

Mis espacios seguros

Un **espacio seguro** es una persona, un lugar o una actividad que te haga sentir tranquilo y cómodo y te permita ser tú mismo. Tu espacio seguro está siempre disponible sin importar cómo te sientas: feliz o triste, conversador o callado, valiente o temeroso.

A continuación te compartimos algunos ejemplos de lo que pueden ser espacios seguros. **Marca los que consideres espacios seguros o escribe otros que te representen mejor.**

Personas

Las **personas seguras** te escuchan, te apoyan y te aceptan por quién eres.

- padre/madre
 - abuelo/a
 - hermano/a
 - maestro/a
 - amigo/a
 - mascota
-
-

Lugares

Los **lugares seguros** te hacen sentir tranquilo y protegido.

- casa
 - escuela
 - parque
 - casa de amigo/a
 - casa de abuelo/a
 - institución religiosa
-
-

Actividades

Las **actividades seguras** te permiten expresarte y te hacen sentir bien.

- participar en un club
 - hacer deportes
 - leer
 - escuchar música
 - usar el celular
 - jugar
-
-

Mis espacios seguros

Pinta tus espacios seguros favoritos.