ProFA Autocuidado de la Salud Mental  
Guía de Actividades

Fase 1

Actividad 2

“Lis de Veracruz: Arte, Ciencia, Luz”

# Logotipo Descripción generada automáticamenteFase 1. Elementos básicos de salud mental

## Actividad 2. Elaboración propia de salud mental

**Objetivo:**Construir definición propia de salud mental.

**Descripción:**Escriba detalladamente, y con sus propias palabras, qué es para usted la salud mental, si se le dificulta escribirlo y considera que puede plasmarlo de otra manera (dibujando, por ejemplo), puede hacerlo y adjuntar la evidencia.

**Redacción** ⇣

*Para mí la salud mental es*

**Más información**saludpublicasais@uv.mx [www.uv.mx/saisuv/](http://www.uv.mx/saisuv/)