



FOR YOUTH DEVELOPMENT™
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

**PROJECT
CORNERSTONE**
A YMCA of Silicon Valley Initiative

Querido Padre/Madre/Tutor:

El día de hoy en el salón de clases de su hijo(a) leí el libro ABC "*Reach Out and Give (Tender La Mano y Dar)*", escrito por Cheri J. Meiners, M.Ed. Este libro nos habla acerca de ser compasivos y generosos con los demás. Les ayudó a los niños a entender que con sus cualidades hacen una contribución importante en su familia, en su escuela y en su vecindario. A cada estudiante se le animó a pensar en algún talento especial o alguna otra manera en que pueden contribuir con los demás.

También platicamos acerca de la amabilidad y de cómo creen que se sentirá la persona que recibe ese acto amable. La autora del libro describe los actos de amabilidad simulando un efecto circular en el mundo. Cuando alguien le hace un favor a otra persona, esa persona puede dar un vuelco y ayudar a alguien más, e incluso podría devolver el favor a la misma persona que inicialmente lo(a) ayudó. A esto le llamamos *actos de bondad* e hicimos una lista de las maneras en que podemos ser amables unos con otros y *llenar las cubetas de los demás*.

Estas pequeñas acciones de servicio diario pueden hacer una gran diferencia. Busque maneras en las que usted puede hacer *actos de bondad* en familia. Estudios muestran que los niños amables son más saludables y menos vulnerables al uso o abuso de drogas y alcohol. El primer paso es dejar que su hijo(a) lo(a) vea a usted realizando diariamente *actos de bondad*. Algunos ejemplos para ayudarlo a empezar están listados a continuación:

- Ayude a su hijo(a) a imaginar lo que sería ser alguien diferente.
- Haga una lista de las cosas en las que su hijo(a) ayuda a la familia (quehaceres). Alguien que ayuda en su casa, es alguien que ayuda en el vecindario.
- Prepare una comida para alguna persona que lo necesite. Involucre a su hijo(a) con la preparación, pídale que haga una tarjeta y lo(a) acompañe a entregarla.
- Compartan juntos alguna comida del día y platiquen acerca de los acontecimientos del día – buenos y malos-. Tome tiempo para reconocer e identificar sentimientos.
- Comparta limonada en un día caluroso.
- Escriba notas de agradecimiento.
- Plante bulbos o flores en un jardín comunitario.
- Involúcrense como familia en algún tipo de voluntariado.
 - Me to We-[www/metowe.com](http://www.metowe.com)
 - Earth Day Clean Up-22 de abril
 - Canned Food Drive for Second Harvest
 - Creek clean-up-Santa Clara Water District
 - Adopt a park-City Park and Rec Department

Solamente nos falta leer un libro más para terminar con el programa ABC. Si usted está interesado(a) en ayudar con el programa el próximo año, favor de contactarme.

Sinceramente,

Voluntario(a) ABC

Teléfono/Correo electrónico