

VIDA · CAPÍTULO 2

Emma y la chispa de la alegría

Nombre: _____ **Fecha:** _____

¿Qué es la alegría?

Es esa luz que se enciende cuando algo nos hace bien: un juego, un abrazo, un dibujo que nos sale bonito. Y crece cuando la compartimos.

En el cuerpo: sonrisa, ganas de saltar, el corazón ligero. **Palabras amigas:** ilusión, entusiasmo, felicidad, orgullo.

1. Mi chispa de alegría

Dibuja algo que te haga sentir feliz solo con pensarlo. Puede ser una persona, un lugar, un recuerdo o algo que imaginas.

2. La alegría invisible

¿Recuerdas un día en el que fuiste feliz sin una razón enorme? ¿Tal vez por una canción, un dibujo o una charla con un amigo o una amiga? Escríbelo o dibújalo.

¿Cuánto has sentido hoy alegría? Colorea: ○ ○ ○ ○ ○