

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Toma un
descanso**

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Respira
profundamente**

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

Busca
apoyo

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Ámate y
consiéntete**

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Baila y
canta**

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

Haz deporte

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Siembra y cuida
una planta**

YoMe Mimo

ACCIONES DE AUTOCUIDADO



A QUE
¡TE CUIDO!

**Masajea tus
manos y pies**