

UNIDAD EDUCATIVA GIOVANNI FARINA

DEPARTAMENTO DE CONSEJERIA ESTUDIANTIL

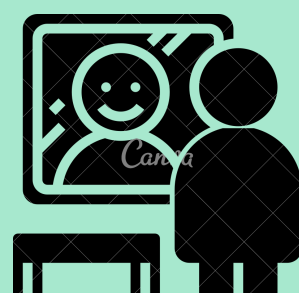
2020-2021

QUERIÉNDOME, CUIDÁNDOME Y HACIENDO LAS COSAS BIEN

ME

CONOZCO

Conozco mi cuerpo
Valoro mi cuerpo
Identifico mis fortalezas y debilidades



QUERIÉNDOME

Nosotros somos como el templo, diferente de todas las demás personas, pero nuestro cuerpo es el templo para tu espíritu. Es muy importante la aceptación y amor propio



CUIDÁNDOME

Es necesario tratar nuestro cuerpo de la manera que cuidaríamos cualquier tesoro valioso: con amor y respeto

HIGIENE



EJERCICIO



DORMIR LAS HORAS ADECUADAS Y COMER SALUDABLE



APRENDO A DECIR ¡NO!



HACIENDO LAS COSAS BIEN



- Es importante respetar nuestro ritmo de crecimiento y tomar decisiones asertivas en cada etapa de nuestra vida.

"Respetar tu ritmo interior, y darte siempre el tiempo que necesites "

