

Vouche contar un segredo.  
Trátase de algo moi **importante**.  
Se cadra aínda non te deches conta,  
pero... tes **ás**.  
Si. Témolos todos.  
Son invisibles e dannos liberdade.



ISBN: 979-13-87834-48-7 www.nubeocho.com



ES LIBRE



Cristina Expósito Escalona

Mo Gutiérrez Serna



nubeOCHO

# Es libre

Cristina Expósito Escalona & Mo Gutiérrez Serna









*A Mayte, por emprestarme as súas ás  
para aprender a voar máis lonxe.  
Xuntas. Felices. Libres.*

Cristina Expósito Escalona

*Ao mar que axita as miñas ás.*

Mo Gutiérrez Serna



**Es libre**  
Colección Somos8

© do texto: Cristina Expósito Escalona, 2025  
© das ilustracións: Mo Gutiérrez Serna, 2025  
© da edición: NubeOcho, 2025  
© da tradución: Iria Carballo, 2025  
[www.nubeocho.com](http://www.nubeocho.com) · [info@nubeocho.com](mailto:info@nubeocho.com)

Título orixinal: *Eres libre*

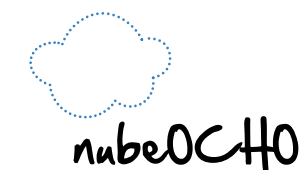
Primeira edición: Outubro, 2025  
ISBN: 979-13-87834-48-7  
Depósito Legal: M-20046-2025

Impreso en España.

Todos os dereitos reservados. Prohibida a súa reprodución.

# Es libre

Cristina Expósito Escalona & Mo Gutiérrez Serna





Vouche contar un **segredo**, algo importante.

Se cadra non o sabes, pero... tes **ás**.

Si, témolas todos.



En realidade as túas **ás** son invisibles.

Pero danche liberdade.



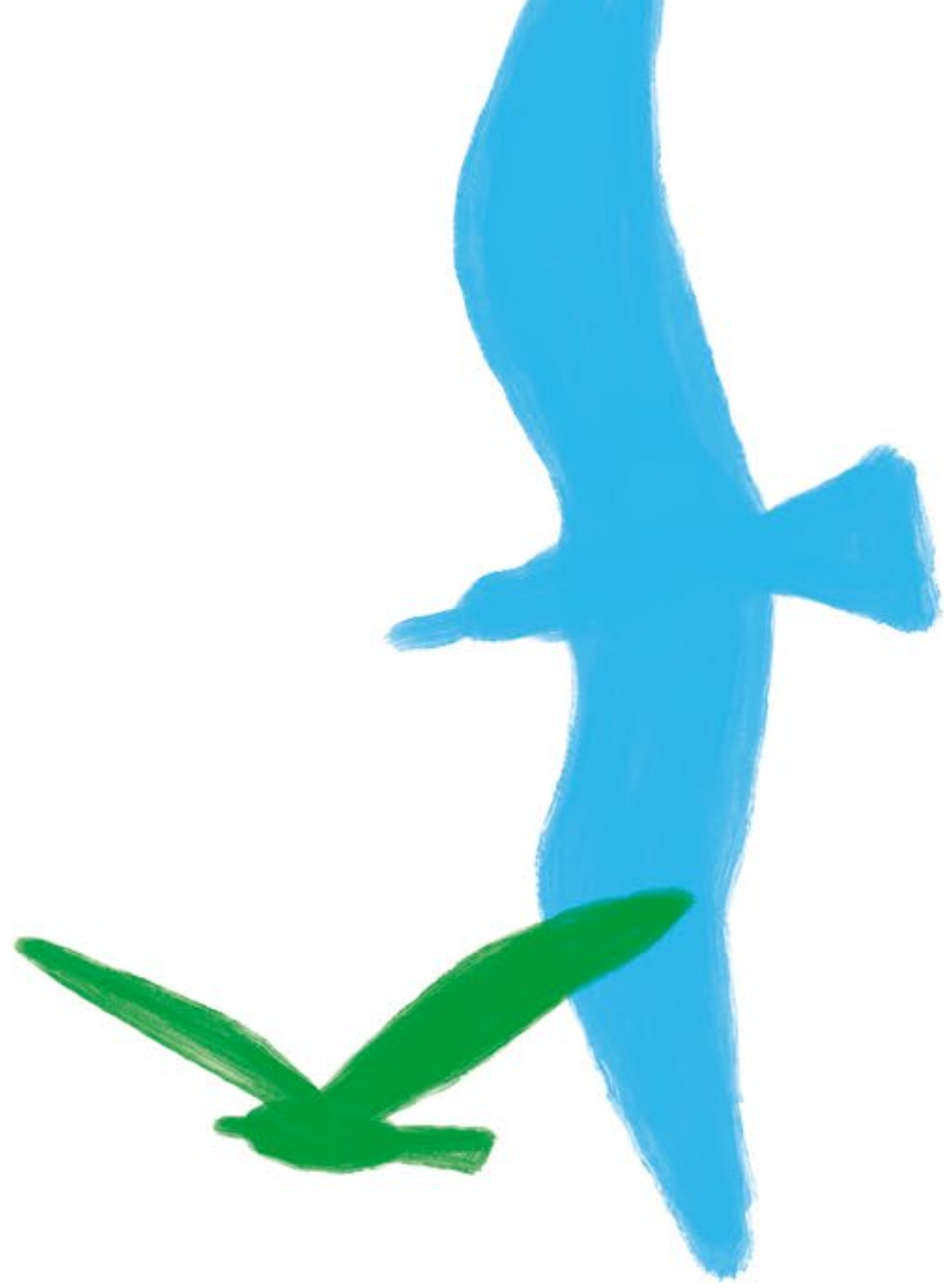
Sabes que significa **liberdade?**



A miña amiga Sofía pensa  
que a liberdade é unha **sensación**,  
similar a cando o vento lle dá na cara,  
respira profundamente  
e se lle escapa **un sorriso.**



