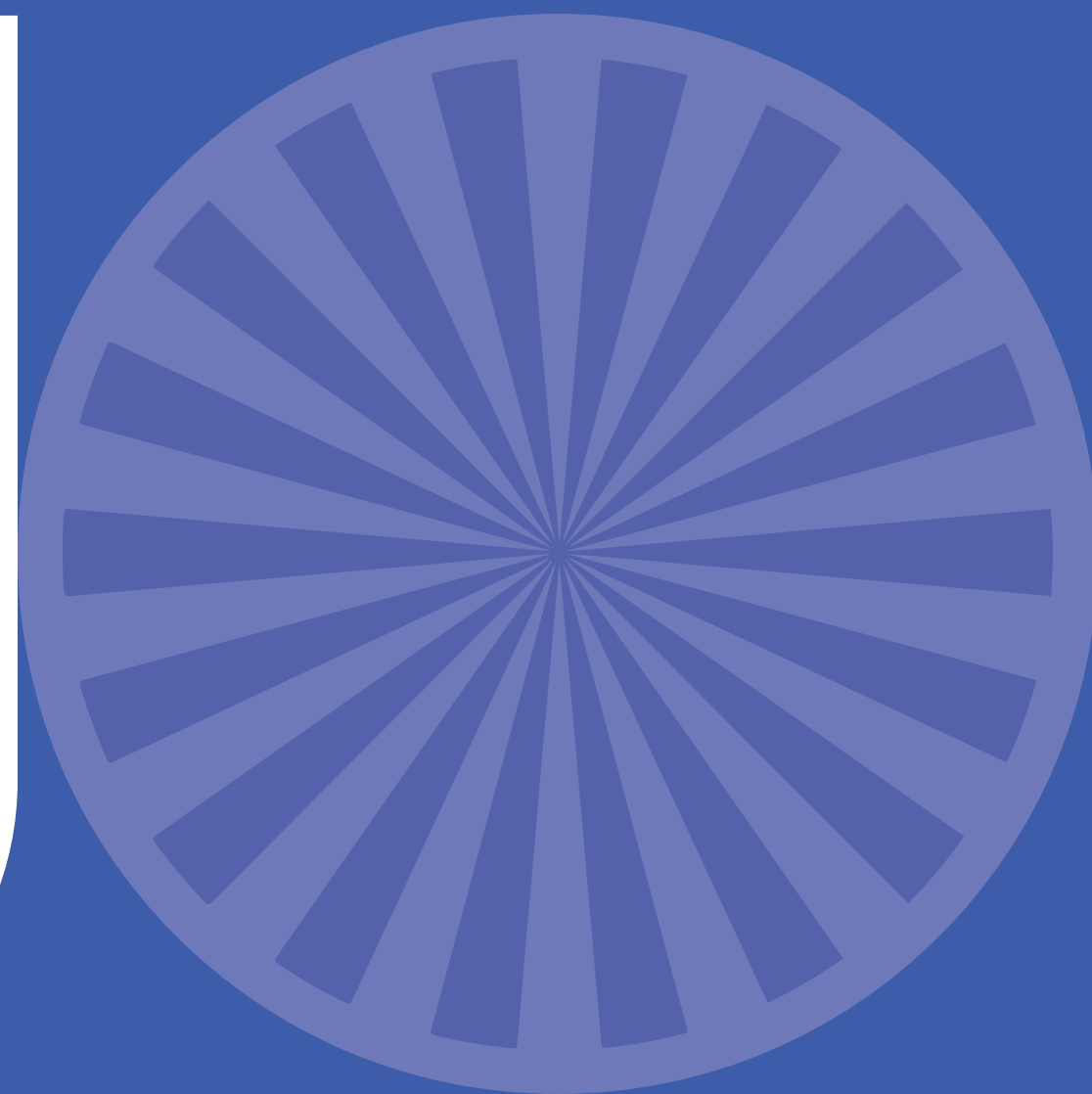


¿Recuerdas una experiencia o relación *positiva de tu propia infancia*? ¿Qué tenía de especial que te hacía *sentir bien*?



Ahora piensa en cómo puedes llevar experiencias similares a los niños y niñas de tu vida o comunidad.

Los efectos de la adversidad en los niños y adolescentes pueden disminuirse con experiencias positivas que les brindemos. Estas pueden ser relaciones afectivas, participación en la cultura y la comunidad, y el aprendizaje de habilidades para hacer frente a los desafíos.



Ya seas la tía, abuelo, mentora, maestra o entrenador, jugamos un papel y podemos ayudar a sanar y apoyar una generación más saludable de jóvenes. Visita LiveBeyondCA.org/testimonios para escuchar consejos de padres, madres, cuidadores y jóvenes de todo el estado.



puedes vivir mejor

