

Cazafantasmas



FINALIDAD //

- Crear conciencia sobre el estigma que rodea a la depresión y la salud mental.
- Educar a los estudiantes sobre cómo reducir el estigma en torno a la depresión.
- Fomentar conversaciones sobre temas de salud mental.

OBJETIVO //

- Reducir el estigma
- Compartir educación sobre el estigma y la depresión

INSTRUCCIONES //

Materiales

- Póster de Cazafantasmas (ver página siguiente)

Aplicación

- Cuelgue carteles alrededor del edificio durante la temporada de Halloween

Montaje

1. Imprime el poster de los Cazafantasmas
2. Cuelgue en áreas de mucho tráfico alrededor de la escuela

¡Cuéntanos cómo te fue con la actividad!

Nos encantaría recibir fotos o que nos etiquetes en las redes sociales:



@ErikasLH



@ErikasLH

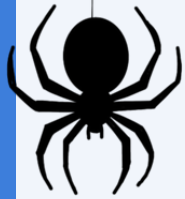


erikas.lighthouse



@Erika's Lighthouse

Para más información, contacte a Nathalia@ErikasLighthouse.org



La depresión no es nada de lo que avergonzarse. Es causada por factores genéticos, biológicos, sociales y ambientales. Buscar ayuda para la depresión es un signo de fortaleza.



Desafortunadamente, muchas personas tienen opiniones negativas o inexactas sobre las personas con depresión.

ESTO SE LLAMA ESTIGMA

PUEDES AYUDAR A COMBATIR EL ESTIGMA EN TORNO A LA DEPRESIÓN AL:

- Infórmate y educarte sobre la depresión.
- Escuchar sin juzgar cuando alguien habla de su depresión.
- Recordar que la depresión es solo una pequeña parte de una persona, no la define.



Feliz Halloween



del club Erika's Lighthouse, ¡los cazadores de estigmas (fantasmas) de salud mental!



Erika's Lighthouse®

Para obtener más información sobre la depresión adolescente, visita

www.ErikasLighthouse.org

Copyright © 2023, Erika's Lighthouse

ErikasLighthouse.org