

AMBIENTES PROTECTORES

Piensa en la manera como te cuidas. Anota tus respuestas en el cuadro, fíjate en los ejemplos:

Situación:	Me cuido cuando...	No me cuido cuando...
En mi alimentación:		<i>Como dulces.</i>
En mi higiene y aseo:		
Al hacer ejercicio:	<i>Hago deporte</i>	

Quando estoy solo:		