UNIVERSIDAD DISTRITAL
FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS

Subsistema de Gestión de
Seguridad y Salud en el Trabajo

Cuida el amor propio

Autoconocimiento & Coherencia

La principal relación es la que tenemos con nosotros mismos

La capacidad de reconocer en las imperfecciones el propio valor optimiza la autoestima



El amor propio lleva a no invalidarse, a no creer todo lo que digan de ti, a no sobreexigirse, previene la inseguridad; el miedo irracional y a la culpabilidad constante.

Amarse libera

Amar plenamente el propio ser; permite tomar decisiones más conscientes sobre cómo nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás.

Subsistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo
Sede Carrera 7 #40B - 53 Piso 6 - Tel. 3239300 ext. 1612
seguridadysaludt@udistrital.edu.co - www.sgsst.udistrital.edu.co