



Seamos amables

Siempre es bueno mostrar cuidado y amabilidad hacia ti mismo y hacia los demás. Vamos a hacer dibujos desde el corazón...

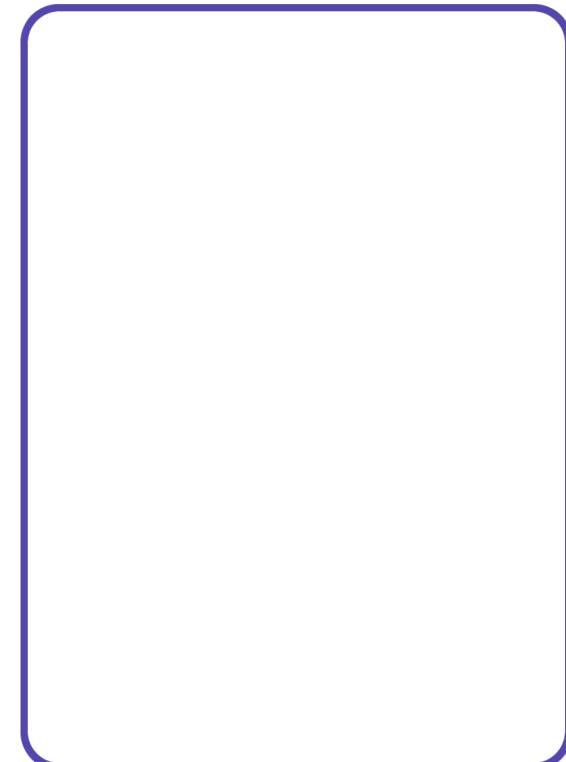
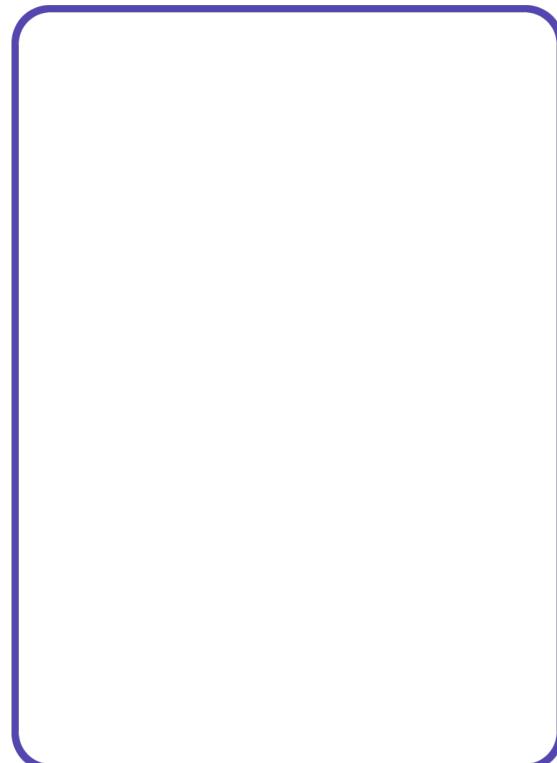
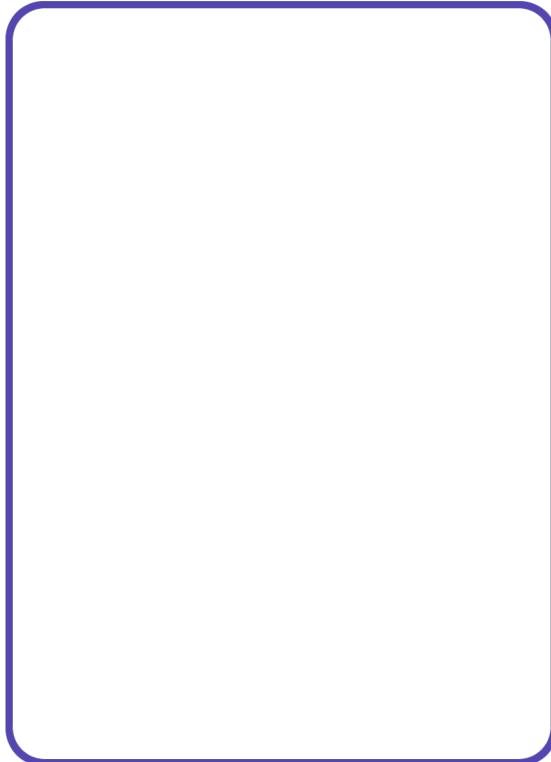
...ayudando a alguien en casa con las tareas del hogar.

... date un abrazo y ¡dibuja todas las cosas que amas sobre ser tu!

...para alguien de tu familia o amigo y díles por qué los quieres



Youtube.com/Kefyoga



¡Disfruta y comparte tu amabilidad!

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

