

1 Cuida tu aspecto



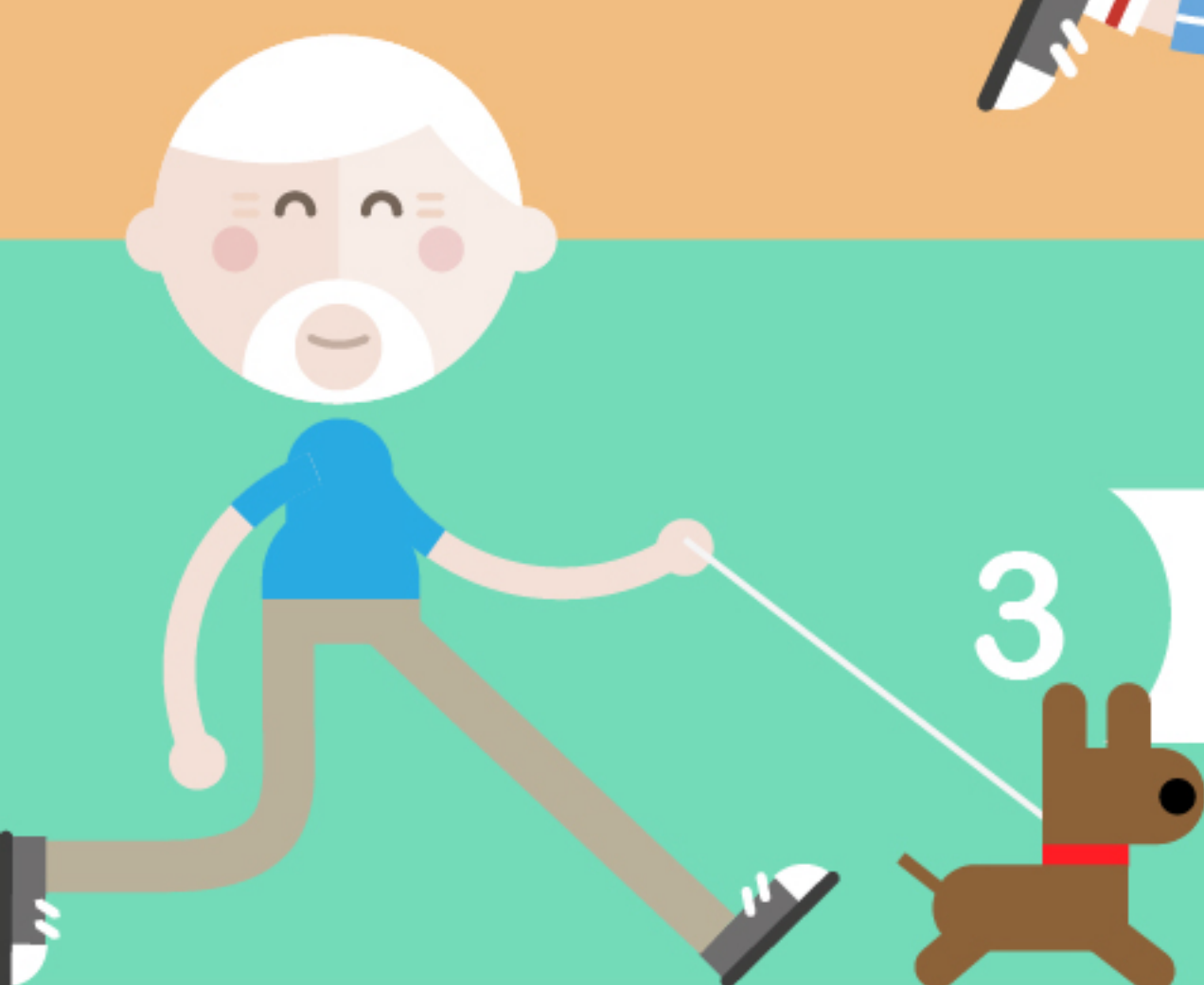
Haz ejercicio

2



3 Sal de casa cada día

3



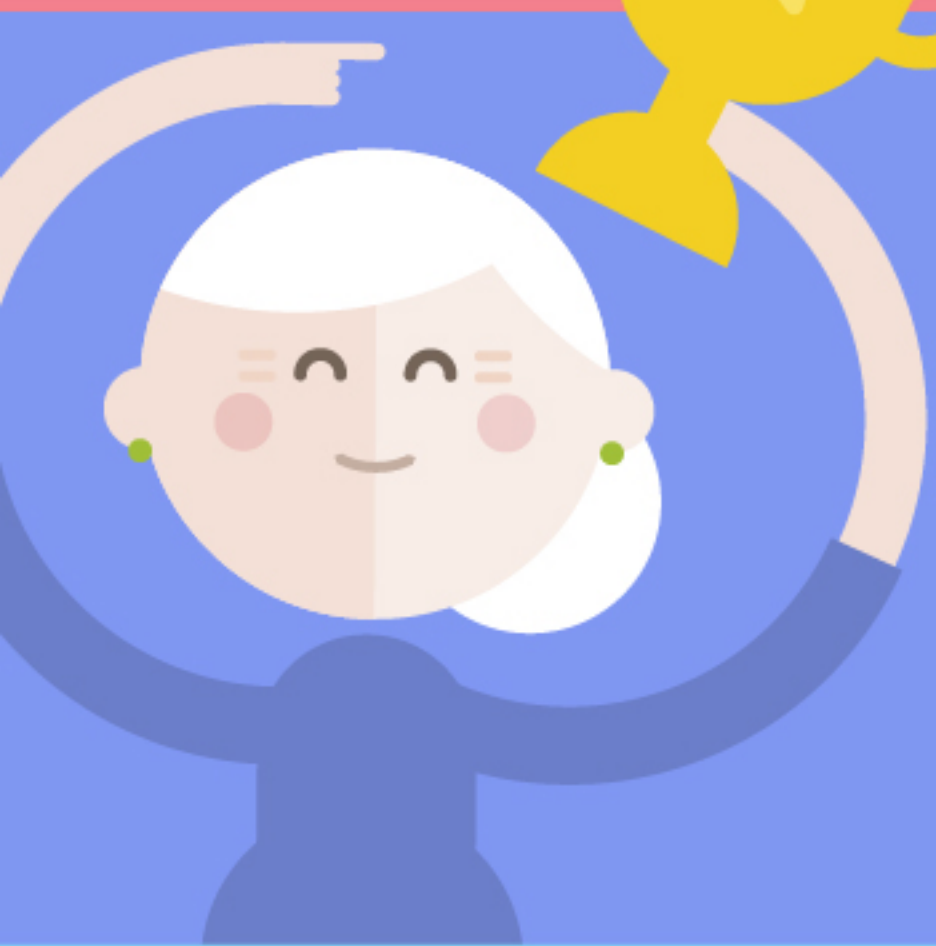
Sé optimista y busca el humor

4



