

RESPIRA!



ENS CUIDEM DURANT EL CONFINAMENT!
UN BREU MOMENT PER A TU ABANS DE
COMENÇAR EL DIA!

1

Aquestes setmanes que som a casa potser ens hem adonat que hi ha algunes coses de nosaltres mateixos que ens agraden més que d'altres (parts del cos, trets de personalitat...).

2

**Mira aquest curtmetratge.
Al principi, el nen no mostra cap interès pel cadell, fins que recorda que ell té el mateix problema i intenta acceptar-ho.**



3

**Hi ha alguna cosa que creus que et manca?
En què creus que aquesta mancança et pot ajudar a créixer? Escriu-ho en un paper.**

4

**Acceptar consisteix a conèixer les nostres habilitats i els nostres defectes, estimar-nos i acceptar-nos tal com som.
Ara em reconec i m'accepto!**

Que tinguis un bon dia!

