



cpae

Tratamiento y
formación para artistas
www.cpaenet.net

Cómo llevar a cabo un autotratamiento

– *Cómo llevar a cabo un autotratamiento*

-Aquí un vídeo de cómo hacer un autotratamiento para mantener tu autocuidado ¿Qué puedes hacer?

¡Mira el vídeo!

[AUTOTRAMIENTO.](#)

Enlace a vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=LNMY0d6qJ2g>

