

Rutina de cierre del día laboral en 5 pasos



Apaga la pantalla

☐

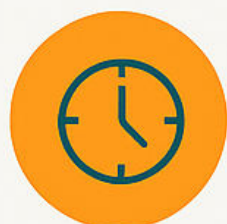
Repaso de logros

☐

Inbox cero “light”

☐

Intención para mañana

☐

Cierre físico:
respiración 2 min.

☐

**CURSO GRATIS
DE MINDFULNESS**

IMPULSO₀₆