

# CAIXA DE FÚRIA E ZANGA

É perfeitamente normal estarmos zangados e, às vezes, precisamos de deitar esta zanga cá para fora sem nos magoarmos, nem magoarmos ninguém. Esta é uma excelente forma de o fazer.

Necessitas de: Uma caixa vazia, papel, fita-cola e tesoura

1. Enche a caixa vazia com papel. Podes querer escrever no papel todas as coisas que te deixam furioso(a) ou zangado(a). Podes recortar imagens de revistas ou jornais, ou desenhar as tuas próprias imagens.
2. Fecha a caixa com fita-cola.
3. Salta em cima da caixa até ficar destruída.
4. Deita-a no contentor da reciclagem.

