

★ SOU FELIZ ASSIM ★  
ACEITO O QUE SINTO



ESCRITO POR  
BECKY CUMMINGS

ILUSTRADO POR  
NEJLA SHOJAIE

BOOK  
SMILE

## DEDICATÓRIA

Para os meus filhos, Faith, Calvin e Tyson.  
Lembrem-se de que as vossas emoções fazem parte  
desta experiência de viagem pela Terra. Sintam-nas!



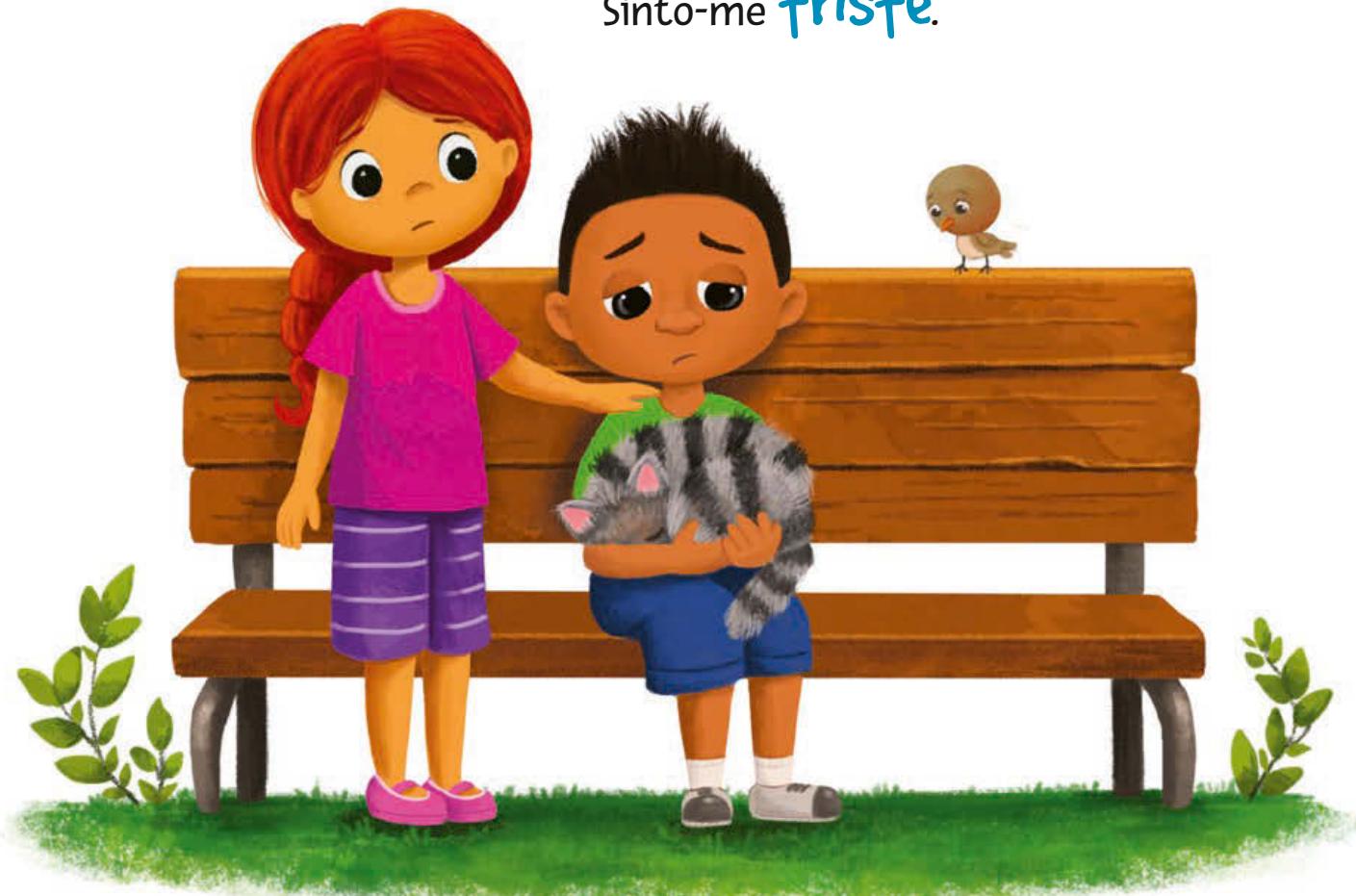
Truz-truz! Quem bate à porta do coração?  
«Somos as emoções, e nesta aventura vamos dar-te a mão!»  
Como lápis de cor que te pintam por dentro,  
todas as cores do arco-íris fazem parte do sentimento.

Ouve com atenção este conselho importante:  
não julgues as emoções, não lhes digas que são boas ou más.  
Diz ao que sentes que não há problema  
em que pinte com todas as cores que o coração traz.



Chamam-me nomes que magoam ou palavras feias,  
sou gozado porque não gostam das minhas meias.  
Digo adeus ao meu amigo felpudo.  
As férias acabam e parece que acaba tudo.

*Hoje, aceito o que o meu coração sente.*  
Sinto-me **triste**.





PISCINA  
ENCERRADA



# COMO TE SENTES?

Triste

Acolhida

Alegre

Inteligente

Zangado

Sozinho

Amada

Segura

Envergonhado

Tímido

Corajoso

Assustado

Seja o que for que sintas, nenhuma emoção ou sensação é errada!

A magia das tuas emoções nunca deve ser ignorada.

Por isso, escuta sempre a voz do teu coração!

Lê também:



Penguin  
Random House  
Grupo Editorial

Primeiras Leituras

[penguinlivros.pt](http://penguinlivros.pt)

[f](https://www.facebook.com/penguinkidspt) [@penguinkidspt](https://www.instagram.com/penguinkidspt)

ISBN 978-989-787-716-2

4+



9 789897 877162 >