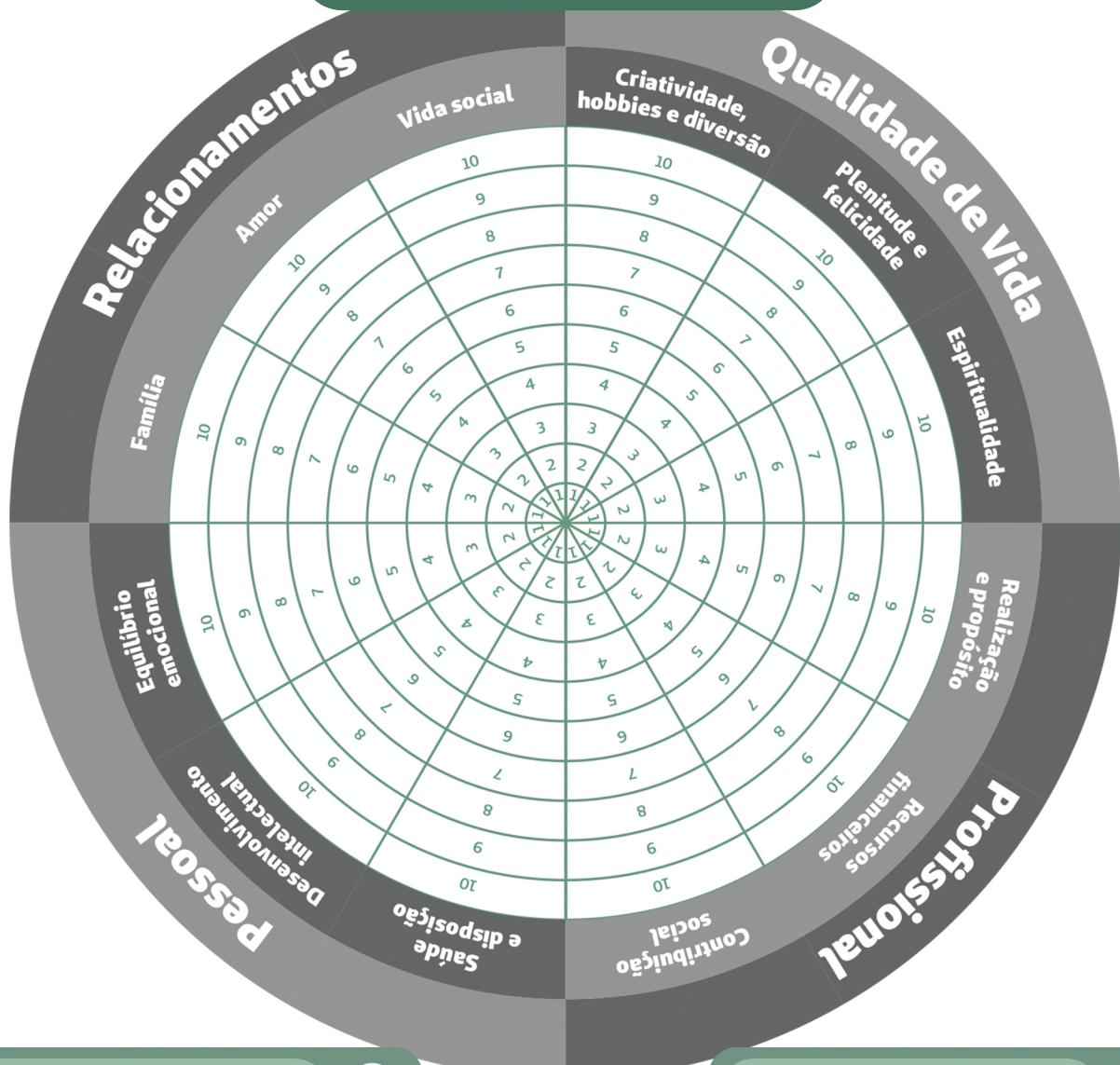


# Cuidar da mente

é fortalecer a **sua própria caminhada**

**Qual nota você dá para essas áreas da sua vida nesse mês?**  
Tire um tempo para refletir e preencher o mapa abaixo.

# Mapa das emoções



## *Eu agradeço*



## Preciso melhorar



## *Mês de conscientização à saúde mental e emocional*

*Cuida Bem*

**Unimed**   
Vales do Taquari  
e Rio Pardo/RS