

**Actividad: Trate de aumentar su apoyo social y responda las siguientes preguntas.**

¿Qué actividades ya estoy haciendo en las que puedo incluir a otra persona?

-----  
-----  
-----

¿A quién podría invitar a unirse a mí? (piense en hermano, padre, amigo, vecino, primo, tía, etc.)

-----  
-----  
-----

¿A quién podría invitar a unirse a mí? (piense en hermano, padre, amigo, vecino, primo, tía, etc.)

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

