

¡Febrero es el Mes de Concientización de Elige el Amor! Es un momento para enfocarse en las formas en que puede traer más amor curativo y nutritivo para usted y para los demás. Celebre todas las formas en que elige el amor todos los días aprendiendo y practicando la fórmula Elige el amor. Ayúdanos a difundir la conciencia y compárte la fórmula Elige el amor con tu familia y amigos. Haga que todos participen en nuestros pasos de acción diarios.

choose love™ Awareness MONTH 2022

FEBRERO 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
 <p>Have a Lot of fun</p>		<p>1 ¡MUESTRE SU ACTITUD VALIENTE! HAZ UN DIBUJO DE TI MISMO EN TU VALIENTE POSE.</p> 	<p>2 MIRE EL VIDEO "¿QUÉ ES EL CORAJE?".</p>	<p>3 LEA UN POEMA SOBRE EL CORAJE Y LUEGO ESCRIBA EL SUYO PROPIO.</p> 	<p>4 ¡VIERNES SIN MIEDO! HAZ ALGO QUE NUNCA HAYAS HECHO ANTES.</p> 	<p>5 SEA VALIENTE AL DECIR "¿QUÉ SIENTO?" POR ALGO QUE HIZO.</p> 
FEB 1-6 SEMANA DEL VALOR						
<p>6 LEE EL POEMA "APUNTA ALTO AL CIELO" DE JAMES MCDONALD. ¿QUÉ PUEDES HACER?</p>	<p>7 PRACTICA RESPIRACIONES DE GRATITUD PARA SENTIRTE AGRADECIDO Y FELIZ.</p> 	<p>8 MIRA EL VIDEO "¿QUÉ ES LA GRATITUD?".</p>	<p>9 LEA UN POEMA SOBRE LA GRATITUD Y LUEGO ESCRIBA EL SUYO PROPIO.</p> 	<p>10 JUEVES AGRADECIDO. ¿CUÁLES SON LAS 3 COSAS POR LAS QUE ESTÁS AGRADECIDO?</p> 	<p>11 ESCRIBA UNA NOTA DE AGRADECIMIENTO A ALGUIEN.</p> 	<p>12 HAZ UNA COLCHA DE AGRADECIMIENTO DE PAPEL. HAZ DIBUJOS DE LAS COSAS POR LAS QUE ESTÁS AGRADECIDO. PARCHEARLOS JUNTOS.</p>
FEB 7-13 SEMANA DE LA GRATITUD						
<p>13 DILE A ALGUIEN POR QUÉ ESTÁS AGRADECIDO POR ELLOS Y HAZ QUE ELLOS HAGAN LO MISMO.</p>	<p>14 FELIZ DÍA DE SAN VALENTÍN. ¡COMPARTE AMOR TODO EL DÍA!</p> 	<p>15 EL PERDÓN ES UN REGALO PARA TI MISMO. TOMA UN RESPIRO DE PERDÓN.</p> 	<p>16 MIRA EL VIDEO "¿QUÉ ES EL PERDÓN?".</p> 	<p>17 LEE UN POEMA SOBRE EL PERDÓN Y LUEGO ESCRIBE EL TUYO PROPIO.</p> 	<p>18 HAZ UNA MANUALIDAD DE "PERDONA Y LUEGO PERDONA S'MORE" CON PAPEL Y ALGODÓN.</p> 	<p>19 QUELLES SONT LES ¿CUÁLES SON LAS DIFERENTES FORMAS DE DECIR QUE LO SIENTES?</p> 
FEB 14-20 SEMANA DEL PERDÓN						
<p>20 PONGA LAS MANOS EN UN PUÑO, RESPIRE, LUEGO EXHALE Y SUELTE Y SEA INDULGENTE.</p> 	<p>21 ¡HAZ UN CARTEL DE ELIGE LA FÓRMULA DEL AMOR Y CUÉLGALO EN TU COCINA O SALÓN DE CLASES!</p> 	<p>22 MIRE EL VIDEO "¿QUÉ ES LA COMPASIÓN EN ACCIÓN?".</p> 	<p>23 LEE UN POEMA SOBRE LA COMPASIÓN Y LUEGO ESCRIBE EL TUYO PROPIO.</p>	<p>24 SÉ AMABLE CONTIGO MISMO. ENVUELVE TUS BRAZOS ALREDEDOR DE TU CUERPO Y ABRÁZATE.</p> 	<p>25 TRÁTATE COMO A LA REALEZA. HAZTE UNA CORONA.</p> 	<p>26 HAZ NOTAS DE AMABILIDAD Y DÉJALAS DONDE OTROS PUEDAN ENCONTRARLAS.</p> 
FEB 21-28 SEMANA DE LA COMPASIÓN EN ACCIÓN						
<p>27 MUESTRA COMPASIÓN POR LOS DEMÁS. ¡OFREZCA UNA PALABRA AMABLE O COMPARTA UNA SONRISA!</p> 	<p>28 ¡ELIGE AMAR TODOS LOS DÍAS! ESCRIBE AMOR EN LETRAS GRANDES Y PONLO DONDE PUEDES VERLO.</p>	<p>COURAGE + GRATITUDE + FORGIVENESS + COMPASSION IN-ACTION = THE CHOOSE LOVE FORMULA</p>				

"LA VIDA NO ME ASUSTA EN ABSOLUTO."— Maya Angelou