



# Emociones fuertes. Diario inspirado en Intensamente 2

**Megan Shepherd**

Explorá tu mundo interior y conocé el lado más divertido del *journaling* al estilo Pixar.

Explorá tu mundo interior y conocé el lado más divertido del *journaling* al estilo Pixar.

¿Te sientes feliz porque Alegría ha tomado el control de tu mente?  
¿Dijiste algo mortificante y ahora Vergüenza se apodera de ti?  
¿Tal vez Ansiedad se esconde en eso que te preocupa?

Permítete sentir todas tus emociones junto a Alegría, Tristeza, Furia, Temor, Desagrado, Ansiedad, Envidia, Vergüenza y Ennui.

Este diario es el acompañamiento perfecto para conectar contigo a lo largo del día. En sus espacios para escribir podrás:

- Practicar la concentración.
- Visualizar tus metas.
- Desarrollar autocompasión.
- Reflexionar sobre tu día.

**Fecha de publicación:**  
01/06/2024

**Sello Editorial:**  
Editorial Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Aniela Vanoni

**Email:** aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

**Nombre:** Ariel Benítez

**Email:** ahbenitez@eplaneta.com.ar

**Nombre:** Santiago Satz

**Email:** ssatz@eplaneta.com.ar

**Nombre:** Tomás Villafañe

**Email:** tomas.villafane@eplaneta.com.ar

**Nombre:** Cecilia Pintos

**Email:** cpintos@eplaneta.com.ar



## Megan Shepherd

Un mundo mágico de historias llenas de fantasía e icónicos protagonistas: desde el ratoncito más famoso del mundo, pasando por los increíbles superhéroes de Marvel, hasta valientes princesas y un sinfín de personajes de películas y series únicas.

Un universo de libros para dejar volar la imaginación, grandes colecciones con las que aprender, divertirse y vivir emocionantes aventuras en las que todo es posible. Entretenimiento asegurado para todas las edades con los clásicos de siempre y las últimas novedades: con Disney todos los sueños se hacen realidad.