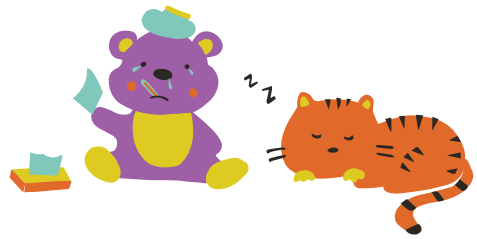


WHAT  
MAKES  
YOU  
HAPPY?



TODAY  
I FELT...



## LET'S TALK ABOUT FEELINGS

- Name your child's feelings with them to help them learn to identify them.
- Use characters from songs and books to teach your child how to reflect on others' feelings.
- Show your child ways they can manage their emotions. Take a deep breath. Go for a walk.
- Talk to your child about their day to help them self-reflect on their feelings.



TALK  
READ  
SING

¿QUÉ  
TE hace  
FELIZ?



HOY ME  
SIENTO...



## HABLEMOS SOBRE LOS SENTIMIENTOS

- Nombra los sentimientos de tu hijo(a) con el (ella) para ayudarlo(a) a aprender a identificarlos.
- Use personajes de canciones y libros para enseñarle a su hijo(a) a reflexionar sobre los sentimientos de los demás.
- Muéstrelle a su hijo(a) formas en que puede manejar sus emociones. Tome una respiración profunda. Vaya a caminar.
- Hable con su hijo(a) sobre su día para ayudarlo(a) a reflexionar sobre sus sentimientos.

LEHIGHVALLEYREADS.ORG



HABLA  
LEE  
CANTA