



VALUES & LEADERSHIP

Chapter 4

2nd
SECONDARY

Autovaloración

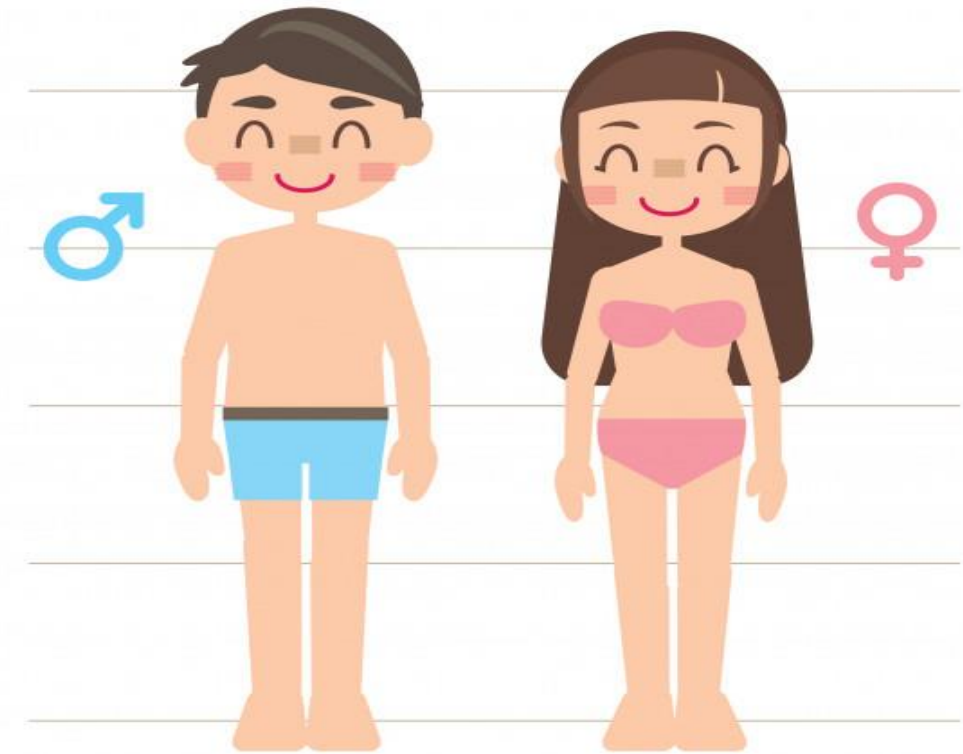


 **SACO OLIVEROS**

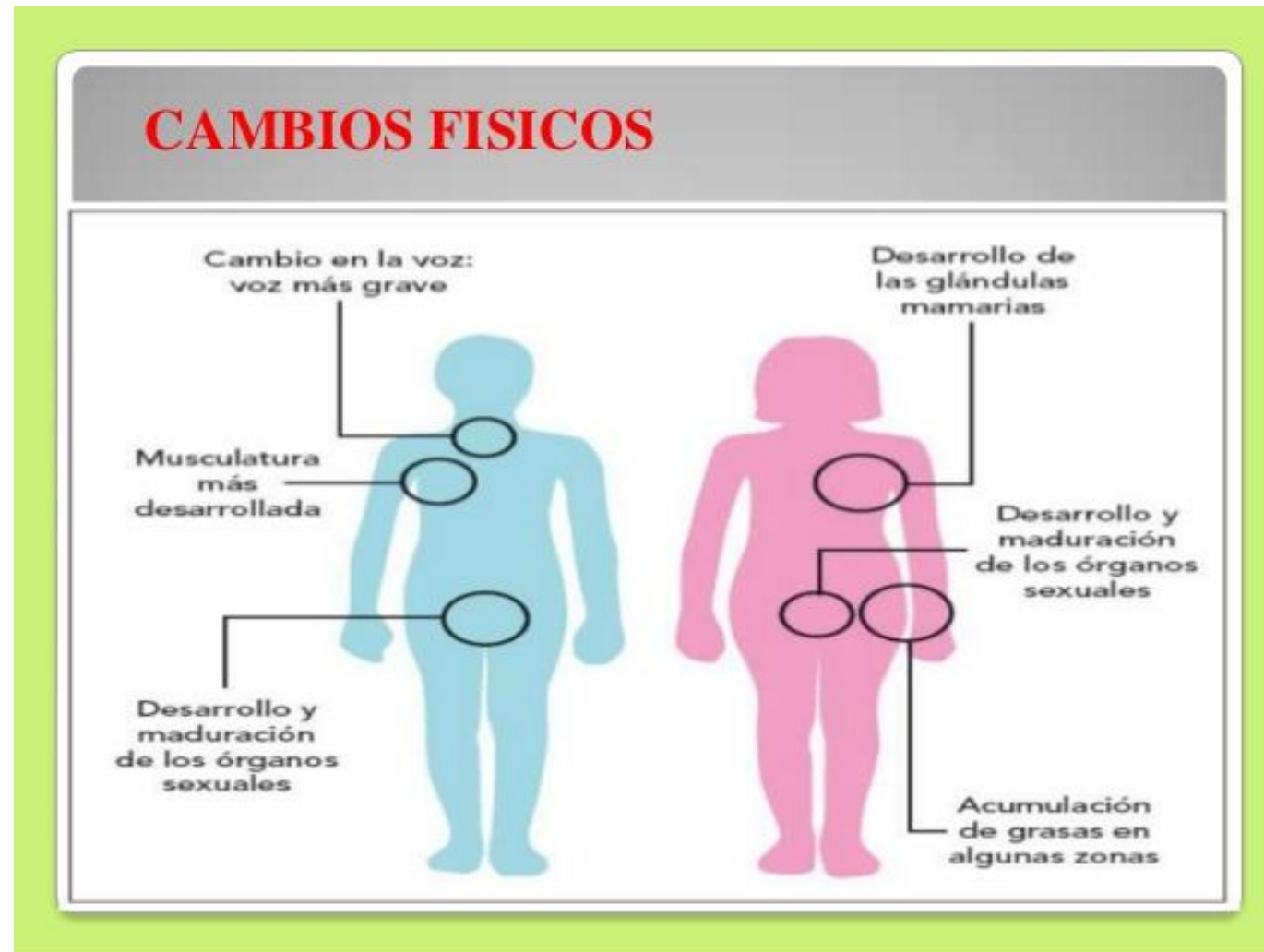


ANDREA VILALLONGA
ASESORA DE IMAGEN

Mi Cuerpo



Cambios Físicos:



Higiene :

- ✱ **RECOMENDACIONES GENERALES PARA EL CUIDADO DE LA PIEL**
- ✱ Comer bien, sobre todo frutas y verduras
- ✱ Tomar mucha agua durante el día
- ✱ Usar desodorante en las axilas y talco en los pies
- ✱ Banarse todos los días y secar muy bien la piel, sobre todo los pliegues





