



Cuidamos nuestro bienestar emocional



Nuestros valores:

Respeto y tolerancia

- ✓ Aceptamos que todos somos diferentes.
- ✓ Valoramos la diversidad porque es enriquecedora.

Privacidad

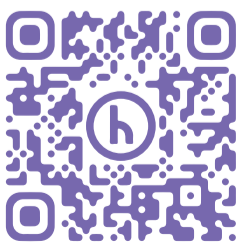
- ✓ Todo lo que se comparte en las sesiones Henka, se queda en las sesiones.
- ✓ Mantener la confidencialidad es una manera de cuidarnos.

Escucha activa

- ✓ Mostramos interés por los compañeros, sus emociones y vivencias.
- ✓ Escuchamos de manera empática, nos respetamos y nos tratamos bien.

Participación y voluntariedad

- ✓ Practicamos habilidades para tener una buena salud mental y cuidarla.
- ✓ Nos apoyamos mutuamente, ¡somos un equipo!



Para más información:



@be_henka

¡Síguenos para más consejos y soporte!