



**EL CIRCO  
DE LAS  
EMOCIONES**

Antes, en el barrio, todos se conocían.

Pero un día llegaron las prisas y la gente dejó de mirarse.

En un barrio muy gris, aparecieron unos camiones llenos de colores, música y confeti.

Las personas se asomaron por la ventana y salieron a la calle.



# EL CIRCO ALEGRÍA

## Cosas pequeñas que cambian el mundo

Rodea las cosas que tú puedes hacer para cambiar la vida de los que están a tu alrededor y tacha los comportamientos que no ayudan a los demás.

- Preguntar a alguien cómo se siente
  - Reírme si alguien se cae
- Saludar y dar los buenos días a las personas
  - Cuidar lo que es de todas
- Dejar que alguien nuevo juegue
  - Ignorar a alguien que está solo
- Escuchar a la persona que está hablando
  - Invitar a alguien que está triste
    - Decir: "¿necesitas ayuda?"
  - Dejar las cosas desordenadas

A vibrant illustration of a circus scene at dusk. On the left, a large Ferris wheel with colorful gondolas is visible. In the center and right, there are several striped tents in shades of orange, yellow, and red. Bunting flags are strung across the scene. The sky is a mix of blue and orange, suggesting sunset or sunrise. A large, decorative banner with a scalloped edge and a string of lights is positioned at the top, containing the main title.

# ¿QUÉ PASÓ EN EL ESPECTÁCULO?

¿Qué viste en el escenario?

Marca con una X

- Malabares
- Equilibrios
- Zancos
- Acrobacias
- Teatro
- Música
- Payasos
- Fuego
- Cosas que sorprendieron
- Cosas que te dieron asco

Dibuja algo de lo que has marcado en la lista

# PERSONAJES Y EMOCIONES

Une con una línea cada  
personaje con su emoción



VERGÜENZA



PACIENCIA



IRA



ASCO



SORPRESA

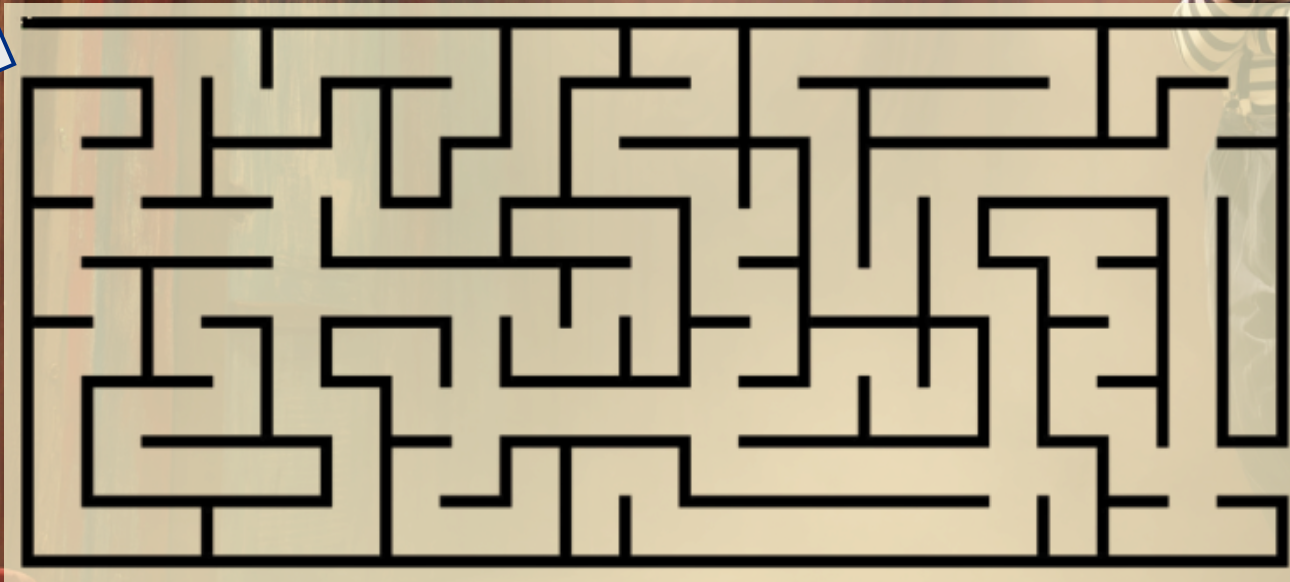


MIEDO

# EL MIMO

El mimo le enseña a Charly que, cuando disfrutas lo que haces, también estás entrenando la paciencia...

Ayuda al mimo a llegar hasta su libro



“La paciencia no es esperar sin hacer nada... es disfrutar del juego mientras aprendes a hacerlo cada vez mejor.”



