



## Actividad de bienestar

# Actos de bondad al azar

Elija al menos un acto de bondad al azar en el que pueda participar esta semana y escriba un diario sobre su experiencia.

1. ¿Qué hizo?
2. ¿Cuál fue la respuesta de la persona?
3. ¿Cómo lo hizo sentir?

Proporcionado por

**navigate**<sup>o</sup>

*Este boletín informativo/póster se suministra para fines informativos generales únicamente y no debe considerarse como asesoramiento médico, diagnóstico ni recomendaciones de tratamiento.*



**Gallagher**

Insurance | Risk Management | Consulting