



**María y Carlos** quieren invitarte a que, durante este tiempo, destagues el valor de la solidaridad, poniéndote en el lugar del otro.

**Ellos te dan algunos consejos:**

## ¡Se empático!



- Reconoce y muestra interés por los sentimientos de los demás.
- Escucha y respeta las opiniones de los demás.
- Ponte en el lugar del otro. Al principio puede costar un poco de trabajo, pero cuando logres hacerlo, podrás entender qué mueve a esa persona para hacer lo que hace.
- Mantén una actitud de escucha y muestra interés por lo que te cuenta otra persona.
- Evita los prejuicios, abre tu mente para conocer a los que te rodean.
- Evita las muestras tanto verbales, como no verbales de superioridad.

## La empatía va de la mano del respeto, por eso es necesario que...

- Entiende y acepta a las personas sin juzgarlas, también viven una situación como la tuya
- Trata a los demás con el trato que esperas recibir.
- Respeta a los demás, sin importar su edad.
- Recuerda y pon en práctica las normas básicas de convivencia:
  - Ayuda a los mayores.
  - Se responsable con las actividades asignadas en el hogar.
  - No mientas.
  - Respeta la privacidad de los demás.
  - Respeta los objetos de los demás, pide permiso para hacer uso de ellos.



**En la EPS S.O.S te queremos bien.**