



# ¿Cómo me siento hoy?

Todas las emociones valen. Marca cómo te sientes hoy y conversa: ¿qué te ayuda cuando te sientes así?



**Alegría**

Me ayuda:

---

---



**Calma**

Me ayuda:

---

---



**Tristeza**

Me ayuda:

---

---

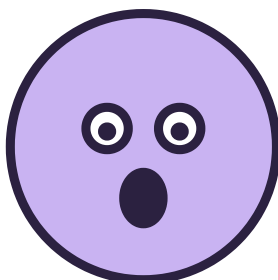


**Enojo**

Me ayuda:

---

---

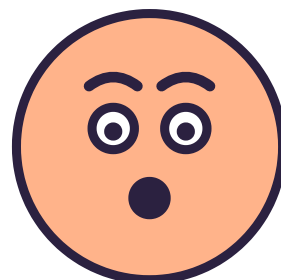


**Miedo**

Me ayuda:

---

---



**Sorpresa**

Me ayuda:

---

---

**Hoy me siento**