

***Mi objetivo de hoy es:***

### ***Talonnario de cheques***

Crea tu propio talonnario de cheques para “momentos de bajón”. En cada uno de los cheques debes escribir aquellas cosas que te hacen subir tu ánimo: comer fresas con nata, un abrazo a tu madre, jugar con tu mascota....Coge uno de los cheques en el momento que lo necesites.

***Mi pequeño éxito de hoy ha sido:***

**<https://www.youtube.com/watch?v=Na5n06D4T9k>**

*“Sí el viento deja de soplar, rema”*