5 Reconoce tus méritos

5



Sé útil a los demás

6



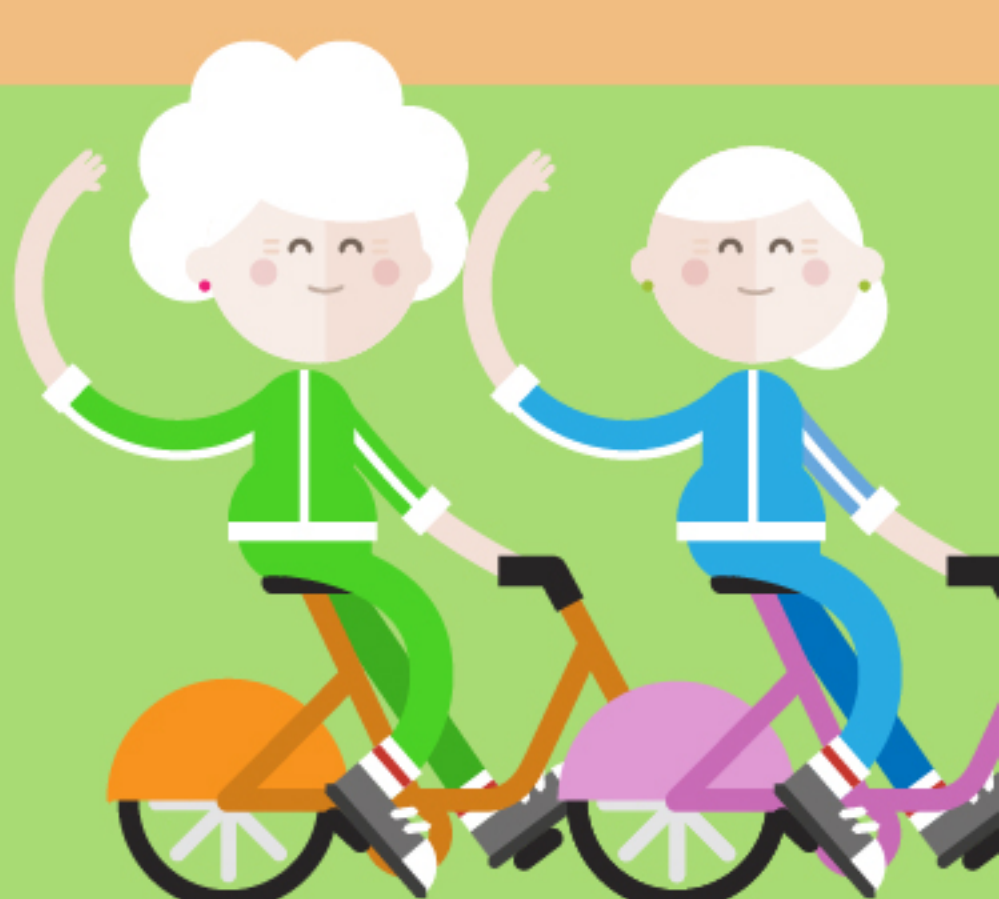
7

Mantente ocupado



Cuida las relaciones sociales

8



9

Disfruta el presente



Comparte tus preocupaciones

10

