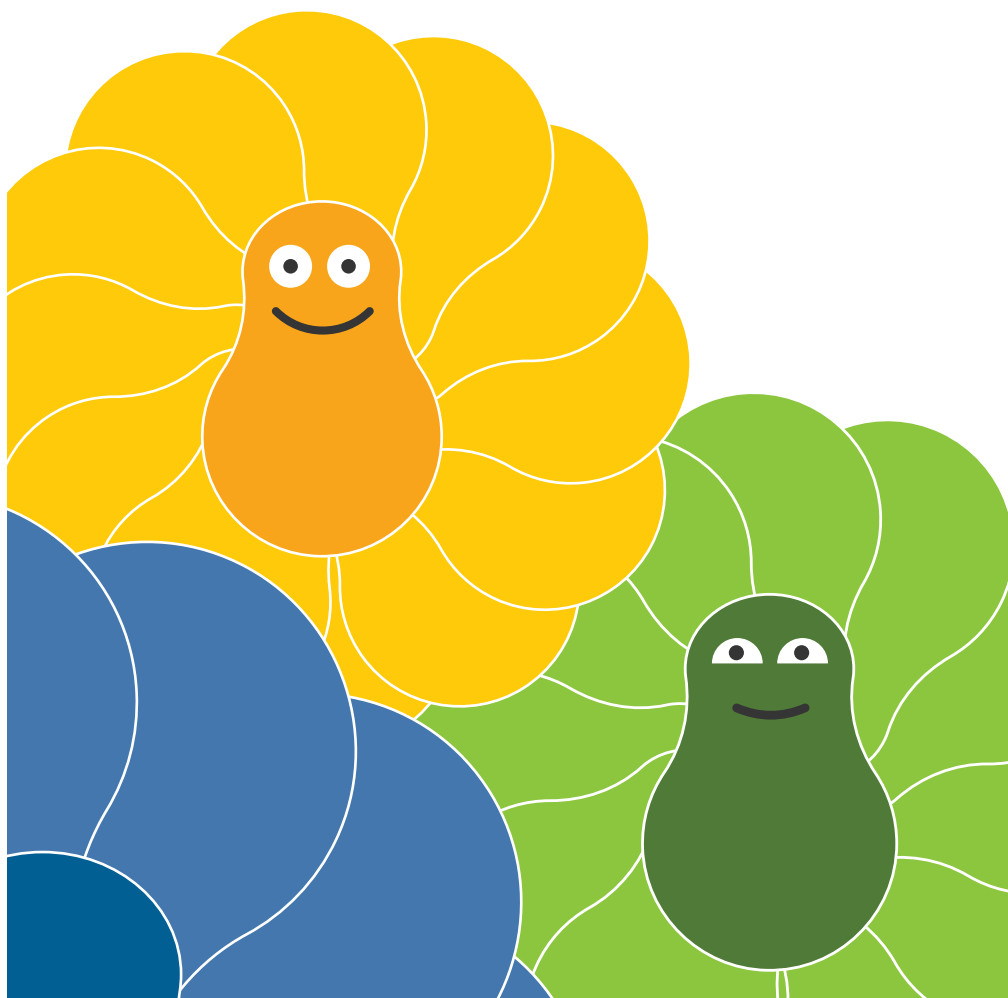
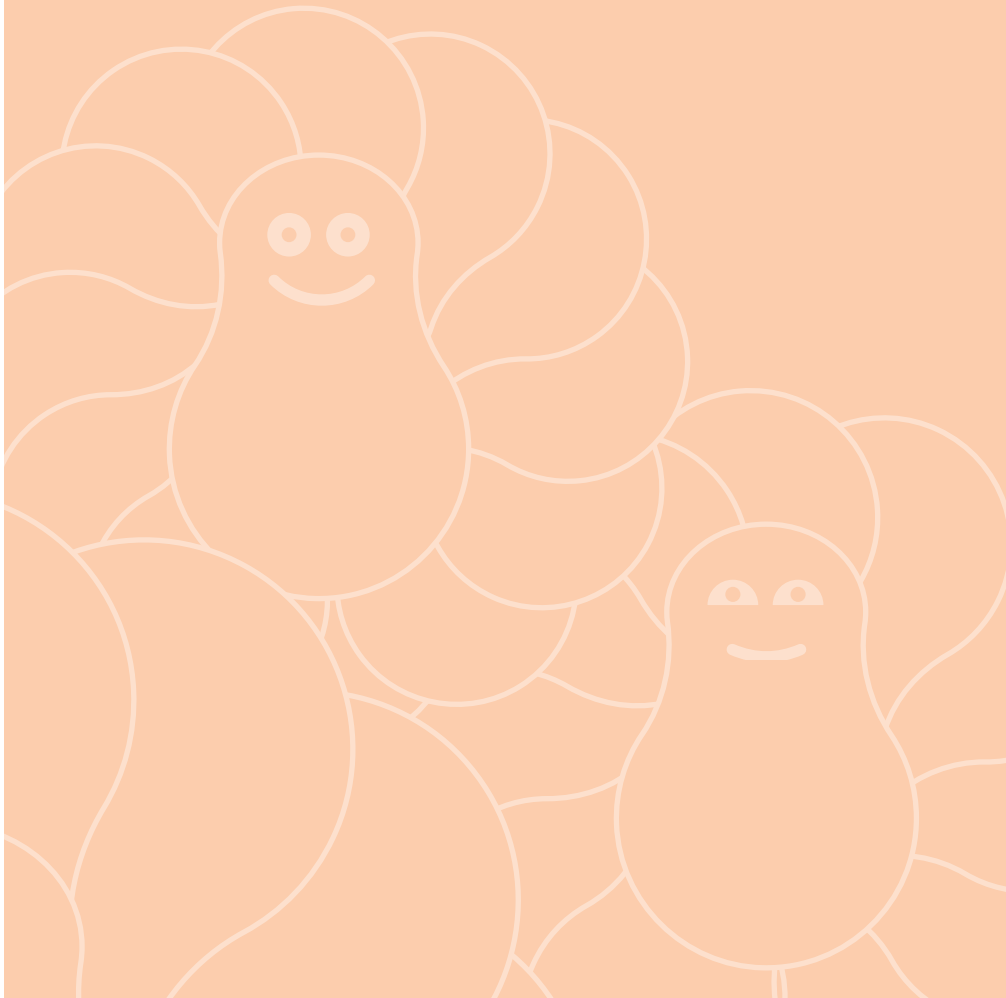