# EL MALABARISTA

Marca con una X los consejos del malabarista

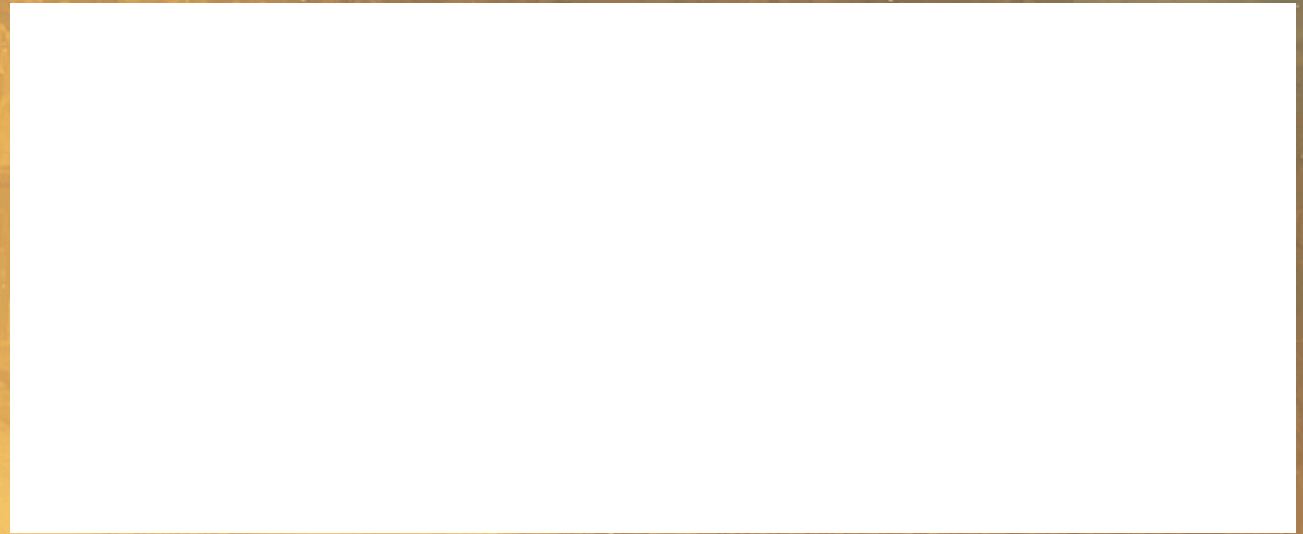
- Abandonar lo que estas haciendo
- Contar hasta 10 para tranquilizarse
- Romper todo lo que esté a tu alrededor
  - Desahogarte gritando fuerte
  - Aguantarte y no demostrarlo
- Respirar profundo para tranquilizarse
- Disfrutar lo que estas haciendo aunque no te salga del todo bien

¿Qué haces tú cuando te enfadas para estar mejor?

“La ira pesa... y cuando pesa mucho, te hace perder el equilibrio. Pero si respiras, piensas y te calmas... puedes volver a lanzar tu número.”

# EL MAGO

Dibuja el ratoncito que asustó a Charly y le hizo caer cuando estaba practicando



“Recuerda: no todas las sorpresas son bonitas... pero si no las gestionas, pueden arruinar tu número. Y si aprendes a mirarlas disfrutarlas... ¡puede salir algo mágico!”



# EL TRAGAFUEGO

A veces sentimos asco por cosas que no son peligrosas, solo nuevas o diferentes.

Algunas cosas nos dan mucho asco...  
¡pero no a todas las personas les pasa lo mismo!  
Tacha ✗ lo que a ti te da asco y  
Rodea ● lo que no te molesta o incluso te gusta:

- Comer brócoli o espinacas
- Lavar los platos
- Tocar slime
- Ver insectos o lombrices
- Limpiar la jaula de una mascota
- Jugar con barro o arena húmeda
- Tocar pintura con las manos
- Comer frutas que no conoces
- Ayudar a recoger la basura

Sentir asco a veces nos protege de cosas sucias o peligrosas.

Pero no siempre es malo tocar algo si luego te lavas bien.

Cuidar tu higiene no es ser tiquismiquis... ¡es quererte bien!





# LA TRAPECISTA

Es valiente, pero no porque no tuviera miedo... sino porque confiaba en sí misma y seguía adelante paso a paso.

Une con una línea la miedo con la solución

Me da miedo saltar muy alto

Me da miedo equivocarme

Me da miedo hacerlo sola

Me da miedo que no me salga bien

Me recuerdo que todo el mundo se equivoca

Me digo: "No tiene que salir perfecto"

Practico en algo bajito primero


Pido hacerlo con alguien al principio

Solemos tener miedo de intentar cosas nuevas, pero cuando confiamos en lo que somos capaces de hacer... ¡todo cambia!

A veces sentimos vergüenza cuando:

- Se ríen de algo que hemos hecho
- Alguien señala nuestro cuerpo o cómo hablamos
- Nos equivocamos delante de los demás
- Nos dicen que no somos como "los demás"
- Lloramos o mostramos lo que sentimos

? ¿Te ha pasado alguna vez?

 Escribe un momento que te dio vergüenza y cómo te sentiste:

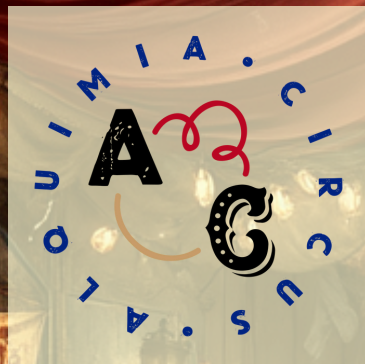
# LA MUJER BARBUDA



“Las personas que te juzgan no conocen tu historia.”

Rodéate de quienes te cuidan... y sigue haciendo lo que te gusta.”

# CHARLY CHAN CHA



Espero que hayas disfrutado de este espectáculo  
Tanto como yo he disfrutado de vuestra compañía

Ojala el "Circo de las Emociones"  
os ayude en todas esas situaciones  
en las que llegamos a sentir  
tantas cosas nuevas

Contacto: [alquimiacircus@gmail.com](mailto:alquimiacircus@gmail.com)

