



CONSEJO DE BIENESTAR: Mientras trabaja para reforzar su autoestima y ganar confianza en sí mismo, perdóñese si se ha tratado con dureza en el pasado. Comprométase con un mejor “relato interno”, viéndose ahora a sí mismo de forma más positiva.



Escanee el código QR para visitar su sitio web para miembros para obtener recursos útiles.