# O Casquinhas e as emoções





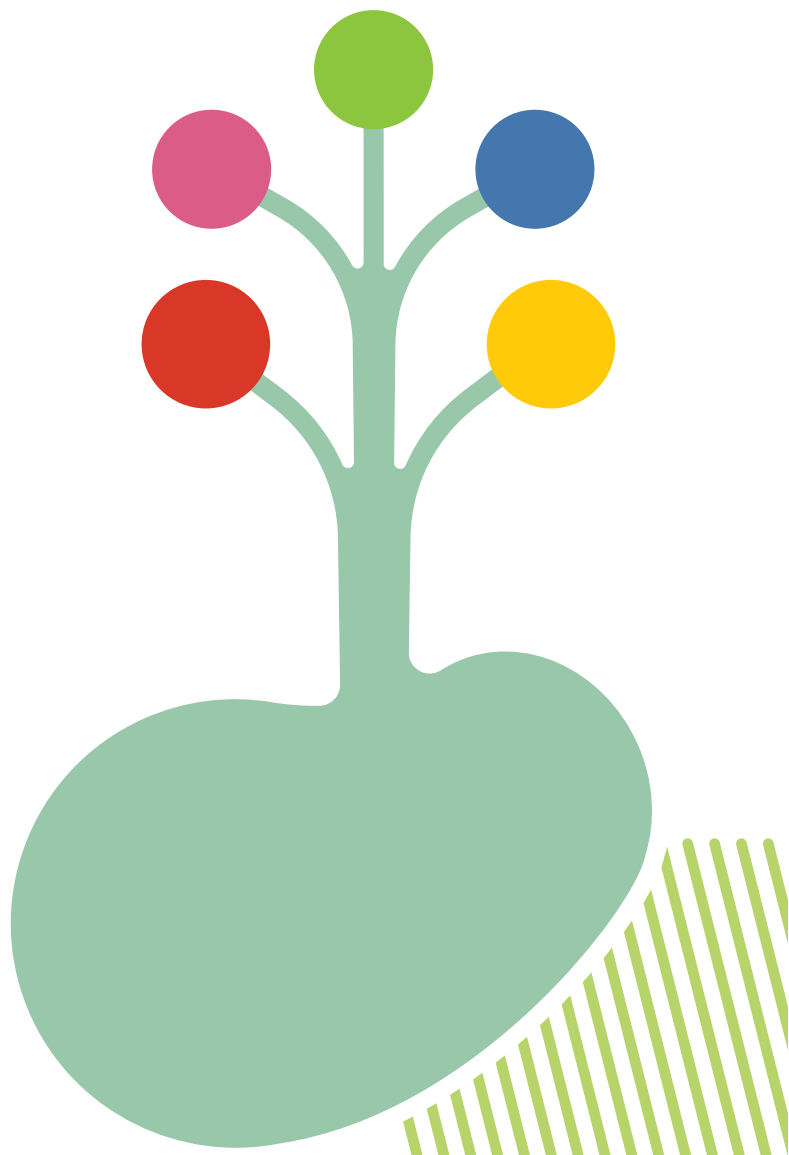
## **O Casquinhas e as emoções**

Esta história surge no âmbito de um projeto da Câmara Municipal de Loures, *Era uma vez os Afetos*, dinamizado nas escolas do concelho, pela Divisão de Saúde, e tem como