

NUEVA NORMALIDAD

¿Qué es?

Es adaptarnos a seguir nuevos protocolos, formas de trabajo, hábitos de cuidado personal, formas en que vivimos nuestro día a día.

¿Por qué es difícil?

Por que es un cambio radical, mundial, necesario y nos jugamos la salud si no la seguimos.

¿Qué puedo hacer?

- * Trata de ser paciente
↳ **Esta es una habilidad muy valiosa**
- * Busca ser flexible
↳ **¡Y esta también!**
- * Cuida tu salud
- * Cuida a los tuyos