Para utilizar ben as nosas ás,  
debemos **escoitar**, pero tamén **pensar**, **ler**  
e **aprender** das **experiencias persoais** que vivimos.



O meu amigo Gael di que é libre cando fai o que quere.

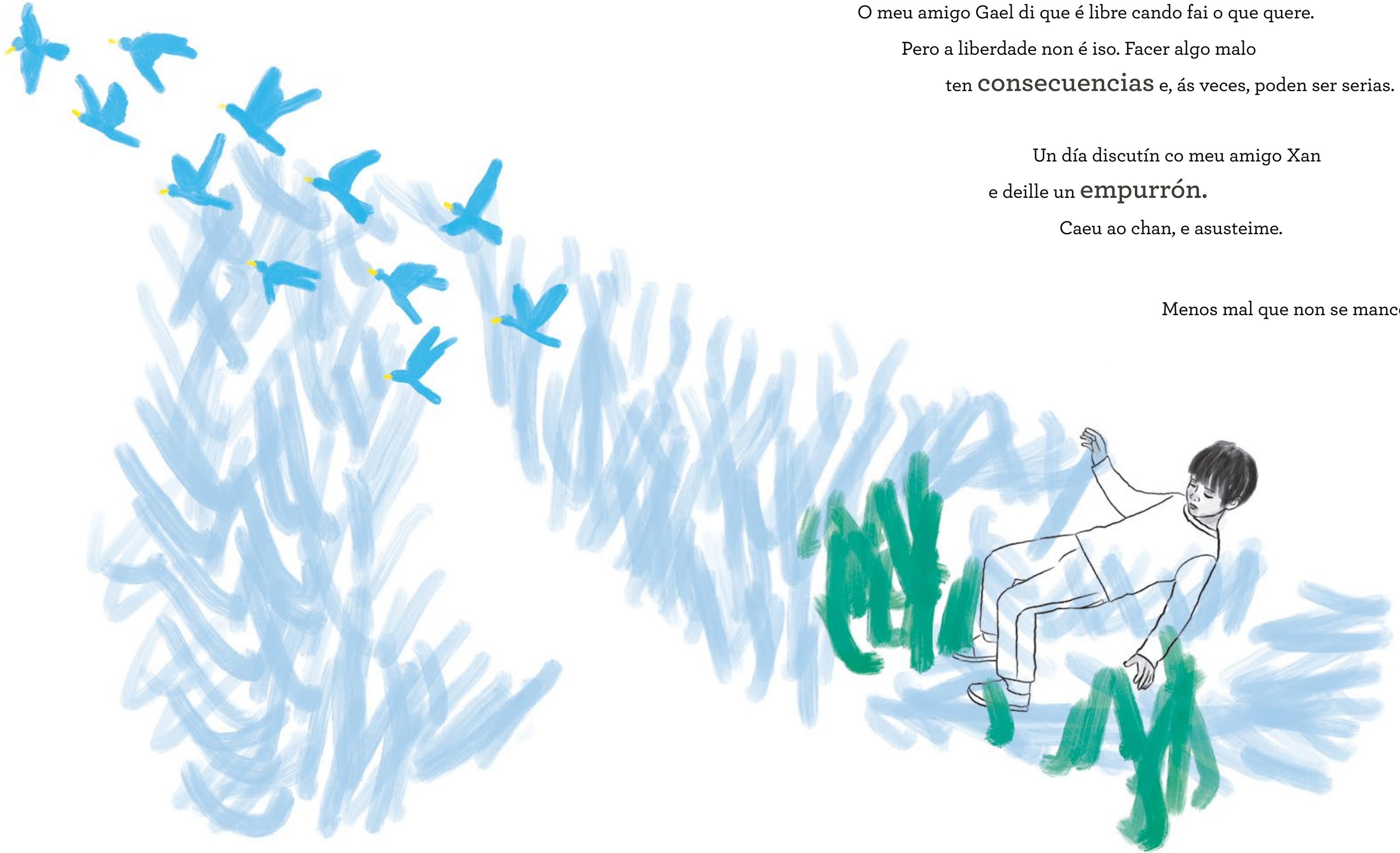
Pero a liberdade non é iso. Facer algo malo

ten **consecuencias** e, ás veces, poden ser serias.

Un día discutín co meu amigo Xan  
e deille un **empurrón**.

Caeu ao chan, e asusteime.

Menos mal que non se mancou!





Se queres que as túas ás non se rompan,  
tes que portarte ben **contigo**  
e cos **demaís**.

Non debes pegar, insultar nin dicir nada  
que faga **sentir mal** a ninguén.

Pero tampouco podes permitir  
que outras persoas che fagan **dano** a ti.

Hai que saber dicir **NON.**

