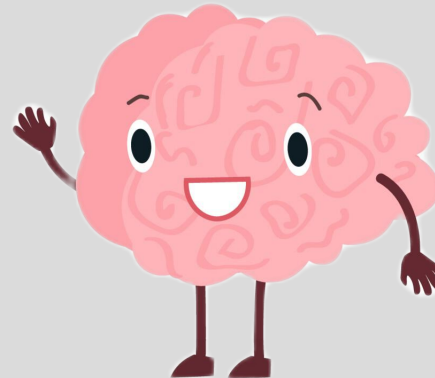
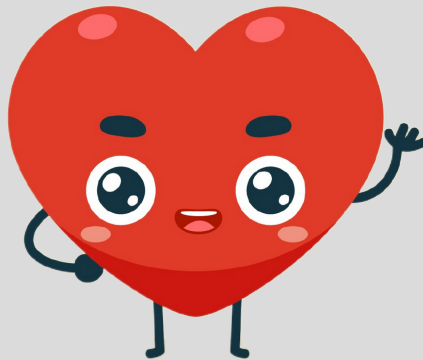


Cum te simți?

Povestea lui Inimioară și Creieraș

Prima ediție



EQstudents
Emotional Intelligence
The mind that feels



Co-funded by
the European Union

Proiectul cu numărul: 2021-1-PL01-KA220-SCH-000029785

Partenerii Proiectului:



**Polska Fundacja Ośrodków
Wspomagania Rozwoju Gospodarczego
„OIC Poland” w Lublinie**



**CENTRE FOR COMPETENCE
DEVELOPMENT CYPRUS**



**ASOCIAȚIA DE
TERAPIE
FAMILIALĂ ȘI DE
CUPLU
TIMIȘOARA**



**Szkoła Podstawowa nr 38
im. Henryka Sienkiewicza
w Lublinie**

Credite:

Poze cu Inimioară: designed by DrawingMyDiary – Freepik.com

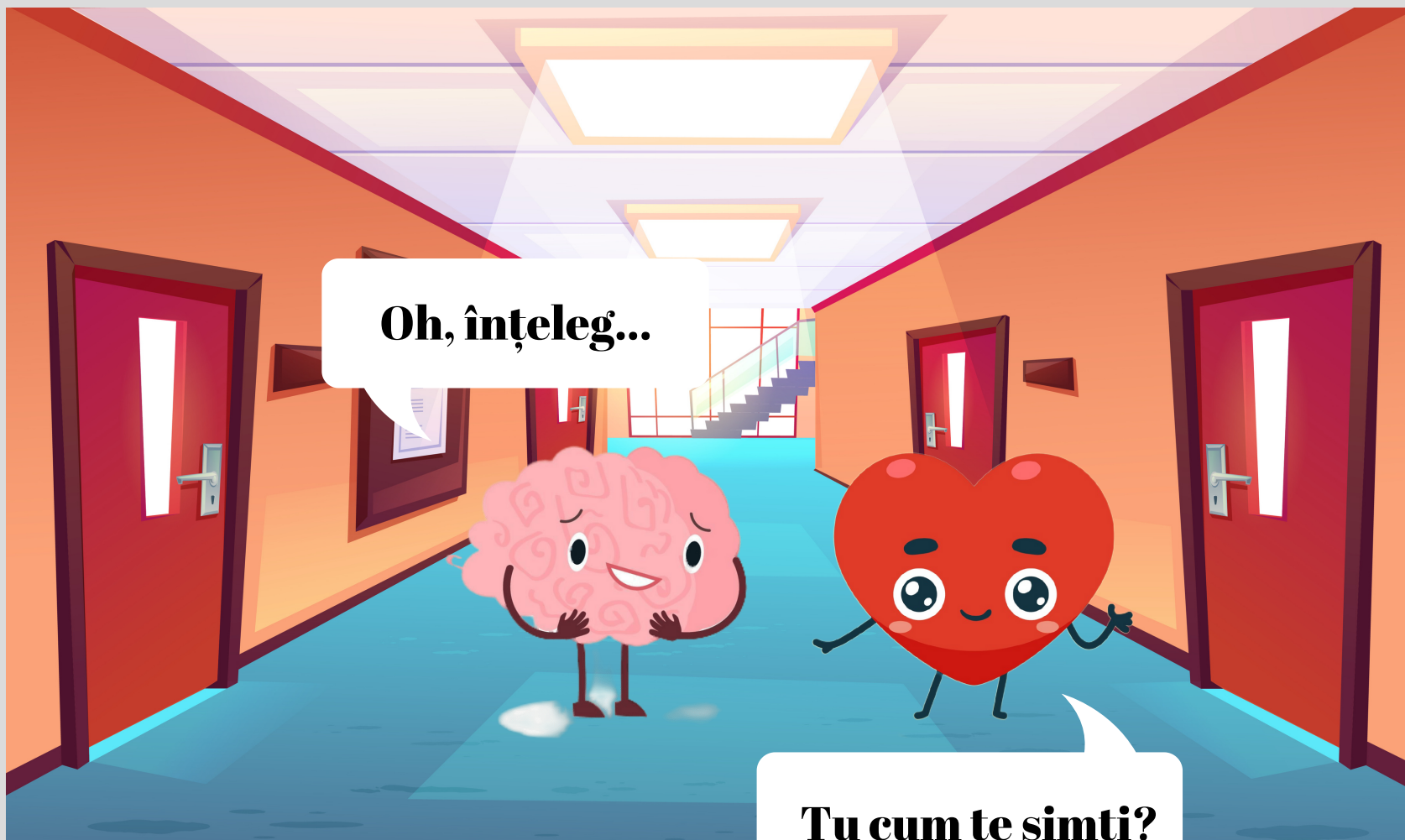
Poze cu Creieraș: Nataliia Darmoroz / Alamy Stock Vector

