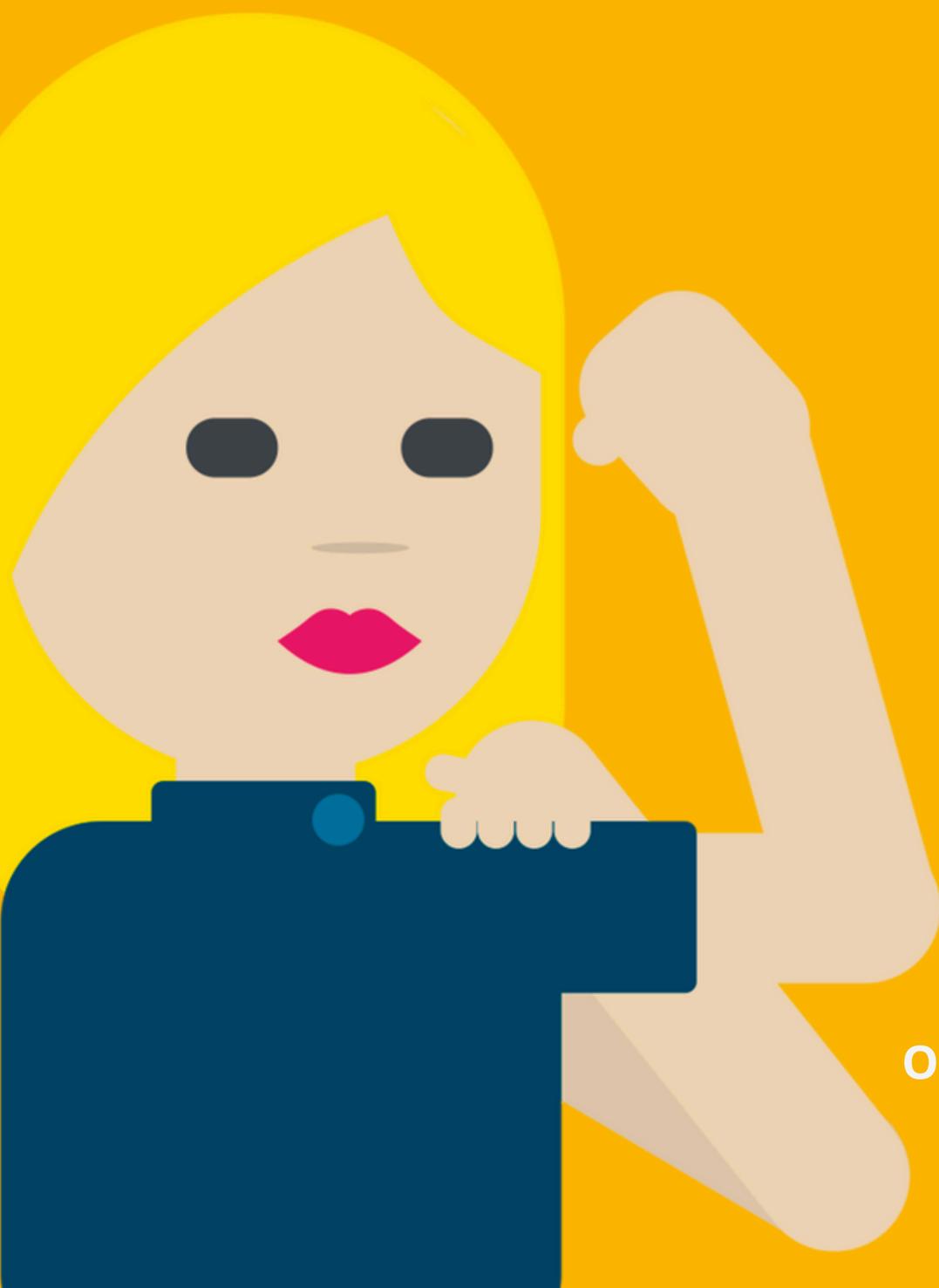


# LEGADO ATANASISTA

CAPACITACIÓN PARA EGRESADOS



Orientación Escolar  
Cartilla No 2

# LA VIDA SOCIAL

Una RED DE APOYO SOCIAL es el conjunto de gente con la que estás en contacto, ya sea día a día o de vez en cuando. Es la gente...



**¿QUÉ ES  
UNA RED  
SOCIAL?**

- **QUE PUEDE AYUDARTE CUANDO LO NECESITÁS.**
- **QUE PUEDE SER UN BUEN AMIGO AL QUE PUEDES ACUDIR CUANDO NECESITAS AYUDA**
- **¡CON QUIEN QUE LA PASAS BIEN!**

## ACTIVIDAD 1: MI RED SOCIAL

Vamos a revisar cómo es tu red de apoyo social, y quién puede darte una mano cuando necesites ayuda.

El siguiente gráfico enuncia el tipo de personas que forman tu red social. Coloca un puntaje, de 1 a 7, al lado de cada recuadro, según la importancia que tienen para ti estas personas. 1 son los MÁS importantes, y 7 los MENOS:

**PROFESORES** FOLLOW ...

**FAMILIA** FOLLOW ...

**AMIGOS** FOLLOW ...

**AMIGOS DEL COLEGIO** ...

**VECINOS** FOLLOW ...

**TRABAJADORES SOCIALES**

**LA GENTE QUE TE ATIENDE**

0000 likes  
USERNAME editable text description #hashtag

## ACTIVIDAD 2: PERSONAS IMPORTANTES DE MI RED

Seguramente ahora te hiciste una idea más clara de quién forma parte de tu red social de apoyo y de por qué esa persona es importante.

De tu red, elige a 5 PERSONAS que son IMPORTANTES para ti, y explica POR QUÉ

Personas	PORQUÉ

## ACTIVIDAD 3: EL TIEMPO LIBRE

Vamos a ver qué es lo que te gusta hacer en tu tiempo libre. Cuando no estás estudiando o trabajando, es bueno pasarla bien. En tu tiempo libre hay un montón de cosas que puedes hacer.

¿Qué actividades o hobbies te gusta hacer en tu tiempo libre?

---

---

---

---

---

**Escribe algo NUEVO que te gustaría hacer en tu tiempo libre...**

---

---

---

---

---

#### ACTIVIDAD 4:

### **LUGARES DE INTERÉS**

---

Junta información de los lugares de interés que hay en tu barrio, en la ciudad donde vives. Por ejemplo: club, teatro, plaza, canchita, cine, centro cultural, museos, etc.

**Puedes pegar y anotar aquí la información que reuniste.**

## Ejercicio para vos sobre los vecinos

¿Conoces a los vecinos que tienes donde vives?

Sí  \_\_\_\_\_

No  \_\_\_\_\_

¿Crees que es importante tener una buena relación con tus vecinos?

Sí  \_\_\_\_\_

No  \_\_\_\_\_

Trata de pensar 3 cosas que tus vecinos pueden hacer por ti, o que tu puedes hacer por ellos:

**1** \_\_\_\_\_

**2** \_\_\_\_\_

**3** \_\_\_\_\_

## Ejercicio para ti sobre tiempo libre

Piensa porqué es BUENO hacer cosas en el tiempo libre. Trata de escribir 3 razones:

1

2

3

¿Hay algo que no te gusta de las actividades en el tiempo libre?

---

---

---

---

---