

1.¿QUE ES LA SALUD MENTAL?

- Es la capacidad de razonar con la mente
- Es la armonía mental libre de enfermedades
- Es la libertad de pensar libremente
- Es la capacidad de coherencia de la conducta
- Sentirte bien contigo mismo

2.¿COMO PODEMOS TENER SALUD MENTAL?

- Con buenos valores
- No depender de alguien
- No dejar influenciar de otras personas
- No ver programas chafa de televisión
- Ser uno mismo

3.¿QUE ESTIGMAS CONOCES SOBRE LA SALUD MENTAL?

- Violentas
- Agresivas
- pueden actuar de forma extraña.
- incapaces de mejorar.
- peligrosas y deberían estar aisladas
- alejadas de las demás personas.

4.¿CREES QUE ES IMPORTANTE LA SALUD MENTAL?

- Si
- Si
- Si

- Si
- Si

5.¿PORQUE ES IMPORTANTE?

- Para poder vivir
- Para no tener defisis de atencion
- Para vivir en armonia
- Para ser independiente
- Para obtener libertad