

¿En qué zona te encuentras hoy?



Zona Azul

Triste Cansado
Enfermo
Aburrido
Decaído



Zona Verde

Tranquilo
Feliz
Centrado
Me siento bien



Zona Amarilla

Emocionado
Ansioso
Nervioso
Frustrado
Confundido



Zona Roja

Enfadado
Miedoso con
Pánico Quiero
gritar
No tengo el
control

EJERCICIOS

1, ¿Verdadero o falso?

La zona verde es estar cansado



Verdadero



Falso

La zona amarilla es estar ansioso



Verdadero



Falso

La zona azul es estar aburrido y con pánico



Verdadero



Falso

SALVEMOS EL PLANETA

