

TEMPERANCIA

La **temperancia** es una virtud atemporal profundamente arraigada en el **autocontrol**, el **equilibrio** y el **propósito**. Destacada en la Biblia, defendida en los escritos de Elena G. de White y respaldada por principios modernos de salud, la temperancia no se trata solo de **abstenerse** de hábitos nocivos, sino de **vivir sabiamente**, intencionalmente y en **armonía con el diseño de Dios**.

Ya sea que estés explorando los b o buscando vivir **una vida más significativa**, la b es una de las **8 Leyes de la Salud** que puede transformar tu bienestar: cuerpo, mente y espíritu.



I B G U U M L A R O P M E T A B S T E N E R S E O C
O X A É S C É E I A U T O C O N T R O L C T O U T R
D I S E Ñ O É A V C U E Q U I L I B R I O W I V I I
H S A D Ñ X T I Í T N P R I N C I P I O S H D X S S
C O L E X Ó R I I N Y A Ñ T E T N E M A I B A S Ó T
C V U D M T W R B Ú O Y R R A T S E N E I B E O P I
P I D V U U Í R G Á O M U E Z R N C Ñ Z P G P V O A
L C D D H P J A V Y H O R Á P T Á F S C Ú R I B R N
F O Á U S M D L B L Q N X A E M K K H K E V B Y P O
I N T E N C I O N A L M E N T E E S G U I S K R D S
G C A S A V I T A C I F I N G I S T C R B Á B T P Ñ

- ABSTENERSE
- ARMONÍA
- ATEMPORAL
- AUTOCONTROL
- BIENESTAR
- CRISTIANOS
- CUERPO
- DIOS

- DISEÑO
- EQUILIBRIO
- ESPÍRITU
- HÁBITOS
- INTENCIONALMENTE
- MENTE
- NOCIVOS
- PRINCIPIOS

- PROPÓSITO
- SABIAMENTE
- SALUD
- SIGNIFICATIVA
- TEMPERANCIA
- VIRTUD
- VIVIR

8 REMEDIOS NATURALES

JCE GRAPHIC SERVICES
331.215.6523



AIRE	DESCANSO	EJERCICIO	LUZ SOLAR	AGUA	NUTRICIÓN	TEMPERANCIA	ESPERANZA EN DIOS
Respira aire limpio para salud y el bienestar.	Prioriza un descanso adecuado, in-sueño regular del descanso .	Mantén la forma física mediante el ejercicio .	Aprovecha la luz solar de la luz solar su papel en la producción de vitaminas .	Mantente hidratado, utiliza agua tanto como agua exterior.	Nutre tu cuerpo con una dieta basada en frutas y granos .	Practica la temperancia y abstente de alcohol nocivos como el tabaco y alcohol .	Fomenta la salud mental mediante la fe en Dios y los beneficios psicológicos y espirituales que esta aporta.

TEMPERANCIA

La **temperancia** es una virtud atemporal profundamente arraigada en el **autocontrol**, el **equilibrio** y el **propósito**. Destacada en la Biblia, defendida en los escritos de Elena G. de White y respaldada por principios modernos de salud, la temperancia no se trata solo de **abstenerse** de hábitos nocivos, sino de **vivir sabiamente**, intencionalmente y en **armonía con el diseño de Dios**.

Ya sea que estés explorando los b o buscando vivir **una vida más significativa**, la b es una de las **8 Leyes de la Salud** que puede transformar tu bienestar: cuerpo, mente y espíritu.



Grid of letters with words circled in orange:

I B G U U M L A R O P M E T A B S T E N E R S E O C
 O X A É S C É E I A U T O C O N T R O L C T O U T R
 D I S E Ñ O É A V C U E Q U I L I B R I O W I V I I
 H S A D Ñ X T I I T N P R I N C I P I O S H D X S S
 C O L E X Ó R I I N Y A Ñ T E T N E M A I B A S Ó T
 C V U D M T W R B Ú O Y R R A T S E N E I B E O P I
 P I D V U U Í R G Á O M U E Z R N C Ñ Z P G P V O A
 L C D D H P J A V Y H O R Á P T Á F S C Ú R I B R N
 F O Á U S M D L B L Q N X A E M K K H K E V B Y P O
 I N T E N C I O N A L M E N T E E S G U I S K R D S
 G C A S A V I T A C I F I N G I S T C R B Á B T P Ñ

- ABSTENERSE
- DISEÑO
- PROPÓSITO
- ARMONÍA
- EQUILIBRIO
- SABIAMENTE
- ATEMPORAL
- ESPÍRITU
- SALUD
- AUTOCONTROL
- HÁBITOS
- SIGNIFICATIVA
- BIENESTAR
- INTENCIONALMENTE
- TEMPERANCIA
- CRISTIANOS
- MENTE
- VIRTUD
- CUERPO
- NOCIVOS
- VIVIR
- DIOS
- PRINCIPIOS