

Audio 60

- 1 A veces practico algún deporte o escucho música.
- 2 Me encierro en mi habitación, pongo la música bien alta, velas aromáticas y me acuesto un rato.
- 3 A veces me veo una película y me olvido de todo durante un par de horas.
- 4 Si estoy estresado, llamo a un amigo para charlar, o, si es posible, aún mejor, salir juntos.