

## RECOMENDACIONES PARA TUS DÍAS DE DESCANSO

La práctica de yoga no es solo un gran ejercicio físico, sino que ayuda a **calmar nuestra mente y a equilibrar nuestras emociones**. Hay infinidad de rutinas gratuitas por internet, para todos los niveles.

**Por un IEnova sin contagios, vacacionemos en casa.**



## RECOMENDACIONES PARA TUS DÍAS DE DESCANSO

**¡Prueba esa receta que tanto se te antoja!**

Es el tiempo ideal para que pruebes tus habilidades culinarias en casa. Conviértete en chef por un día y mándale una probadita de tu receta a los tuyos.

**Por un IEnova sin contagios, vacacionemos en casa.**

