

[A inclusão...](#)

NO (e pelo) VOLUNTARIADO

Se é reformado/a pode participar em voluntariado. Não fique em casa, mulher ou homem, há lugar para si. Se é imigrante, participe. Se é mais ou menos afortunado, não faz mal, também pode ajudar.

Conheci uma idosa, penso que nos seus setenta e muitos. Voluntária já de longa data num centro social, é responsável por preparar os lanches diários para outras pessoas, também da mesma 'juventude'. Podem pensar que se queixava da tarefa ou que a levava a cabo 'porque sim', mas ela mostrou-me o que fazia com orgulho e dedicação, afirmando que lhe fazia bem. Estava felicíssima por me ter mostrado o que fazia e mais feliz ainda por fazê-lo.

Mais info: [\[...\]](#) [DUARTE PAIVA](#), 13.04.2015 às 15h04,