

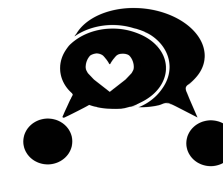


# Sé Un Ayudante Amable

1) Encuentra a alguien a quien puedas ayudar.



2) Haz algo para ayudarle.



3) Fíjate en cómo te sientes después de ayudar.

