

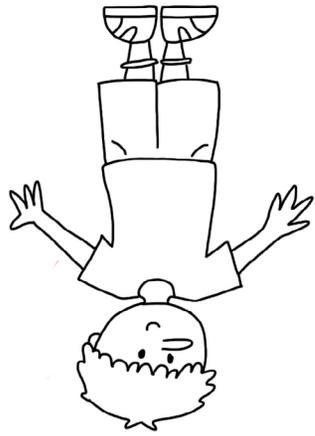
CENTRO

CULTURAL

LA MONEDA

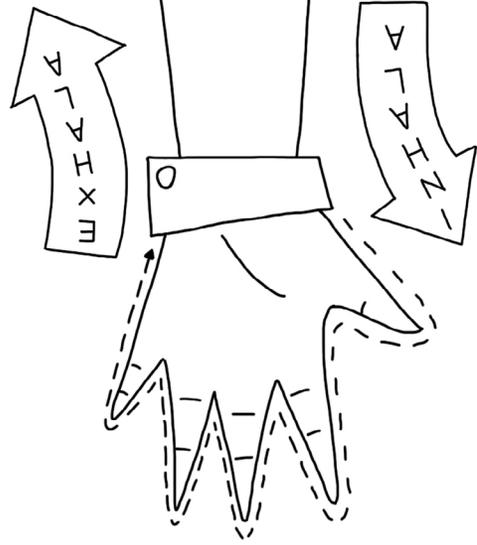
¡ME
CUIDO
YO!

**MINI GUÍA DE AUTOCUIDADO
PARA INFANCIAS**



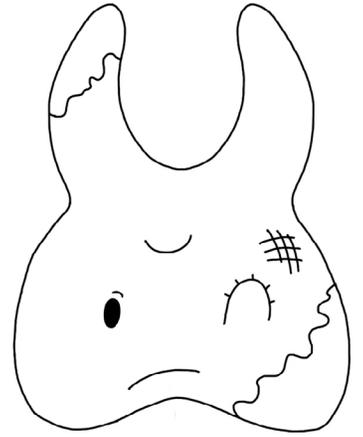
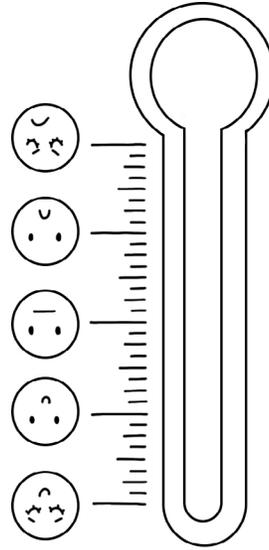
SE PUEDE TOCAR
CUIDADO AL TOCAR
NO TOCAR

SEMAFORO DEL CUERPO
PINTA DONDE TE SIENTAS CÓMODA



EJERCICIO DE
RESPIRACIÓN DE LA MANO

RECONOZCO MIS
EMOCIONES...



ALGO LE PASÓ A MI DIENTE?
¿CÓMO LE PUEDO AYUDAR?

¿QUIÉN SOY?
DIBÚJATE

MINI GUIA DE AUTOCUIDADO PARA INFANCIAS

¡ME
CUIDO
YO!

ESTA GUIA
PERTENECE A:

EDAD:



© Centro Cultural la Moneda, 2024

CUIDADO DE LA
SALUD FISICA



PLANIFICA TU RUTINA

¿CÓMO CUIDO MI SALUD FISICA?