objetivo promover nas crianças competências sociais e afetivas, dotando-as de ferramentas que as ajudem a identificar e a gerir as diferentes emoções.

A Vice-presidente



Sónia Paixão



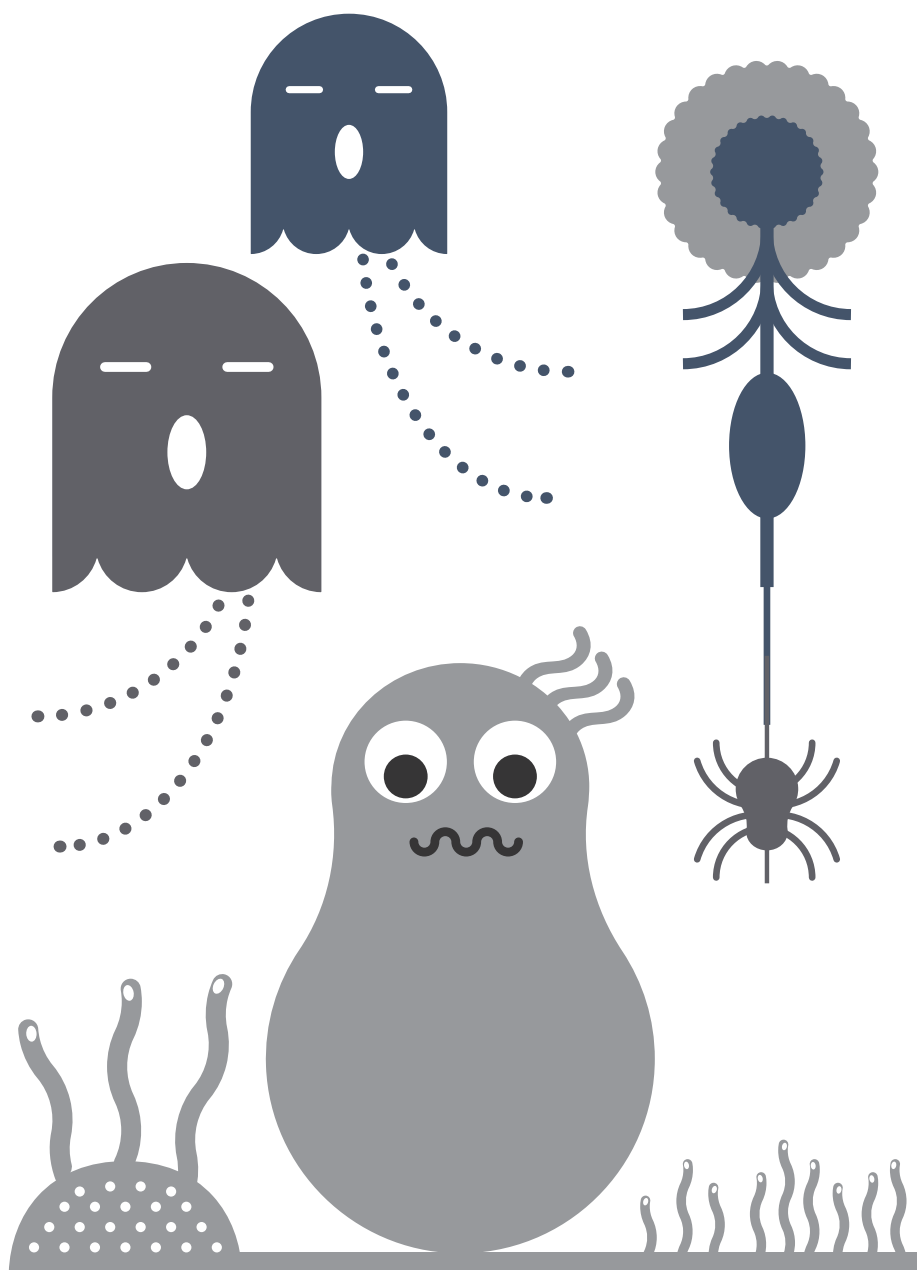
Era uma vez  
um feijão chamado Casquinhas.



