

Ofrecerse como Voluntario y Disposición para Dar en la Temporada Navideña

“El mejor modo de encontrarte a ti mismo, es perderte tú mismo sirviendo a los demás.” Ghandi

Le presentamos algunas oportunidades que le pueden ayudar a decidir:

- Vigilancia comunitaria
- Centros de Rehabilitación Social
- Teatros Comunitarios
- Repartir Comidas (Meals on wheels)
- Restauración de Sitios Históricos
- Museos
- Comedores de Beneficencia/Dispensas de la Comunidad
- Refugios
- Centros para Personas Retiradas
- Refugios para Mascotas

Según se acercan los días festivos, algunas personas se abrumaran con las festividades, con la expectativa del GOZO y perfección. Para otros, la temporada navideña puede ser una fuente de tensión. El recuerdo de un ser querido que se nos fue, los apuros financieros, los problemas familiares, el exceso de trabajo al finalizar el año pueden aumentar la tristeza y culpabilidad durante estas fechas. El salir de sí mismo y proyectarse a los demás es un modo de controlar estos sentimientos. Darse tiempo para ser voluntario, usted

solo o con su familia, puede ayudarle a cambiar de perspectiva.

Como siempre, el personal de Workplace Solutions está disponible para ayudarlo a iniciar una nueva tradición navideña o para orientarlo sobre las oportunidades que hay para trabajar como voluntario.

Para más información sobre trabajos voluntarios, los siguientes sitios en la red le pueden guiar y proporcionar más ideas:

www.givespot.com: Este sitio le ofrece ideas para dar regalos a instituciones de caridad y sobre los beneficios de ser voluntario.

www.idealists.org: Sugerencias para incluir a toda la familia como voluntarios

www.volunteermatch.org: Aquí encontrará ayuda para trabajos voluntarios de acuerdo a lo que a usted le guste o prefiera hacer.

[Beyond Success: How Volunteer Service Can Help You Begin Making a Life Instead of Just a Living.](#) (Más allá del Éxito: Cómo el Ser Voluntario le Puede Ayudar a Comenzar a Vivir, en vez de sólo Ganarse la Vida. Autor: John Reynolds

Preguntas que hacerse antes de ser Voluntario:

- ¿Qué motivos o causas son importantes para usted y su familia?
- ¿Hay alguna meta en especial que quiera lograr?
- ¿Qué impacto desea tener en la sociedad?
- Mucha gente se ofrece de voluntaria en la temporada navideña: ¿Puede seguir siendo voluntario durante el año?
- ¿Quiere ser voluntario una vez al mes o una vez por semana?
- ¿El trabajo que desea donar, acomoda a toda la familia?
- No se comprometa demasiado. Ser Voluntario quiere decir dar libremente y lograr una experiencia positiva. ¿Cuánto tiempo puede realísticamente incluir en su agenda personal?

Reflexione sobre su nueva experiencia. ¿Cómo se sintió al ayudar a otro ser humano? Pregunte a sus hijos qué pensaron o sintieron con la nueva experiencia. ¿Tienen ellos preguntas, sugerencias u opiniones?

Comuníquese con Workplace Solutions hoy para solicitar ayuda confidencial.

Tenemos Consejeros Profesionales las 24 horas del día, 7 días a la semana: # 800-327-5071.

Hay muchas fuentes educacionales y de apoyo en el siguiente sitio de la red: www.wseap.com.