

PLANE AUTOCUIDADO

**TE INVITAMOS A RELLENAR TU PLAN DE AUTOCUIDADO
PARA ESTE PERÍODO DE EXÁMENES**

**DEFINE DOS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS POR ÁREA QUE
TE PUEDAN AYUDAR A TRABAJAR EN TU BIENESTAR
GENERAL**

Físico <hr/> <hr/>	Emocional <hr/> <hr/>
Social <hr/> <hr/>	Cognitivo <hr/> <hr/>

