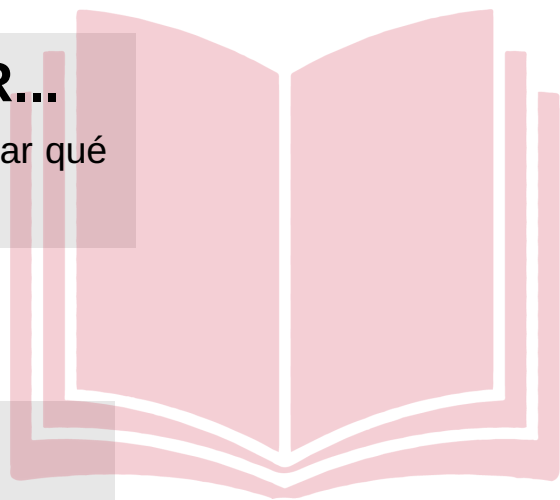


# PROMOCIÓN DE LA SALUD EN CASA

## NO TENER NADA QUE HACER...

...es una oportunidad para la calma y para pensar qué hacer por las demás personas



## LEER Y COMPARTIR...

...juegos de mesa, pasatiempos, mejora la actividad

## CUIDAR LAS PLANTAS...

...aporta tranquilidad



## REDECORAR LA CASA...

...aporta alegría y creatividad, sobre todo si te rodeas de objetos que te evoquen recuerdos positivos como fotografías



## COCINAR...

...ayuda a mejorar el estado de ánimo, nos serena y centra en el aquí y ahora