Fundalul holului școlii: designed by Upklyak – Freepik.com

A cartoon illustration of a school hallway with orange walls, blue carpet, and several red doors. A pink brain character with a happy expression is on the left, and a red heart character with a sad expression is on the right. A speech bubble from the brain asks the heart how it feels. A text box at the bottom contains the heart's response.

Ceau, Inimioară! Cum te simți astăzi?

Ei bine, este începutul anului școlar, așa că mă simt entuziasmată și entuziastă, dar și copleșită și agitată...



Oh, înțeleg...

Tu cum te simți?



**Ei bine, sunt puțin
stresat gândindu-mă la
toate temele de casă.**

**Ei bine, este un lucru bun faptul că
stii exact ce te face să te simți
stresat! În acest fel poți încerca să
îl controlezi!**

A cartoon illustration of a school hallway with orange walls and blue carpet. Two anthropomorphic characters, a pink brain and a red heart, are standing in the center. The brain has a smiling face and is wearing a white speech bubble. The heart has a surprised face and is wearing a white speech bubble. In the background, there are two red doors with white handles and a staircase leading up.

**Ai dreptate! De asemenea ne
distrăm la școală! Sunt entuziasmat
gândindu-mă la toate activitățile și
excursiile extraordinare!**

**Asta este minunat
Creieraș!**



**Ei bine, mi-a venit o idee!
Hai să ne gândim la moduri
de a ne controla stresul.**

**Asta este o idee
minunată, Creieraș!**



**Ar trebui să ne amintim să ne
arătăm iubire și să avem
grijă de corpul nostru.**

**Da! Și să ne amintim întotdeauna
să găsim lucruri pentru care să
fim optimiști și recunoscători.**



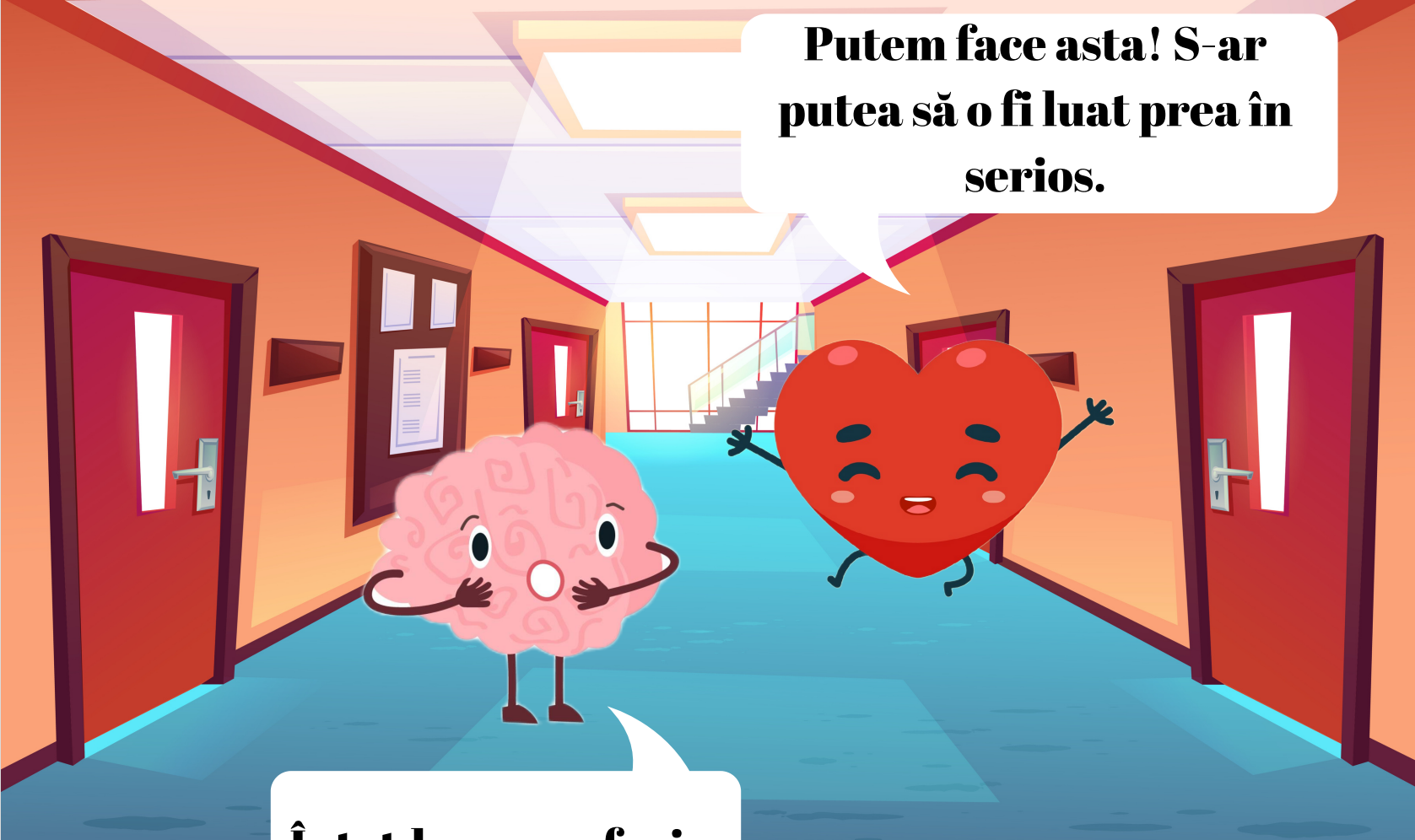
**Să începem să notăm cele
mai memorabile evenimente
la sfârșitul zilei!**

**Și dacă nu ești sigur de cum te-ai
prezentat în fața celorlalți,
întreabă-mă pe mine! Eu pot fi
oglinda ta sinceră!**



**Mi-a făcut plăcere să vorbesc
cu tine, Inimioară! Mă simt
mult mai calm acum.**

**Da! Deci, până la urmă
ne putem distra!**

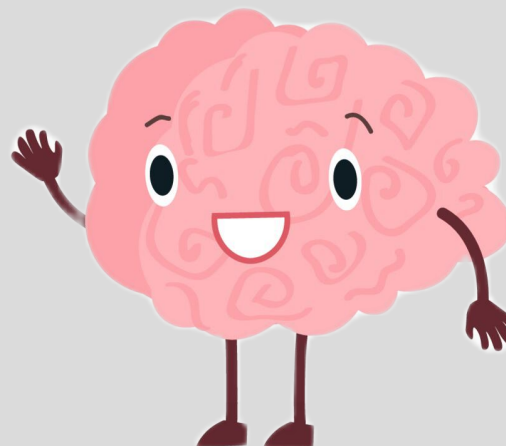
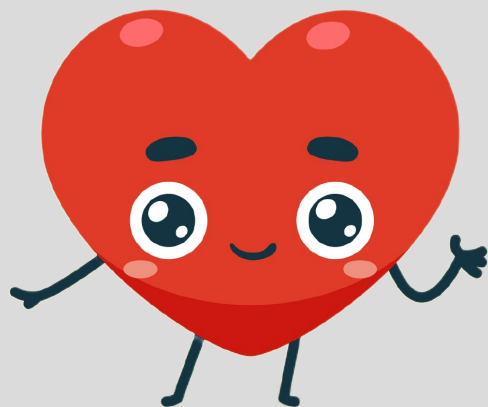


Putem face asta! S-ar putea să o fi luat prea în serios.

Întotdeauna o faci...

Va urma...

**Hei! TU cum te simți
astăzi?**



**Oprește-te pentru o clipă și
gândește-te. Ne vedem data
viitoare!**



Co-funded by
the European Union

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.

Numărul proiectului: 2021-1-PL01-KA220-SCH-000029785

