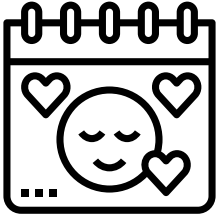


SELF-CARE DIARIO



DÍA DE HOY:

- Come saludable
- Activa tu cuerpo
- Haz algo que te haga feliz
- Cumple tus objetivos
- Tómate un tiempo para ti
- Aprende algo nuevo
- Cuida tu cuerpo

QUE HE SENTIDO AL
HACERLO



MOTIVOS POR LOS QUE NO LO HICE