

**Iniciales del
compañero de
acción**

● Muy poco esfuerzo ● Algo de esfuerzo ● Mucho esfuerzo

A Traté mi cuerpo como un templo. ● ● ●

B Cada día, escribí algo por lo que estoy agradecido. ● ● ●

C Trabajé en mi compromiso personal. ● ● ●

D Contacté con mi compañero de acción y lo apoyé. ● ● ●

E Compartí con familiares o amigos lo que aprendí. ● ● ●