

TALLER DE NOTICIAS

Ideas para sentirte mejor durante el coronavirus

Fecha: **11/05/2020**



Estas ideas son para sentirte mejor mientras estés en casa por el coronavirus.

El Foro de Personas de Discapacidad Intelectual de Plena inclusión Castilla y León ha publicado un documento con ideas para sentirte mejor.

Este proyecto ha sido creado por Antonio Hinojosa.

Está redactado en Lectura Fácil para que se entienda mejor.

A continuación, te dejamos aquí algunos ejemplos de las ideas que se proponen para encontrarse mejor y ser feliz.

- Lo más importante es pensar en el día que estás viviendo.
- Debes tener más confianza en ti, por ejemplo, siempre habla o di mensajes positivos.
- Habla con las personas más importantes, por ejemplo, cuéntales cómo te sientes.
- Tienes que estar tranquilo y en calma, no te pongas nervioso.
- Haz nuevas cosas, por ejemplo, puedes cocinar o pintar o lo que se te ocurra.

[Enlace](#) a las 10 ideas para sentirte mejor que han elaborado el Foro de Personas de Discapacidad Intelectual de Plena inclusión Castilla y León.

PREGUNTAS LECTURA:

¿Cuál es el título de la noticia?

¿Cuál es la fecha de publicación de la noticia?

Describe la imagen que aparece en la noticia.

El documento con ideas para sentirte mejor, ¿Quién lo ha creado?

Escribe dos ejemplos de ideas para sentirse mejor.