



MANIFIESTO



En esta familia nos comprometemos a:

- ☐ **Usar palabras que abracen:** Cuidar la forma en que nos comunicamos, recordando que el tono de nuestra voz se convierte en tu voz interior.
- ☐ **Bajar a tu altura:** Hablarnos y escucharnos mirándonos a los ojos, dándonos nuestro tiempo y atención sincera.
- ☐ **Escuchar con el corazón:** Acoger nuestras emociones sin juzgarnos ni querer corregir de inmediato lo que sientes.
- ☐ **Sorprendernos:** Explorar la tierra, las hojas, el viento y las pequeñas cosas con la misma curiosidad que como adulto siento.
- ☐ **Respirar antes de actuar:** Hacer una pausa cuando el cansancio abrume, recordando que estamos aprendiendo a cuidarnos juntos.
- ☐ **Disfrutar el viaje:** Recordar que este no es un deber escolar, sino nuestro espacio sagrado para jugar, crear y estar presentes.





- ☐ **Realizar un gesto al iniciar** la primera actividad, y aplicarlo cada vez que ingresemos a Ecosangha infantil.

Ejemplo: Al iniciar, abriremos los brazos bien grandes para recibir este día. Y decimos “Hoy venimos a cuidar la Tierra y a regalarnos este momento juntos”.

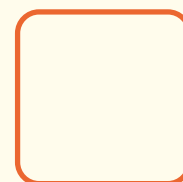
(Ustedes pueden desarrollar su gesto familiar, si este no te agrada).

- ☐ **Realizar un gesto al término** de la actividad, y aplicarlo cada vez que terminemos las actividades de Ecosangha infantil.

Ejemplo: Al terminar, cerraremos los ojos, frotamos nuestras manos para guardar todo lo bonito que aprendimos hoy...y a la cuenta de tres, las abrimos y ¡lo lanzamos al mundo!.

(Ustedes pueden desarrollar su ritual familiar, si este no te gusta).

Infante (nombre y firma)



Huellitas

Adulto (nombre y firma)