Deram-lhe este nome engraçado porque é sensível e cheio de camadinhas. Como todos somos. Mas ele não disfarça e muda de cor de acordo com a emoção que sente.



Há dias que acorda azul de tão triste.  
Não sorri nem brinca.  
Precisa de amigos e não os encontra.  
Apesar de os ter. Só não os vê!

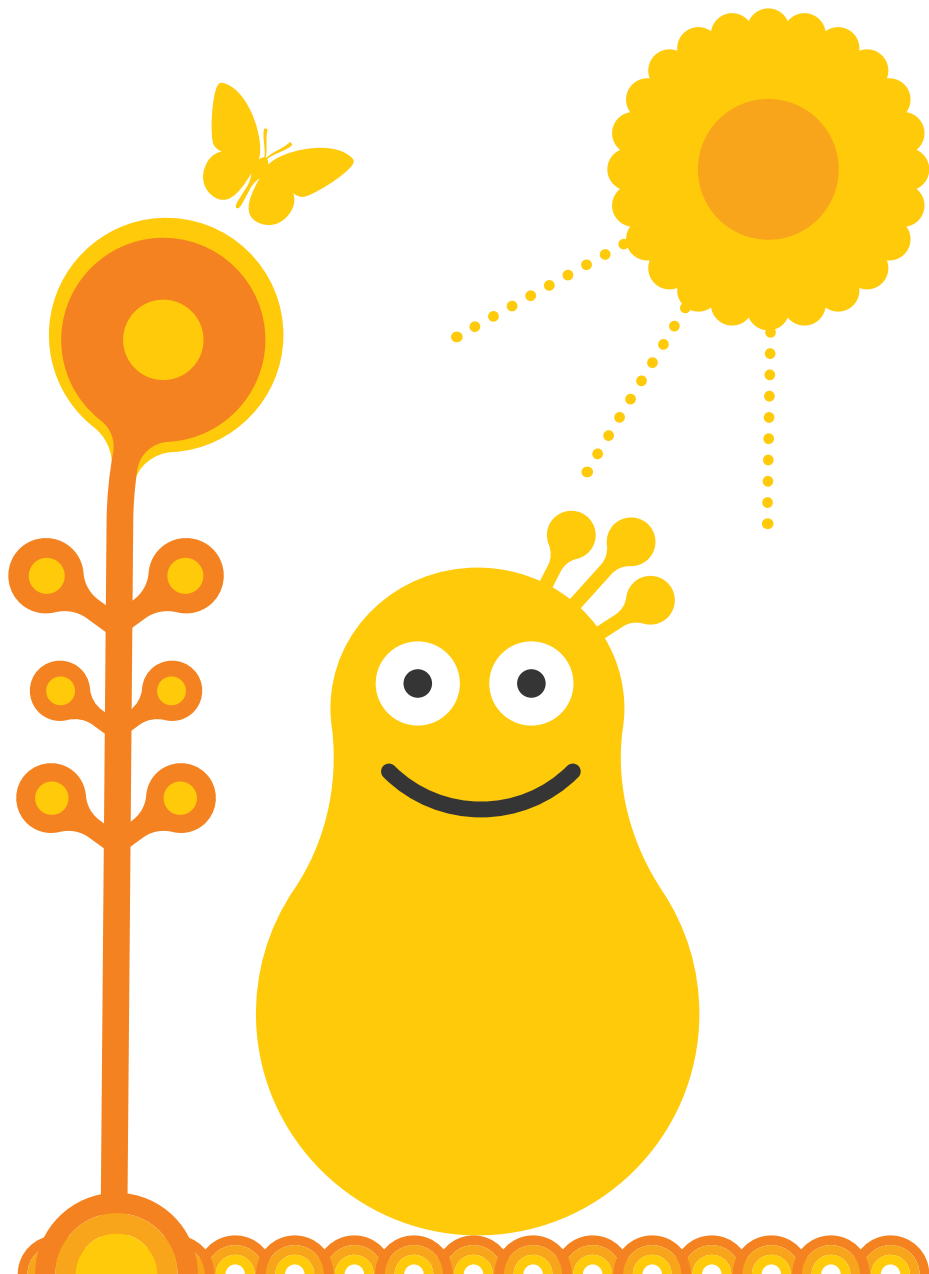


Outros dias é o negro que o pinta.  
Acorda encolhido de medo.  
Medo do escuro, da noite  
de estar sozinho... Medo de tudo.  
Até do espelho.

