

## #ResponsablePorTi



## RECOMENDACIONES PSICOLOGICAS PARA LA POBLACIÓN



## Con paciencia y confianza, vamos a ir recuperando la vida cotidiana.



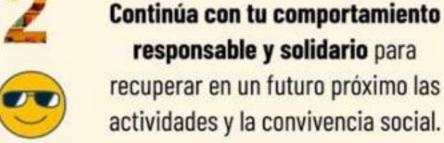
Respeta las normas y las medidas de protección. Hemos llegado hasta aquí juntos, con esfuerzo. Tenemos que seguir adelante!





Sigue manteniendo tus llamadas, cafés y reuniones de amigos de forma virtual. Te ayudará a seguir disfrutando de los tuyos.







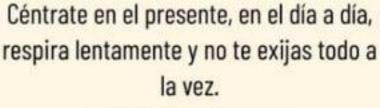


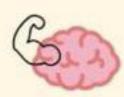
Implica a todos los miembros de la familia en esta situación. Conocer sus necesidades, compartir y resolver juntos las dificultades que nos podamos encontrar, pueden ser una oportunidad para mejorar la dinámica familiar.



Identifica tus posibilidades frente a las nuevas situaciones. Recuerda que has sido capaz de resolverlas anteriormente.







Confía en ti!



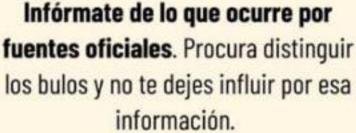
Saldremos adelante!



Puedes contribuir a evitar que te contagies o puedas contagiar a los

demás respetando la distancia social, con lavados frecuentes de manos y con el uso de la mascarilla.







Has hecho un gran esfuerzo y, gracias a ello, podemos seguir avanzando. Superar dificultades nos hace más fuertes.

Lo conseguiremos!





Mantén rutinas saludables. Un buen autocuidado te puede ayudar a afrontar mejor la vuelta a la normalidad.





