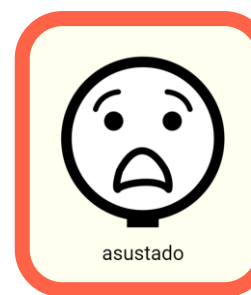
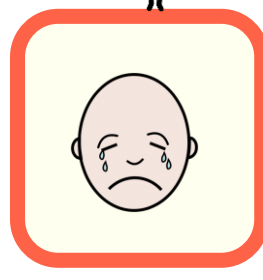


¿Cómo me siento? ¿Qué me pasa?



ESTÁ BIEN SENTIRTE COMO TE SIENTES



¿Qué hacemos para que te sientas mejor?



1- Se lo cuento a las personas de mi confianza.



2- Doy o recibo



abrazos.

3- Intento hacer un dibujo si me



apetece.

4- Hago actividades que me vuelvan a la calma.



baño relajante



escuchar música



bailar



deporte



rincón de la calma