



# ¿LLEVAS MUCHO TIEMPO FRENTE AL COMPUTADOR?



**¡PARA, ES HORA DE UNA  
PAUSA!**

---

ENCUENTRA EL CARRO

---



**¡LO LOGRASTE... EXCELENTE!**

Recuerda que despejar tu mente es igual de importante que trabajar tu cuerpo

SUBDIRECCIÓN DE PERSONAL - SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL

*Educadora de educadores*