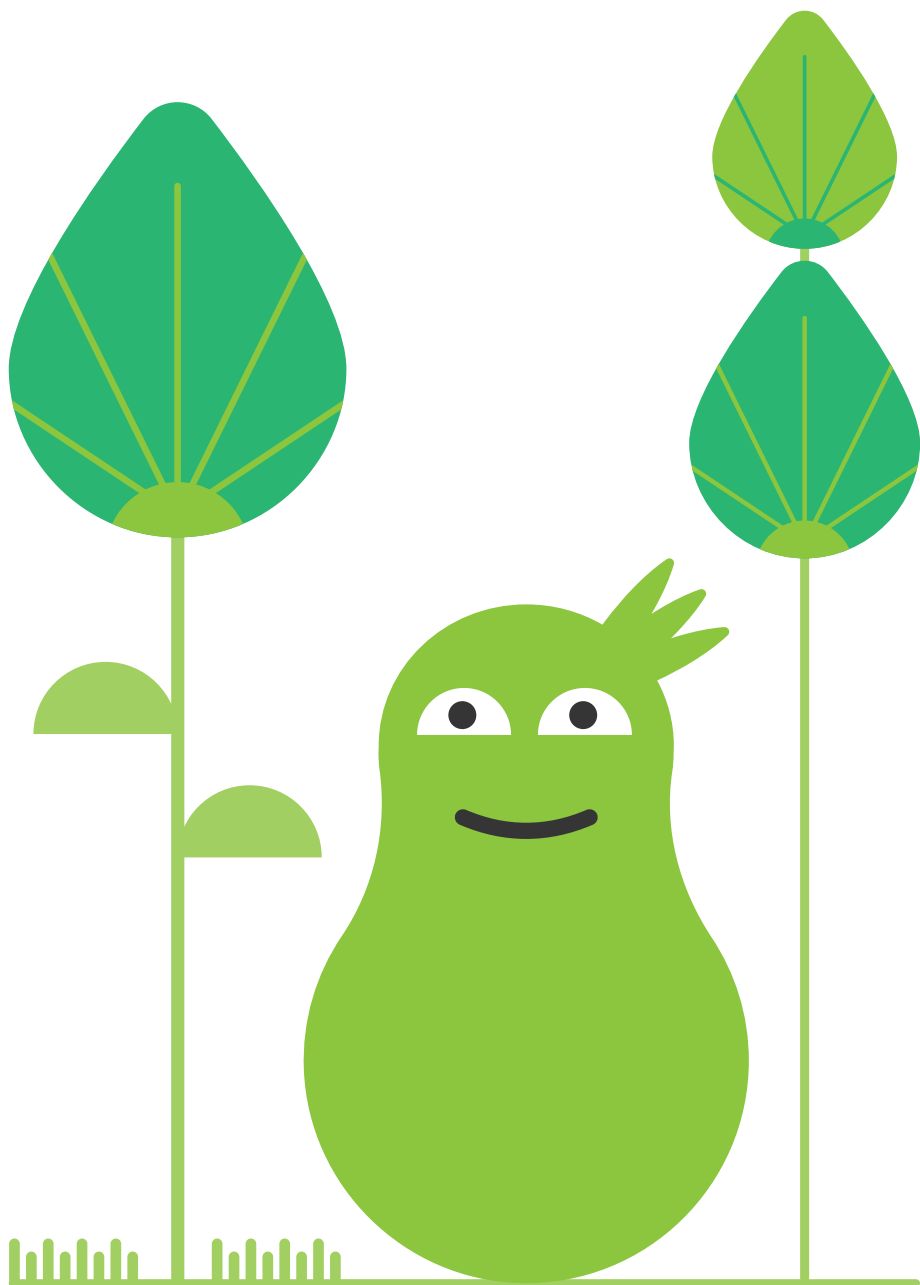


E quando acorda vermelho de Raiva...  
Ai! Então é que são elas:  
discute sozinho, fala alto e grita.  
Não há quem o ature!

