



Recuerda, guardar tu trabajo en el portafolio, ya que después volverás a utilizar esta información.

### Let's Reduce Stress

#### LET'S CREATE

Create a short testimony to reduce stress. Crea un testimonio breve para reducir el estrés.

STEP 1



Completa el párrafo con las acciones que no haces en el aislamiento.

In lockdown,  
I don't  
I don't  
I don't  
and

STEP 2



Dibuja y escribe 3 acciones para reducir o manejar el estrés.

I feel happy when I do these activities:

|  
|  
|

STEP 3



Completa esta frase para terminar tu texto.

That makes me feel

STEP 4



Escribe tu párrafo con todas las frases de los pasos 1, 2 y 3. Presenta tu producto final.

## My testimony to reduce stress

### LET'S REFLECT!

Al escribir un texto para un testimonio en inglés:		No	Sí, pero necesito ayuda	Sí	Sí puedo y muy bien.
1	¿Lo adecuo para describir las acciones que realicé para manejar el estrés?				
2	¿Organizo y desarrollo mis ideas para dar a conocer las acciones que no puedo realizar en confinamiento y las que realicé para manejar el estrés?				
3	¿Relaciono mis ideas utilizando el conector "and" para unir las acciones que realicé y no realicé para manejar el estrés?				
4	¿Empleo la coma y el punto final para separar las acciones que realicé y no realicé cuando elaboro oraciones breves?				
5	¿Reviso el texto para mejorarlo?				