

IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL

Salud mental

Relaciones armoniosas con los demás
Satisfacción necesidades instintivas sin entrar en conflicto con los demás
Hace frente a las exigencias de la vida
Satisfacción consigo mismo.



PRESCRIPCIÓN

Contemplar 2
atardeceres a la semana.
Sentirse bien consigo
mismo 24 horas al día.