# DESAFÍOS PARA HACER EN CASA

¡¡¡A cuidarnos entre todos!!!

# DESAFÍOS

En estos días en casa intentemos desafiarnos a mantener la calma y lograr un estado de bienestar a pesar de la crisis

Hemos creado desafíos para ello, el primero de estos, es que ustedes propongan nuevos desafíos que ayuden a este objetivo!
Envía tu idea a equipoapoyo@dsvalpo.cl

## CONDICIONES:

1.- sean positivos
2.- puedan realizarse estando dentro del hogar y
3.- aporten a un estado de bienestar de quien lo haga