

Programa educativo **Vivir en Salud**

Fundación
MAPFRE

OBJETIVOS
DE DESARROLLO
SOSTENIBLE

VIVIR
EN
SALUD

Sandi Sonrisas



ALEGRÍA

Con ella nos sentimos felices, nos ayuda a hacer amigos y sirve para saber que las cosas van bien:
¡A seguir haciéndolas así!

Edi Enfados



RABIA

Aparece cuando algo no es como nos gustaría, pero es muy útil para defendernos y cambiar situaciones difíciles: **¡Ánimo!**

Mati Miedos



MIEDO

Con él nos asustamos cuando sentimos que algo es peligroso, por eso nos ayuda a actuar con precaución: **¡Cuidado!**

Toti Tristeza



TRISTEZA

Aparece cuando algo nos da pena y necesitamos llorar o averiguar qué es lo que no va bien, pero es genial para desahogarnos y pedir ayuda:
¡Poco a poco!

LOS EMONSTRUITOS

Es muy importante que sepas identificar las emociones porque así sabrás cómo te sientes y también serás capaz de reconocer cómo se sienten los demás y ayudarles cuando lo necesiten.

Con la colaboración de:



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA