

AFIRMACIONES

PARA RECORDAR QUE ERES PODEROSA



DETALLES DE AUTOCUIDADO



Valida
tus
emociones.

Utiliza
productos que
te hagan
sentir hermosa.

Acaricia
a tu mascota
o abraza
un árbol.

Al despertar,
agradece tus
bendiciones.

¡Sal a caminar!
Puedes tomarte
selfies,
pero puedes
ser una
observadora.

Medita
cinco
minutos
al día.



¡La manicure
o la mascarilla
semanal
son sagradas!

Aromatiza
tu casa,
¡te cambia
todo el humor!

Si sientes
ganas de llorar,
¡llora! Y que no
te avergüence
que te vean.

Imprime
las fotos
con tus seres
queridos
y colócalas
a la vista.

Cómprate
una almohada
suavecita
y sábanas que
te abracen
al dormir.

Ve tu serie
favorita
con un té
o una copa
de vino.

FRASES

FEMINISTAS



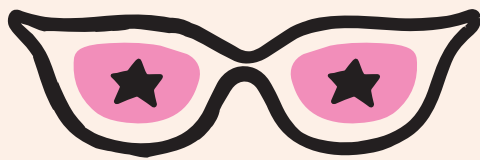
FRASES

FEMINISTAS



FRASES

FEMINISTAS



SI NO ESTÁS
DISPUESTA A HACER
EL RIDÍCULO
NUNCA TENDRÁS
LA POSIBILIDAD
DE SER REALMENTE
GRANDE

-CHER

FRASES FEMINISTAS



FRASES

FEMINISTAS



YO SOY LA QUE DIGO
SI SOY BONITA,
SI SOY FUERTE.
USTEDES NO VAN A DECIDIR
SOBRE MI VIDA,
LO HARÉ

YO

-AMY SCHUMER