



SUPERANDO UN DUELO...



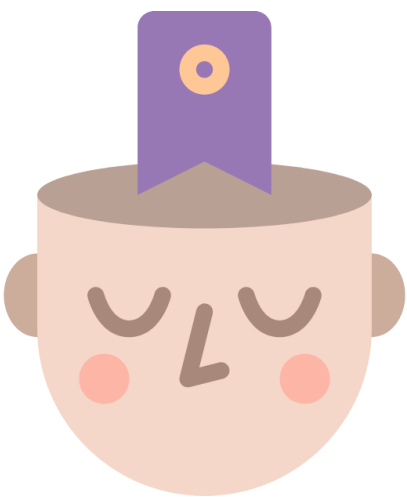
Acepta la pérdida, no solo desde la razón, sino desde el corazón, hablar sobre el fallecimiento y asistir a los rituales respectivos puede ayudar



Permítete sentir emociones negativas, sabiendo que cada vez serán menos intensas y frecuentes



Intenta adaptarte a un nuevo rol sin tu ser querido, deberás adquirir nuevos sentidos de ti mismo y tal vez otras responsabilidades



Continuar con tu vida no implica olvidar a tu ser querido, siempre tendrá un lugar en tu memoria y corazón