

★ Sou FELIZ Assim ★

ACEITO O QUE SINTO



ESCRITO POR
BECKY CUMMINGS


ILUSTRADO POR
NEJLA SHOJAIE

BOOK
SMILE

The background of the entire page is decorated with numerous hearts of various colors, including red, orange, yellow, green, blue, purple, and pink. The hearts are scattered across the page, with some being larger and more prominent than others, creating a festive and loving atmosphere.

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
 penguinkidspt

4+

ISBN 978-989-787-716-2



9 789897 877162 >