



Feliz Día de San Valentín

de ParentGuidance.org

Febrero es un tiempo maravilloso del año ser bondadoso y mostrar el amor hacia familiares y amigos. También es importante mostrar el amor por **SÍ MISMO**.

Cierto, "**Cómo Desarrollar la Compasión en Sí Mismo**" puede ayudarle aprender lecciones importantes sobre tener la compasión por sí mismo. Esto ayudará en formar un buen ejemplo a sus hijos de cómo mostrar la compasión por sí mismos también.

acceda este
curso gratuito
aquí



<https://cookcenter.info/Self-Compassion>