

## Os Benefícios do Voluntariado



**O voluntariado pode criar benefícios sociais significativos para as crianças, pois oferece às crianças a oportunidade de descobrir o mundo que se estende para além do seu ambiente pequeno e protegido. Ao participar em ações de voluntariado, os jovens começam a ganhar perceção do que é dar aos outros com nenhuma promessa ou expectativa de retorno, ou recompensa, e a dar valor a pequenos gestos.**

Dar uma mão a alguém em necessidade pode aumentar a sensação de autoestima e ao mesmo tempo proporcionar uma oportunidade para, possivelmente, descobrir novas opções de carreira para a construção de aspirações. Trata-se de uma oportunidade para se sentirem verdadeiramente úteis e apreciados, que são coisas que muitas crianças jamais vivenciam em casas recursos ilimitados. Associar jovens a ações de voluntariado é apresentar mundos para lá dos que eles conhecem e ajudá-los a perceberem melhor o mundo.

Ajudar o próximo com pequenas atitudes pode ajudar a desenvolver o carácter do seu filho. Escolha um dia da semana ou do mês para colaborar com alguma campanha, ou instituição, ou então crie em sua casa a sua própria causa, e verá como o seu filho se sentirá realizado.

## **Recolher livros infantis**

Recolha livros infantis, ou material escolar, dentro do seu círculo familiar e de amigos e doe a um hospital local.

## **Banco Alimentar**

Em cada ida ao supermercado peça ao seu filho para escolher um alimento para doar ao Banco Alimentar. Junte tudo e no final do mês, vá com o seu filho fazer a sua doação.

## **Distribuição de alimentos aos sem abrigo**

Explique aos mais novos de lá de casa que nem todas as pessoas vivem como ele. Existe quem passe por necessidades, quem não tenha casa, ou refeições. Leve-o até um centro de acolhimento de sem-abrigo e ajude na distribuição de refeições.

## **Ajudar os mais próximos**

Muitas vezes não precisamos de ir tão longe para ajudar alguém. O senhor idoso que mora ao nosso lado pode precisar que o ajudem nas compras do supermercado, a nossa vizinha pode passar muitas horas sozinha e sentir-se só. Uma ajuda destas é preciosa e retribuída com muitos sorrisos.

## **Animais abandonados**

Todas as crianças gostam de animais e uma forma de ajudarem a criar uma sociedade mais justa e saudável é voluntariarem-se para brincar com animais que estão em associações que recolhem animais abandonados. Em cada visita, não se esqueça de levar um saco de alimentos.

## **África, o continente longínquo**

Não fuja à realidade, mas também não os assuste. É importante ensinar às crianças que nem todas tiveram a mesma oportunidade, mas que há formas de superá-las. Junte os cobertores mais antigos, os livros que os seus filhos já não leem, as roupas que ainda estão boas, mas que já não lhe servem e, juntamente com o seu filho, entregue-as numa Cruz Vermelha, ou outra instituição, que normalmente realizam campanhas de solidariedade em África.

## **Associações desportivas**

Perceba quais são os clubes, ou associações desportivas, da sua área de residência e se algum necessita de ajuda no desenvolvimento das suas atividades. Talvez haja um muro que é preciso pintar, uma sala para decorar. Os mais jovens vão adorar ajudar enquanto se divertem.