

3

PÍO se mueve

Libreta de salud

Un reto personal



Proyecto cofinanciado por el FEDER



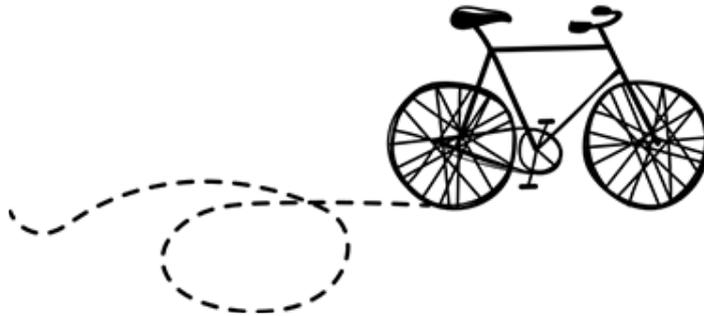


LIBRETA DE SALUD

Esta libreta pertenece a:

En caso de pérdida avisar a:

Nunca es tarde para retomar las buenas rutinas...





¿Cuáles son tus propósitos para este nuevo curso?

Escribirlos te ayudará a recordarlos y a cumplirlos

- _____
- _____
- _____



**NO
DUDES DE
TI**

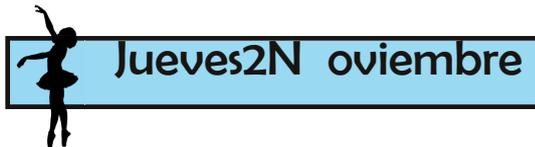


**SIGUE
INTENTÁNDOLO**





¿Cómo te has sentido?   



¿Cómo te has sentido?   



¿Cómo te has sentido?   

¿Cómo te has sentido?   

BIENESTAR

CALIDAD DE VIDA

¿QUÉ NOS APORTA LA ACTIVIDAD
FÍSICA?

ESTILOS DE VIDA
SALUDABLES

MEJORA DEL
ESTADO DE SALUD



Sábado 11 Noviembre

¡Inauguración en familia de Pío se Mueve curso 2017-2018!

Vamos a pasar una buena mañana

¿Cómo te has sentido?



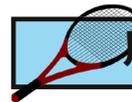
Martes 21 Noviembre

¿Cómo te has sentido?



Jueves 16 Noviembre

¿Cómo te has sentido?

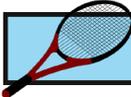


Jueves 23 Noviembre

¿Cómo te has sentido?



 **Martes 5 Diciembre**

 **Martes 12 Diciembre**

¿Cómo te has sentido?   

 **Jueves 14 Diciembre**

¿Cómo te has sentido?   

 **Martes 19 Diciembre**

¿Cómo te has sentido?   

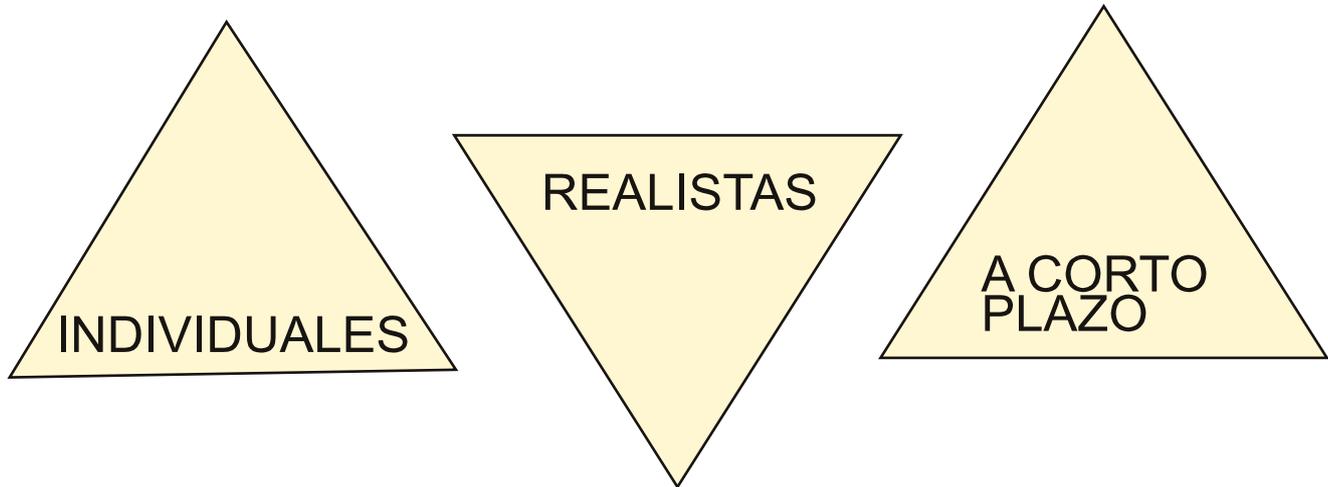
¿Cómo te has sentido?   



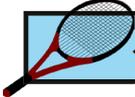
¡VAMOS A COCINAR LAS NUEVAS RECETAS!



¿CÓMO TIENEN QUE SER MIS OBJETIVOS?



Recuerda: **N O** pierdas de vista tus metas...

 Jueves 21 Diciembre

¡FELIZN AVIDAD Y
AÑON UEVO!



¿Cómo te has sentido?



 Martes 9E nero

¿Cómo te has sentido?



 Jueves 11 Enero

¿Cómo te has sentido?



¿Cómo te has sentido?



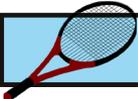


Martes 16 Enero



Jueves 18 Enero

¿Cómo te has sentido?



Martes 23 Enero

¿Cómo te has sentido?



Jueves 25 Enero

¿Cómo te has sentido?



¿Cómo te has sentido?



LO QUE HE CONSEGUIDO	LO QUE ME FALTA POR CONSEGUIR	LO QUE VOY A LUCHAR POR CONSEGUIR
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

REFLEXIONES



Martes 30 Enero



Jueves 1F ebrero

¿Cómo te has sentido?



Martes 6F ebrero

¿Cómo te has sentido?



Jueves 8F ebrero

¿Cómo te has sentido?

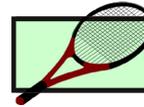


¿Cómo te has sentido?





Martes 13 Febrero



Jueves 15 Febrero

¿Cómo te has sentido?



Martes 20 Febrero

¿Cómo te has sentido?



Jueves 22 Febrero



Martes 27 Febrero

¿Cómo te has sentido?



¿Cómo te has sentido?



¿Cómo te has sentido?



EL ÉXITO ES LA
SUMA DE
PEQUEÑOS
ESFUERZOS
REPETIDOS DÍA



Proyecto cofinanciado por el FEDER

