

# Ser un poco más feliz...

## ¡Es tan fácil!

Elige algo que te guste mucho ✓

Incorpóralo a tu día a día ✓

Y disfrútalo ✓



Conseguir una mente sana depende de ti: busca un hueco para leer un libro, escuchar música o dar un paseo

**Fundación  
mapfre**

Logo Entidad