

फरवरी चूज़ लव अवेयरनेस मंथ है! यह उन तरीकों पर ध्यान केंद्रित करने का समय है जनिसे आप अपने का और दूसरों के लिए अधिक पोषण उपचार प्रेम ला सकते हैं। उन हर तरीकों का जश्न मनाएं जिससे आप हर दिन प्रियार चुनते हैं चूज़ लव फॉर्मूला का अभ्यास करके। जागरूकता फैलाने में हमारी मदद करें और चूज़ लव फॉर्मूला को अपने परिवार और दोस्तों के साथ बांटें। सभी को हमारे दैनिकि कार्य चरणों में भाग लेने के लिए कहें।

choose love™
Awareness
MONTH 2022

फरवरी 2022

फॉर्मूला छवि

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT		
 <p>Have a Lot of fun</p>		<p>1 अपनी बहादुर मुद्रा दिखाओ! अपनी बहादुर मुद्रा में अपना एक चित्र बनाएं।</p> 	<p>2 "साहस क्या है" वीडियो देखें।</p> 	<p>3 साहस के बारे में एक कविता पढ़ें फिर अपनी खुद की लखें।</p> 	<p>4 नडिर शुक्रवार! कुछ ऐसा करें जो आपने पहले कभी नहीं किया।</p> 	<p>5 आपने जो कुछ किया उसके लिए "आई एम सॉरी" कहकर साहसी बनें।</p> 		
<p>6 जेम्स मैकडॉनल्ड्स की कविता "ऐम हाई टू द स्काई" पढ़ें। तुम क्या कर सकते हो?</p>	<p>7 आभारी और खुश महसूस करने के लिए कृतज्ञता की सांसों का अभ्यास करें।</p> 	<p>साहस सप्ताह</p>		<p>8 "कृतज्ञता क्या है" वीडियो देखें।</p> 	<p>9 कृतज्ञता के बारे में एक कविता पढ़ें फिर अपनी खुद की लखें।</p> 	<p>10 कृतज्ञ गुरुवार! आप कनि 3 चीजों के लिए आभारी हैं?</p> 	<p>11 किसी को धन्यवाद पत्र लखें।</p> 	<p>12 एक पेपर कृतज्ञता रजाई बनाएं। आप जिस चीज के लिए आभारी हैं, उसके चित्र बनाएं। उन्हें एक साथ पैच करें।</p>
<p>13 किसी को बताएं कि आप उनके लिए क्यों आभारी हैं और उनसे भी ऐसा ही करने को कहें।</p>	<p>14 वैलेंटाइनस दविस की शुभकामनाएं।</p> 	<p>क्षमा सप्ताह</p>		<p>15 क्षमा स्वयं के लिए एक उपहार है। क्षमा की सांस लें।</p> 	<p>16 "क्षमा क्या है" वीडियो देखें।</p> 	<p>17 क्षमा के बारे में एक कविता पढ़ें फिर अपनी खुद की लखें।</p> 	<p>18 कागज और कपास से "क्षमा करें और फिर क्षमा करें" शिल्प बनाएं।</p> 	<p>19 सांरी कहने के बभिन्न तरीके क्या हैं?</p> 
<p>20 हाथों को मुट्ठी में रखो, सांस लो, फिर सांस छोड़ो व जाने दो और क्षमाशील बनो।</p> 	<p>21 चूज़ लव फॉर्मूला चनिह बनाएं और इसे अपनी रसोई या कक्षा में लटकाएं।</p> 	<p>अनुकंपा-इन-एक्शन सप्ताह</p>		<p>22 "करुणा-इन-एक्शन क्या है" वीडियो देखें।</p> 	<p>23 करुणा के बारे में एक कविता पढ़ें फिर अपनी खुद की लखें।</p>	<p>24 खुद के लिए दयालु रहें। अपनी बाहों को अपने शरीर के चारों ओर लपेटें और अपने आप को गले लगाएं।</p> 	<p>25 अपने साथ रॉयल्टी की तरह व्यवहार करें। अपने आप को एक ताज बनाएं।</p> 	<p>26 दयालुता नोट बनाएं और उन्हें वहां छोड़ दें जहां दूसरे उन्हें पाएं।</p> 
<p>27 दूसरों के प्रति करुणा दिखाएं। एक दयालु शब्द पेश करें या एक मुस्कान साझा करें!</p>	<p>28 हर दिन प्रियार चुनें! प्रियार को बड़े अक्षरों में लखिए और उसे वहीं रखिए जहाँ आप उसे देख सकते हैं।</p>	<p>COURAGE + GRATITUDE + FORGIVENESS + COMPASSION = THE CHOOSE LOVE FORMULA IN-ACTION</p>						

जीवन मुझे बिल्कुल भी नहीं डराता माया एंजेलो

choose love™
for schools