

**LLAMA A UNA
PERSONA
QUERIDA TODOS
LOS DÍAS.**



**ENVÍA
MENSAJES DE
ÁNIMO Y
APOYO.**

**VALIDA LAS
EMOCIONES DE
OTRAS PERSONAS.
¡ESCÚCHALES!**

**CUANDO VAYAS AL
SUPERMERCADO,
HAZLE LA COMPRA A
ALGUIEN MÁS.**

PRACTICA LA SOLIDARIDAD

desde el distanciamiento físico.