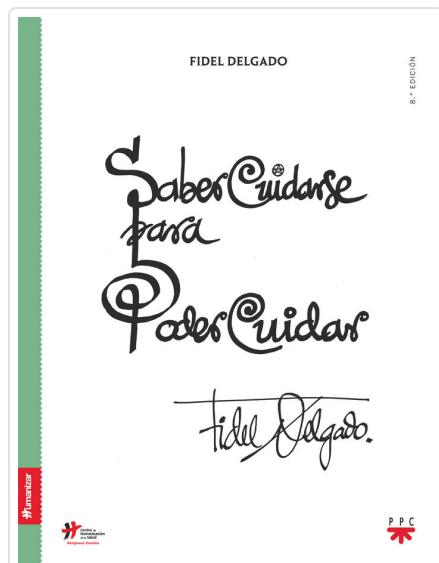


# SABER CUIDARSE PARA PODER CUIDAR



Editorial	P.P.C
Materia	<Genérica>
Colección	EDUCAR
EAN	9788428812979
Status	Disponible
Páginas	176
Tamaño	210x275x9 mm.
Peso	424
Precio (Imp. inc.)	21,00€
Fecha de lanzamiento	24/03/2006

## DELGADO, FIDEL

### SINOPSIS

Claves fundamentales y propuestas concretas para cuidarse a sí mismos quienes quieren cuidar saludablemente a los demás: como cuidarnos según somos, cuidar el cuerpo con el que cuidamos, convertir la alergia en alegría, cuidar con humor, controlar y reciclar las emociones negativas para mantener una higiene integral, cultivar la lucidez como antídoto de todas las formas de sufrimiento, cuidar la autoestima o ejercer modos de consuelo saludable... ...

### Títulos relacionados

