

# B

# SIENTE, PIENSA y comparte tus EMOCIONES



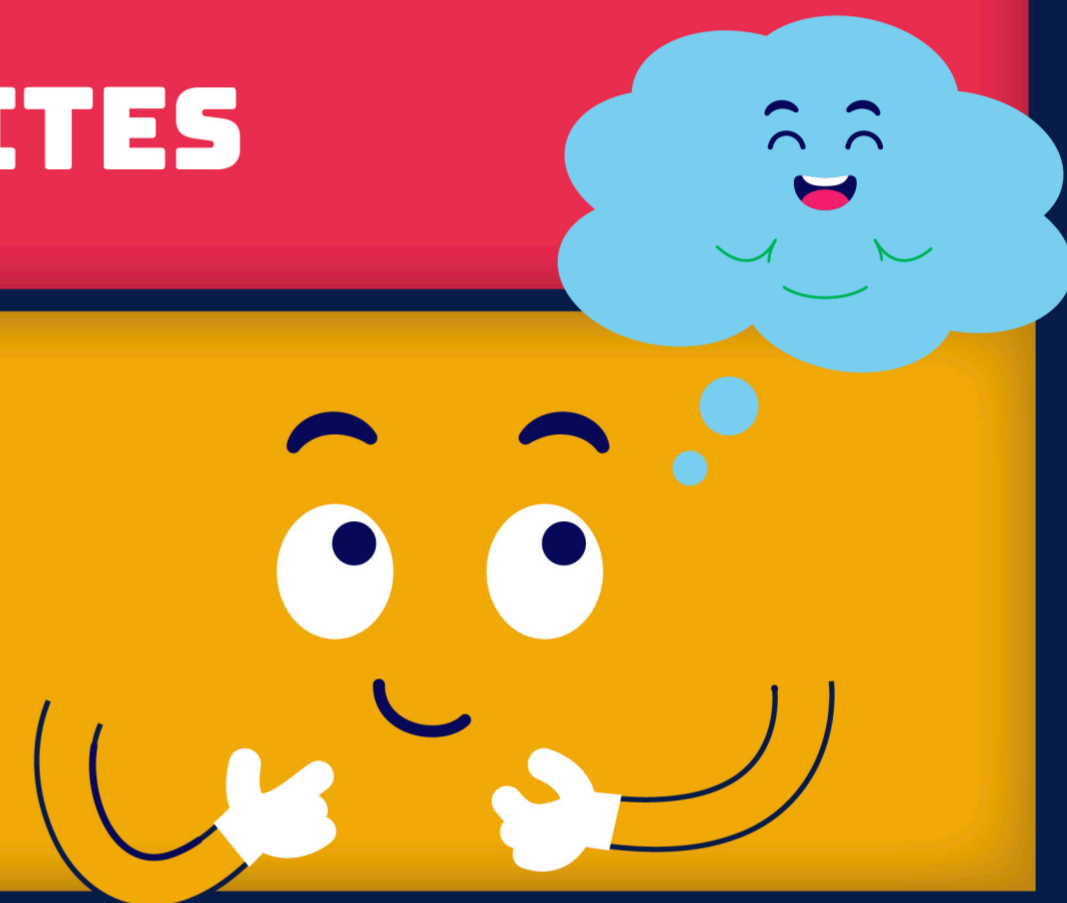
## SON LAS 6 EMOCIONES PRINCIPALES.

Estas emociones son herramientas que nos ayudan a comprender y enfrentar el mundo que nos rodea.



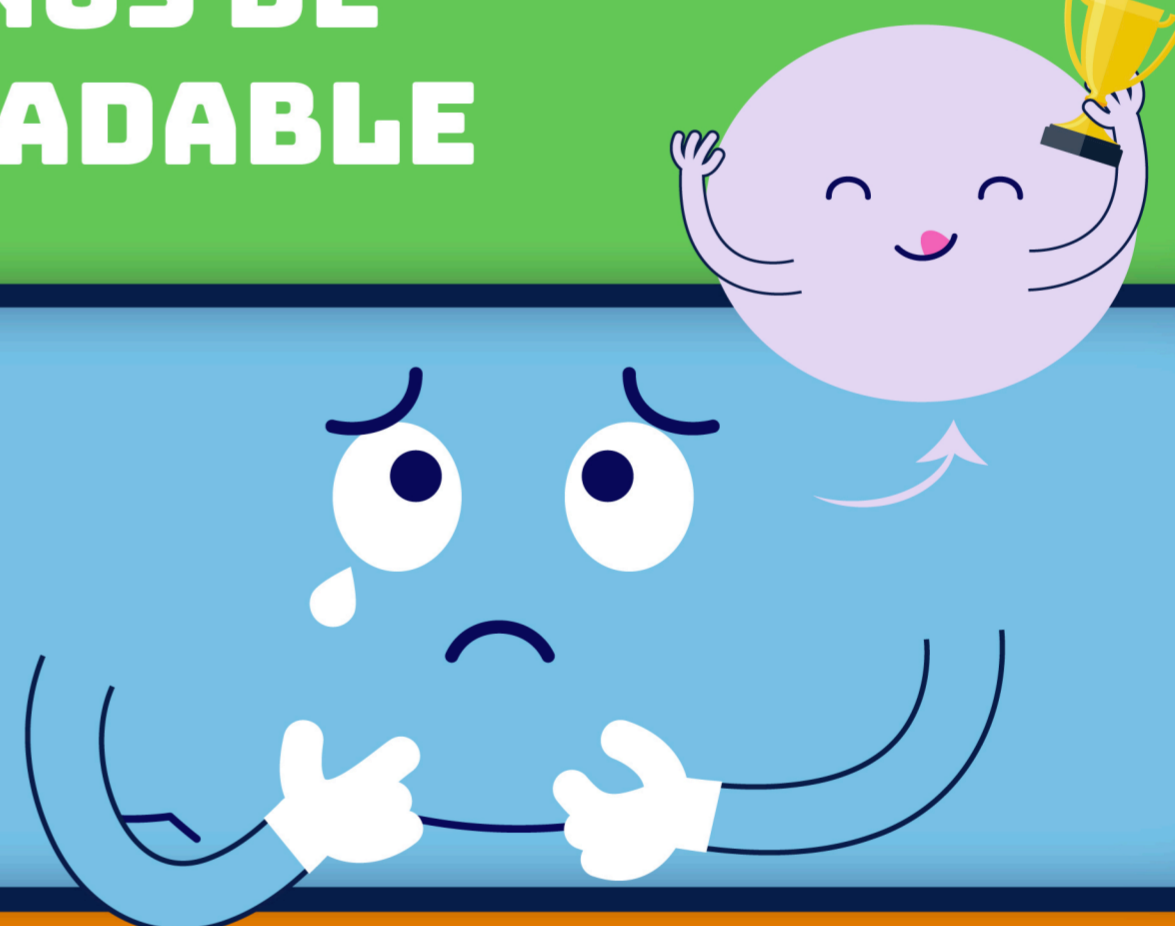
El Enajo puede ser como un **RECORDATORIO DE NUESTROS LÍMITES**

La Alegría nos **CONECTA CON MOMENTOS FELICES**



El Asco nos ayuda a **PROTEGERNOS DE LO DESAGRADABLE**

La Tristeza nos **PERMITE REFLEXIONAR**



La Sorpresa nos **PERMITE RESPONDER ANTE LO INESPERADO**

El Miedo actúa como nuestro **GUARDIÁN CUANDO PERCIBIMOS PELIGRO**



¡Cada una es esencial para vivir una experiencia humana completa y en balance!

Tú eres la llave...

**Vive en Balance**