# ME GUSTA MI REFLEJO

Eres único, es algo para celebrar y amar. Pero no siempre es fácil de hacer cuando nos comparamos constantemente con los demás y queremos encajar en definiciones estrechas de belleza y éxito. Practica la creación de una autoestima saludable y una imagen corporal positiva completando las afirmaciones a continuación.

WATCH OUR VIDEO

¡Recorta y graba las tarjetas de afirmación completadas alrededor de tu espejo en casa para recordarte lo increíble y único que eres!

**Cuando me miro en el espejo, veo a alguien que es:**

**Uno de mis puntos fuertes es:**

**Uno de mis muchos talentos es:**

**Una de mis mejores cualidades es:**

© HealthCorps Inc. 2021. All Rights Reserved.
www.HealthCorps.org

¡Sigue a @TeensMakeHealthHappen para más recursos de bienestar!

Algo de lo que estoy orgulloso es:

Me siento feliz cuando:

Mis amigos dicen que soy:

Algo que me hace único es:

Amo mi cuerpo porque:

Estoy muy agradecido por: