B	I	N	G	O
Tejer	Bailar	Escribir en un diario	Orar o rezar	Hacer meditación
Darme permiso de llorar	Respirar profundo	Iniciar un pasatiempo o proyecto nuevo	Buscar ayuda	Jugar juegos de mesa
Regar las plantas o hacer jardinería	Tomar una ducha	Organizar u ordenar cosas	Cocinar	Hablar con un amigo o familiar
Hacer ejercicio	Pensar en un recuerdo alegre	Hacer manualidades	Escuchar música	Imaginarme en un lugar de calma
Escribir las cosas por las que estoy agradecido	Contemplar la naturaleza	Jugar con mi mascota	Usar una bola anti estrés	Dibujar

BuzzBuzzBingo.com · Create, Download, Print, Play, BINGO! · Copyright © 2003-2026 · All rights reserved

B	I	N	G	O
Tomar una ducha	Buscar ayuda	Orar o rezar	Darme permiso de llorar	Iniciar un pasatiempo o proyecto nuevo
Escribir en un diario	Usar una bola anti estrés	Hacer meditación	Contemplar la naturaleza	Jugar juegos de mesa
Hacer ejercicio	Cocinar	Organizar u ordenar cosas	Hablar con un amigo o familiar	Bailar
Escuchar música	Jugar con mi mascota	Tejer	Dibujar	Pensar en un recuerdo alegre
Hacer manualidades	Imaginarme en un lugar de calma	Regar las plantas o hacer jardinería	Respirar profundo	Escribir las cosas por las que estoy agradecido

BuzzBuzzBingo.com · Create, Download, Print, Play, BINGO! · Copyright © 2003-2026 · All rights reserved

B	I	N	G	O
Contemplar la naturaleza	Jugar con mi mascota	Buscar ayuda	Imaginarme en un lugar de calma	Cocinar
Tejer	Hacer ejercicio	Hacer manualidades	Respirar profundo	Hacer meditación
Regar las plantas o hacer jardinería	Dibujar	Organizar u ordenar cosas	Pensar en un recuerdo alegre	Escuchar música
Tomar una ducha	Jugar juegos de mesa	Orar o rezar	Usar una bola anti estrés	Escribir en un diario
Hablar con un amigo o familiar	Bailar	Iniciar un pasatiempo o proyecto nuevo	Darme permiso de llorar	Escribir las cosas por las que estoy agradecido

BuzzBuzzBingo.com · Create, Download, Print, Play, BINGO! · Copyright © 2003-2026 · All rights reserved