Hábitos Saludables



El Respeto de tu cuerpo y el de los demás:



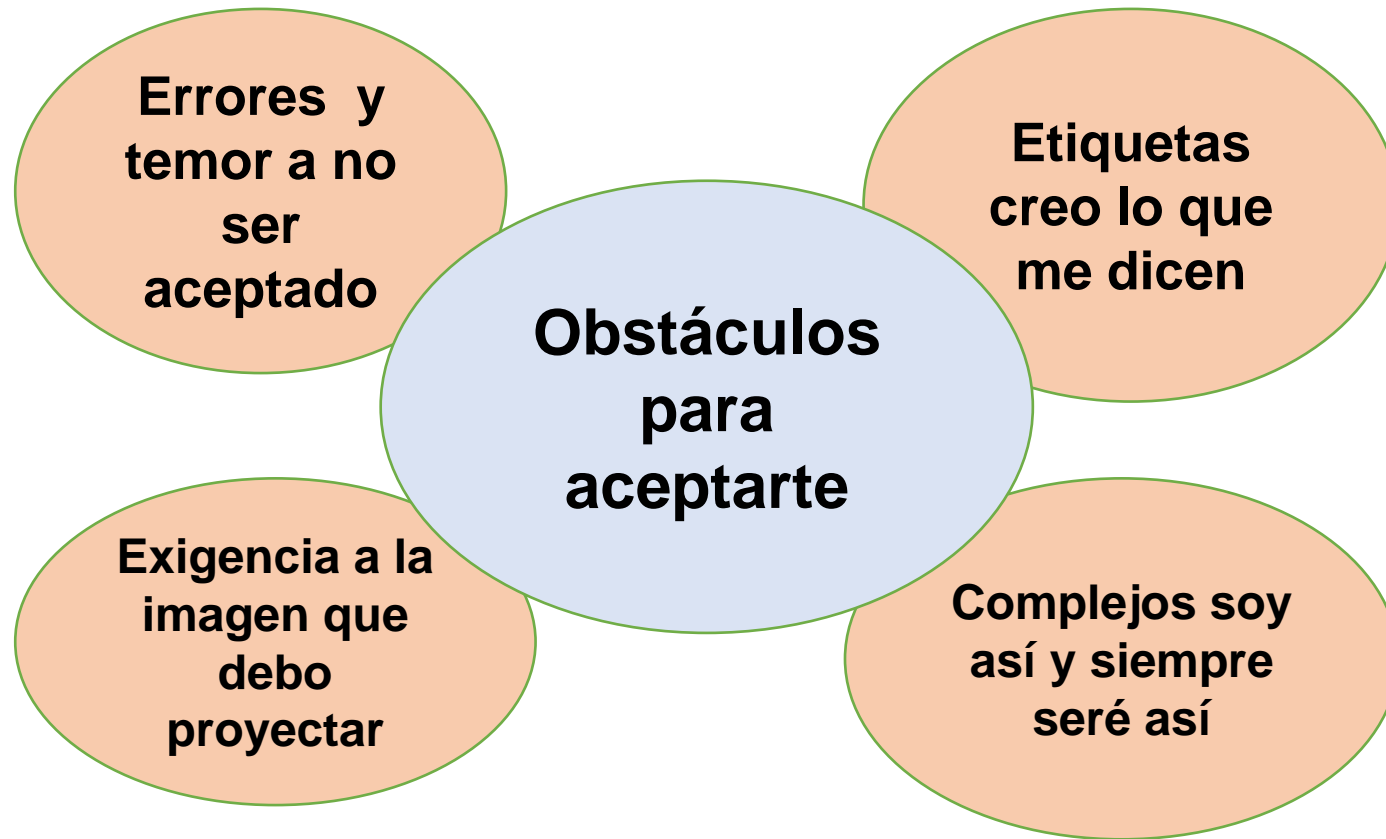


AUTOCONCEPTO





¿QUIEN SOY YO? → ¿ QUIEN QUIERO SER?





1

Escribe tu historia como eras de niño y que cambios has experimentado





2

Que parte de tu cuerpo te gusta mas



3

Que concepto tengo de mi mismo (a)



4

Que imagen corporal creo que tienen de mi los demás





5

Te consideras tímido o extrovertido frente al sexo opuesto y como te gustaría ser
