



¿Cómo puede ayudarme colorear?

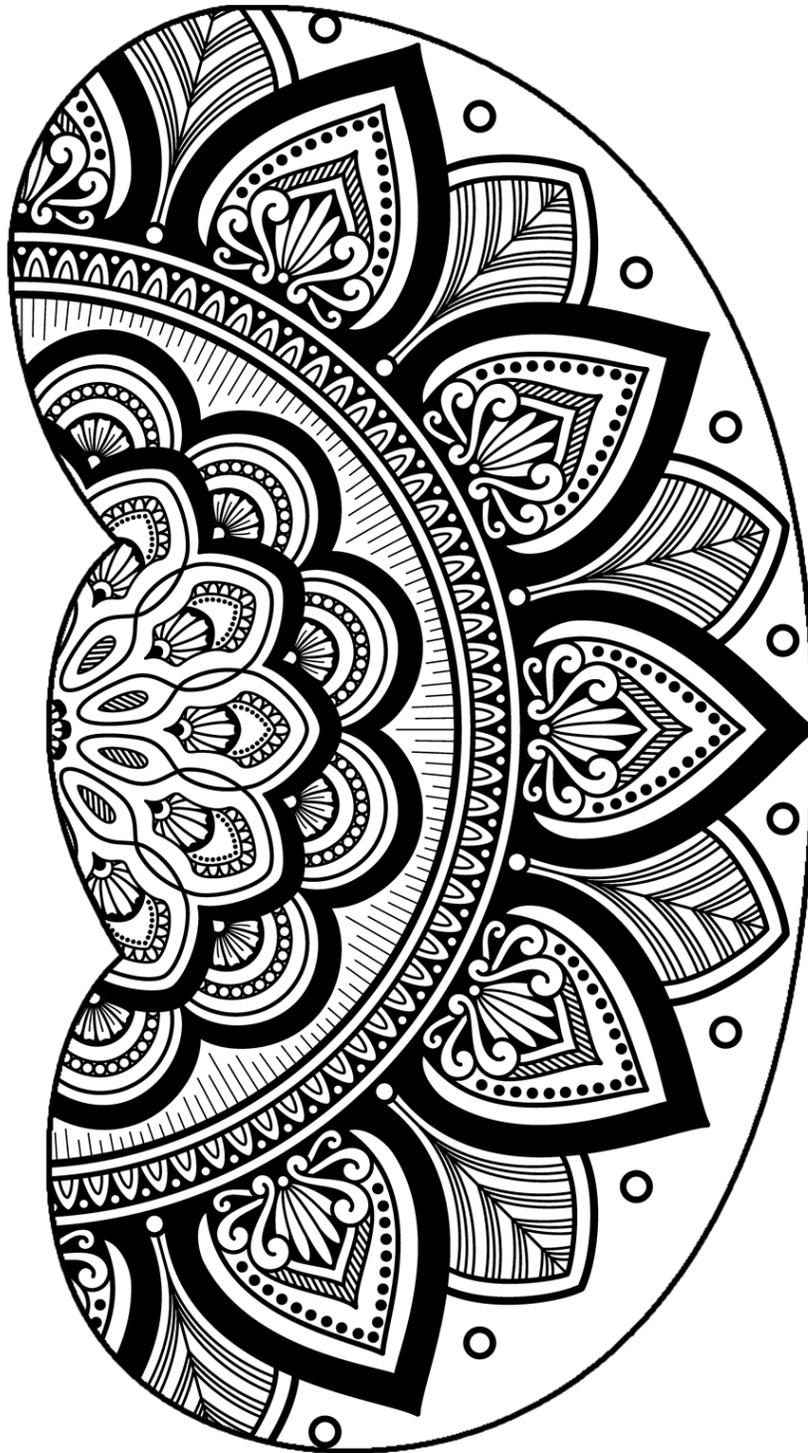
Colorear puede:

- Ayudarlo a sentir menos estrés.
- Ayudarlo a relajarse y a sentirse tranquilo.
- Alejarlo de los pensamientos negativos.
- Ayudarlo a concentrarse para sentirse mejor cuando está preocupado.
- Ayudar a su cerebro a resolver problemas.
- Ayudarlo a expresar sus sentimientos.
- ¡Ser divertido! ¡Y no es solo para niños!



“El arte lava del alma el polvo de la vida cotidiana.”

— Pablo Picasso



Para obtener más información o presentar una queja, comuníquese con:

ESRD Network 10
911 E. 86th St., Suite 30
Indianapolis, IN 46240
Toll-Free: 800-456-6919

ESRD Network 12
2300 Main St., Suite 900
Kansas City, MO 64108
Toll-Free: 800-444-9965



esrd.qsource.org