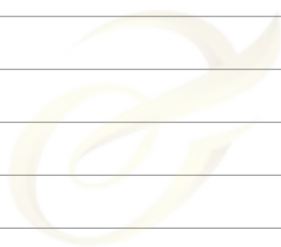


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

22. Describe una cualidad de él que admiras

- Piensa en una cualidad que tu padre tenía y que te inspira. Describe cómo te gustaría seguir ese ejemplo.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

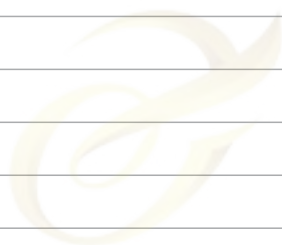


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

23. Escribe sobre tus sueños en los que lo has visto

- Si has soñado con él, escribe esos sueños y lo que piensas que significan para ti.



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

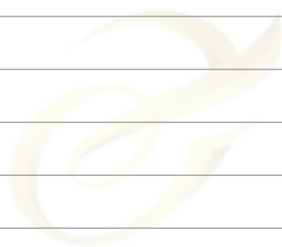


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

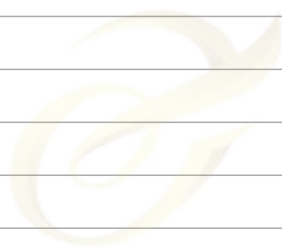
24. Haz una lista de cosas que harías si pudieras pasar un día más con él

- Anota lo que harías y cómo lo pasarías.
¿Qué le dirías?



CONVENIOS
FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

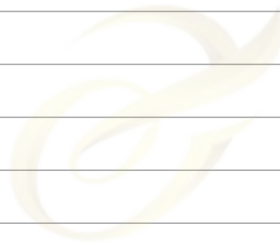


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

25. Reflexiona sobre tu proceso de sanación

- Haz una revisión de cómo te has sentido a lo largo de estas actividades. Anota tus avances, retos y esperanzas para el futuro.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

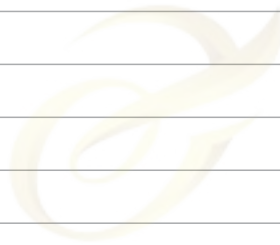


CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

Opcional: Ritual de cierre

- Una vez hayas completado las actividades, escribe una última carta de cierre y despídete de esta fase de dolor. Guarda el cuaderno como un recordatorio de tu viaje de sanación.



CONVENIOS
FUNERARIOS
REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS



CONVENIOS FUNERARIOS

REPRESENTACIONES Y ASISTENCIAS FUNERARIAS

Recorrer estos recuerdos y expresar tu gratitud es un acto de amor que honra su vida y su influencia en la tuya. Aunque el dolor sigue, los recuerdos y aprendizajes que dejó contigo perduran. Que este diario te acompañe en cada paso, transformando el dolor en gratitud y el recuerdo en fuerza.



CONVENIOS
FUNERARIOS

CONVENIOS DE SEGURO VIDA Y SEGURO DE ACCIDENTES Y ENFERMEDADES