



amics ^{de} la
gent major

Entre tots

BUTLLETÍ N° 3

ABRIL 2007

Estem aquí

Volem hui fer una reflexió sobre lo que ens trobem cada dia en la nostra feina entre els majors.

No podem entendre com després de tota una vida de treball, de esforç i sacrifici pels demés; especialment per els de la pròpia família; pot ser que alguns dels nostres majors puguen sentir-se sols. Hem de recuperar allò que realment ens fa sentir be. Hem de tornar— cadascú en la seua mesura— a recuperar terreny en la vida que ens permeta créixer en lo realment important.

Volem un mon on tots tinguem cabuda, on cap es senta exclòs, on les persones siguen el més important. No importa la edat, ni les condicions que ens envolten. No importa si som d'ací o som d'allà. No importa res més que cada persona en la seua realitat. Perquè TOTS necessitem el mateix: sentir-nos volguts.

La societat no pot ignorar que per damunt de les necessitats materials— que de vegades son moltes— està la

necessitat de afecte i consideració. Necessitem tant el suport institucional en lo referent a les qüestions materials, però sobre tot el suport afectiu i l'acompanyament personal que ens dona ganes de viure i seguir endavant. I això hem de dir que nosaltres ho hem trobat en l'Associació que es com la nostra família.

Volem des de ací agrair a tots els voluntaris que estan dedicant-se en cos i ànima a nosaltres tot el que ens donen.

En nom de TOTS, gracies.



Frase per a pensar

“Lo esencial para ser feliz es mantener bien colmado el corazón, incluso de dolor.” (A. Comte).

amor

alegria

escolta

entrega

bondat

¿QUIERES SER FELIZ?

Todos podemos ser felices, y casi siempre la felicidad depende de nosotros. Hay factores externos que pueden condicionar nuestro estado de ánimo, pero nunca dominarlo.

Somos nosotros y sólo nosotros quienes podemos HOY decidir poner buena cara, lanzar una sonrisa, mirar con cariño, abrir el corazón. Nosotros somos quienes HOY podemos decirle Sí a la vida.

Y si todos, muchos, hacemos este fácil ejercicio de vivir en positivo, el mundo a nuestro alrededor se transformará.

Y TÚ, ¿quieres ser feliz?



ACTITUDES PARA LA FELICIDAD

- 1. Mira todo en positivo, observa el lado bueno de la s cosas.**
- 2. Abre tu mente y tu corazón a todos y a todo.**
- 3. Confía siempre en el otro y así confiarán en ti.**
- 4. Ten paciencia contigo y aprenderás a tenerla con los demás.**
- 5. Decide que tienes derecho a ser feliz, y lo serás**
- 6. Busca estar en paz con todo lo que te rodea**
- 7. Ten por seguro que no estás solo, hay un voluntario que te escucha.**
- 8. Busca la actividad de tu cuerpo y de tu mente. Te hará sentir vivo-a**