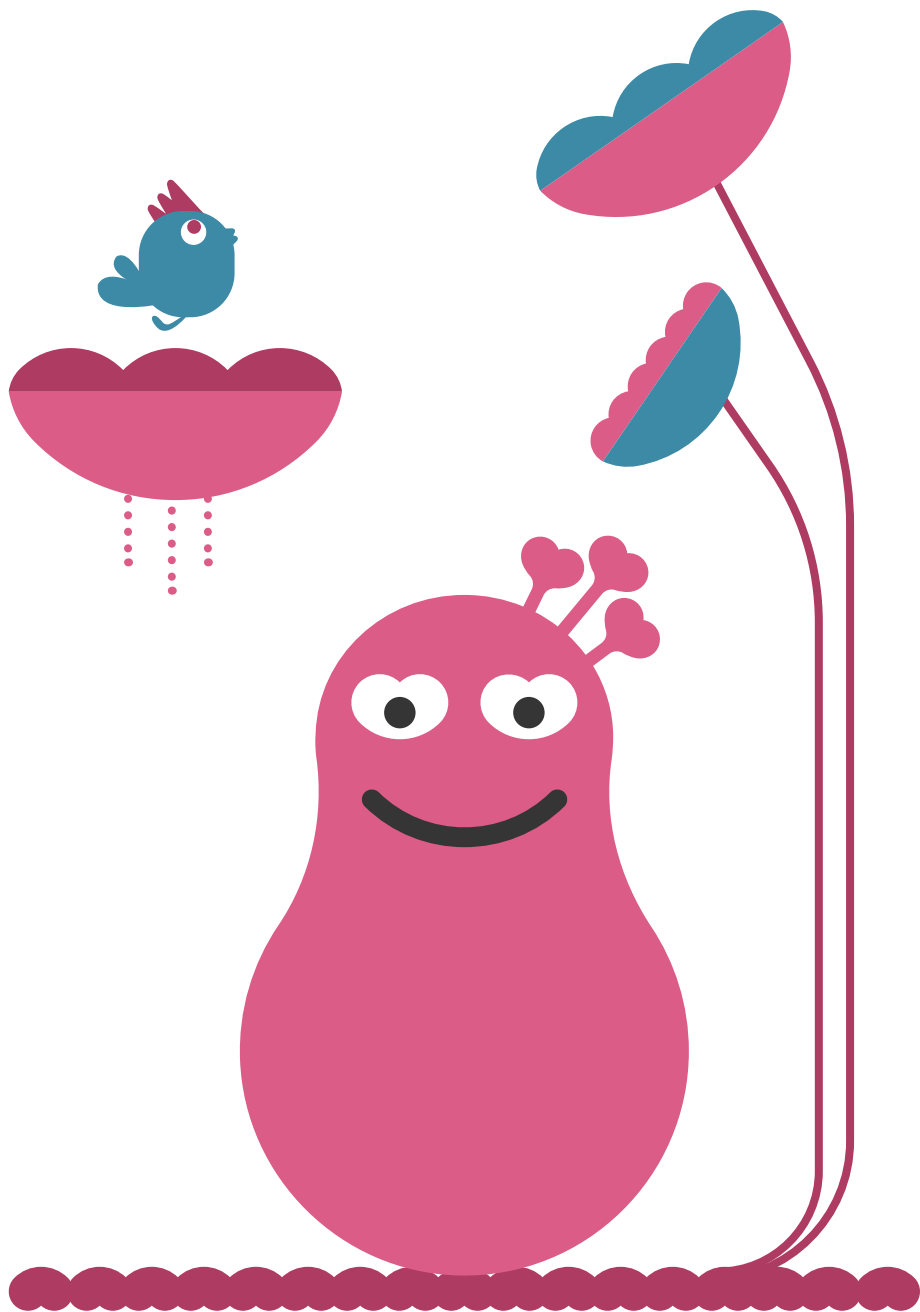




O que lhe vale são os dias de Alegria.  
Da cor do sol. Amarelinhos e brilhantes.  
Tudo lhe parece contente e vibrante!  
Tudo alcança e conquista.  
Nada lhe é impossível.  
São bons dias para ajudar os outros  
partilhando este sentir tão colorido!



Os dias de Calma também são muito bons. Doces e tranquilos. Dorme profundamente e os sonhos são lindos!



Mas os melhores dias são  
os dias de Amor! Cor de Rosa!  
Começam por um beijinho... da mãe  
do pai dos avós ou de um amigo.  
Uma maravilha existir com o calor  
de quem nos dá colo, seja lá quem for,  
até pode ser um vizinho!

