

¡DANIÉL te cuenta! A VECES ME GUSTA HACER algo ESPECIAL con mi mamá o mi papá.

Me ayuda a decirles cómo me siento y que me entiendan más. Por eso, hacemos un plan para hacer algo que nos guste y nos relaje.

Para hacerlo, tenemos que:



1 Elegir algo que nos quite el estrés.

2 Escoger un día que podamos hacerlo siempre.

3 Organizar el lugar donde lo vamos a hacer.

4 Disfrutar

¡Inténtalo!