

Formándome integralmente

- Manejo del estrés



Querido estudiante recuerda que...

El momento de aprender es hoy

Siempre las dudas hay que resolver

Tus acciones son el resultado de mañana

Unos errores te harán reflexionar

Día y noche hay que repasar

Involúcrate y cree en tu proceso

Aprendizaje te lleva al avance

Repite esto de principio a fin



Pintar o dibujar cualquier figura.



Realiza tu hobby favorito.

Caminar y despejar la mente.



Haz el deporte o ejercicio que más te guste.



Duerme y deja a tu cuerpo descansar.