

El placer de cuidarnos transforma las dificultades en posibilidades



.QUEDATE EN CASA



.COMÉ SALUDABLE

Frutas (cítricos, kiwi),
verduras, lácteos,
carnes, etc.

**.HACÉ ACTIVIDAD
FÍSICA**

En tu casa, patio, solo o invitá
a tu mamá, a tu papá, a tus
hermanos



**BAILÁ, CANTÁ, DIBUJÁ,
REÍ, ENCONTRATE CON
VOS MISMO**

**ESTO NOS AYUDARÁ A SENTIRNOS
BIEN Y A ESTAR PROTEGIDOS**

Fuente: Gabinete zonal secundaria 9 de julio
Responsable: Mag. Lic. Mónica Gutierrez