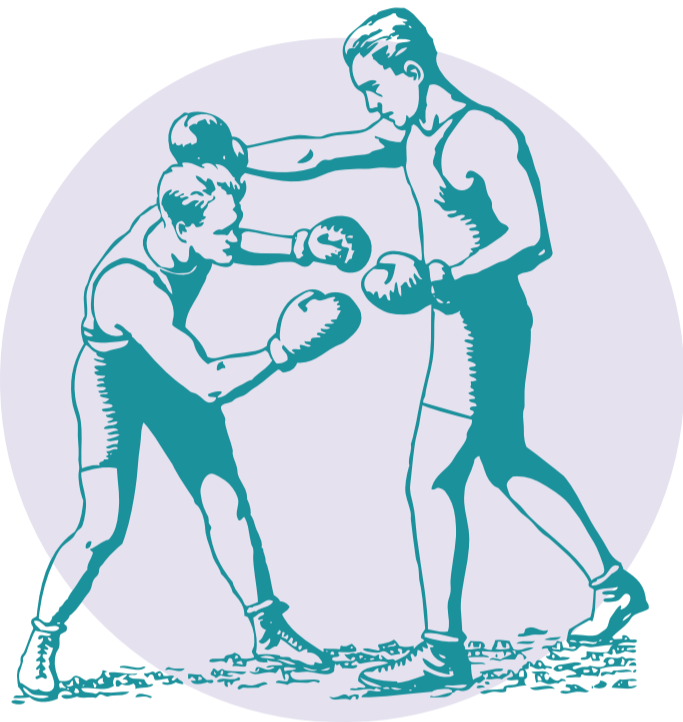




Hacernos fuertes es nuestra prioridad

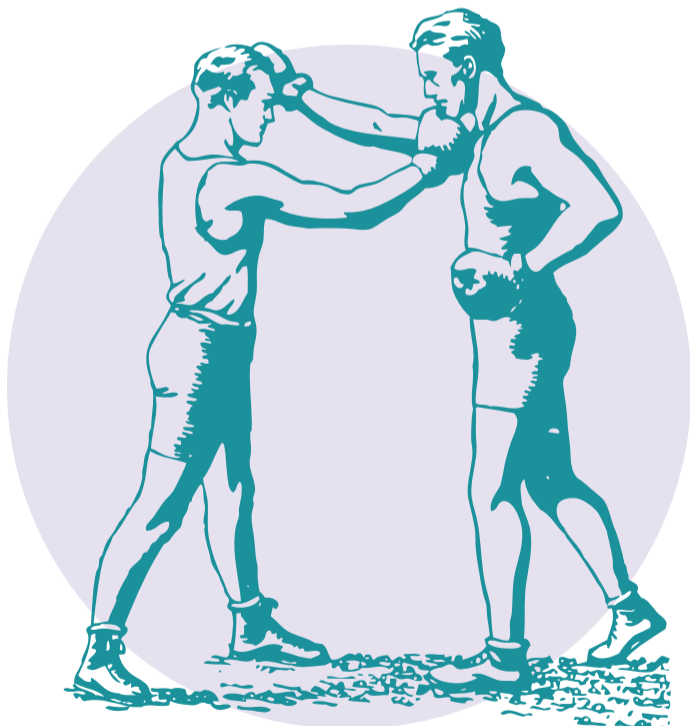
Cuatro cosas claras para cuidar nuestras cabezas...



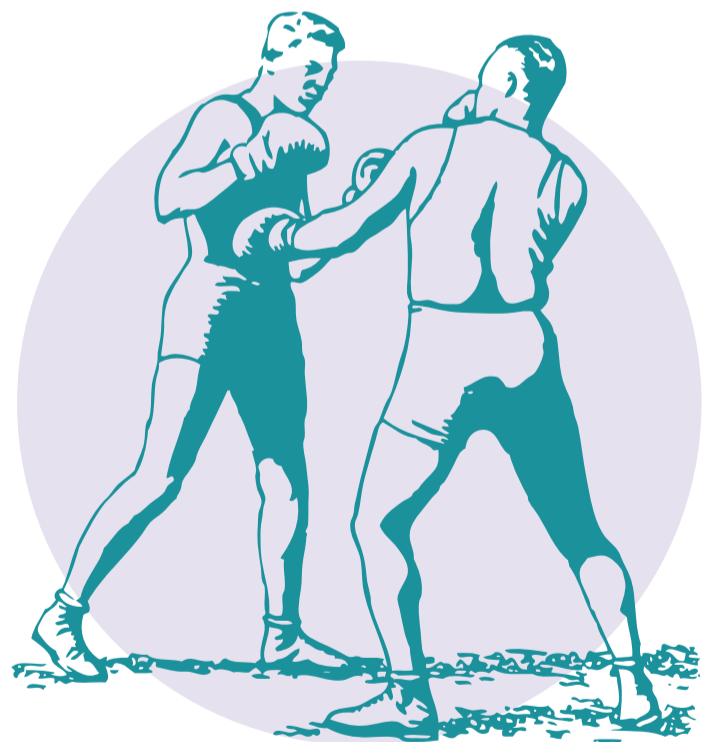
1. No consumir drogas



2. Dormir y descansar



3. Dotarse de horarios y practicar ejercicio con regularidad



4. Comer bien. Priorizar el consumo de alimentos frescos, evitar los excitantes y el azúcar

**Por nosotrxs, por lxs nuestrxs, por la anarquía
¡PSIQUIATRIZADXS EN LUCHA!**