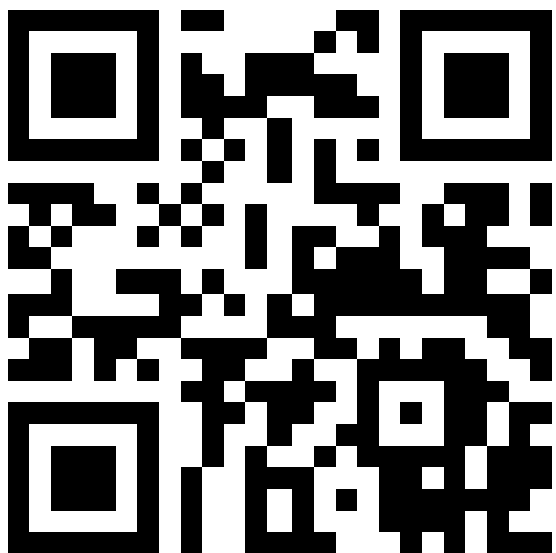


## ADDITIONAL LINKS



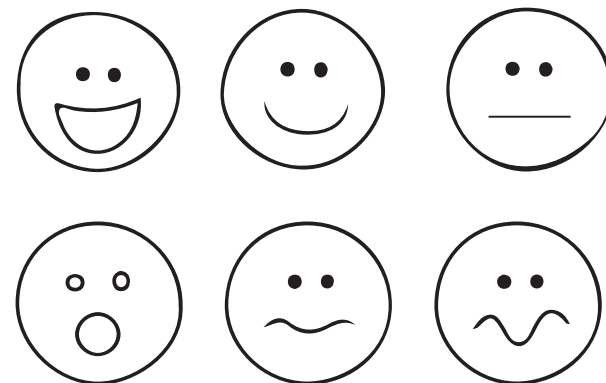
Get more details on the At Home Activities  
Busca mas detalles de las actividades de casa



Share your photos of SEL Week at home!  
Comparte tus fotos de la Semana de SEL en casa!

# SOCIAL EMOTIONAL LEARNING WEEK

BRADLEY BEACH ELEMENTARY



## SEMANA DE APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL BRADLEY BEACH ELEMENTARY

# MINDFUL MONDAY

Meditate with your family  
Medita con tu familia

# TAKE CARE TUESDAY

Choose and complete an act of self-care  
Eliga y haz un acta de cuidado personal

# WELLNESS WEDNESDAY

Take a walk with your family  
Camina con tu familia

# THOUGHTFUL THURSDAY

Rose, Thorn, and Bud Discussion  
Rosa, Espina, y Capullo Charla

# FAMILY FRIDAY

Have dinner as a family  
Come cena como una familia

# DINNER TIME CONVERSATION STARTERS

What was the best part of your day?

What are you grateful for today?

Do you have any goals you are working on? Who is helping you with or supporting your goal?

When was the last time you felt really proud of yourself? For what?

Is there anything you wish you had done differently today?

If you could change one thing right now what would it be?

What are you looking forward to?

Is there anything I can help you with?

What is the best thing about you?

What makes you feel happy?

# TOPICAS DE CONVERSACION DE CENA

¿Cuál fue la mejor parte de tu día?

¿De qué estás agradecido hoy?

¿Tiene algún objetivo en el que estás trabajando? ¿Quién te está ayudando o apoyando tu objetivo?

¿Cuándo fue la última vez que te sentiste realmente orgulloso de ti mismo? ¿Para qué?

¿Hay algo que desearía haber hecho de manera diferente hoy?

Si pudieras cambiar una cosa ahora mismo, ¿cuál sería?

¿De que tienes ganas del futuro?

¿Hay algo en lo que pueda ayudarte?

¿Qué es lo mejor de ti?

¿Que te hace sentir feliz?