

Está apenas limitado pela sua imaginação. Contacte outras pessoas e veja o que elas estão a fazer. As organizações procuram voluntários com vários talentos. Procure online uma que desperte o seu interesse. Ou crie a sua própria organização! Conheço várias pessoas que criaram fundações para variadas causas.

Gostaria de incluir uma pequena nota para aqueles que estão a recrutar voluntários. Um dos aspetos fundamentais para obter voluntários é não sobrecarregá-los. Eles precisam de saber que são valorizados e que não lhes irá causar mais stresse. Provavelmente já ouviu dizer que “quem pede não pode escolher muito”. Se está à procura de voluntários, não cometa o erro de “pedir” de mais. Muitas pessoas tentam esta abordagem. E, sim, por vezes funciona, porque é um método comprovado e eficaz, mas a questão é: “Com quem é que fica?” Geralmente, acaba por ficar com pessoas que você desejara que nunca se tivessem envolvido. A vantagem é que normalmente estas pessoas não ficam por perto muito tempo.

O voluntariado requer estrutura e responsabilidade. Leve-o a sério, mas divirta-se e disfrute com as pessoas que se voluntariam. Faça uma lista daquilo que precisa, e pense bem em quem poderá fazê-lo bem. Depois, aborde os potenciais voluntários com a ideia, assegurando-lhes de que as tarefas deles estão organizadas e estruturadas para que não se sintam stressados. Diga-lhes o quê, quando, onde e como. Certifique-se de que eles saibam que tem em mente a defesa dos interesses deles, e elogie-os pela participação ativa. Demonstre apreço enviando um cartão ou organizando uma pequena festa ou uma refeição em conjunto. Ore com eles.

Ao ler sobre voluntariado, espero que tenha ficado inspirado. Como pode ver, não é assim tão difícil. O mais importante a recordar é escolher algo que seja do seu interesse, cuide de si mesmo e demonstre apreço. É uma aventura empolgante. Concordo com o falecido ator Robin Williams, que disse: “Torne a sua vida espetacular.” É assim que será a sua vida se escolher ser voluntário. Você consegue!

**“O voluntariado requer estrutura e responsabilidade. Leve-o a sério, mas divirta-se e disfrute com as pessoas que se voluntariam.”**



Anne Fergusson

#### ABOUT THE AUTHOR

Anne Fergusson é uma enfermeira reformada. Era uma enfermeira certificada em ferimentos, ostomia e cuidados prestados a incontinentes e trabalhou como especialista no cuidado de ferimentos até se reformar.

Ela e o marido Ed, que é pastor, pastorearam várias igrejas no Norte da Califórnia, onde ela sempre se manteve ativa nos ministérios da criança. Eles têm filhos gémeos idênticos que são médicos do serviço de urgência. É autora do livro *Volunteers: How to Get Them, How to Keep Them!*, que está à venda na Amazon.



**Distribuído por:**  
Ministérios da Mordomia da  
Associação da Flórida  
**Diretor: Conrad Duncan**

**Produzido por:**  
Departamento de Mordomia  
da Associação União Pacífico  
**Editorial: Bernard Castillo**  
**Tradução: Marlene Freitas**  
**Design Grafico: Stephanie Leal**

# O Menu do MORDOMO

UMA MISCELÂNEA DE IDEIAS PRÁTICAS  
para o ajudar a ser um melhor mordomo.

OUTUBRO 2020 • VOLUME 25, NÚMERO 10

## ENCONTRE UM NOVO PROPÓSITO NA VIDA: SEJA VOLUNTÁRIO

POR ANNE FARGUSSON

No outro dia, vi um programa de notícias que falou de uma jovem a quem tinha sido concedido um desejo, por parte da Make a Wish Foundation, quando ela era adolescente. (Esta organização sem fins lucrativos concede desejos a crianças com doenças terminais.) A jovem, que ainda está em remissão, fez uma declaração que eu considerei ser a essência do voluntariado. Ela disse que se pudesse fazer tudo de novo, ela concederia o seu desejo a outra pessoa. Ela recebe mais alegria com o facto de realizar o desejo de alguém do que realizando um desejo seu. Agora, ela é voluntária nessa fundação.

Durante a pandemia, tenho pensado muito sobre a parábola de Jesus dos bodes e das ovelhas. “Então, dirá o Rei aos que estiverem à sua direita: Vinde, benditos de meu Pai, possuí por herança o Reino que vos está preparado desde a fundação do mundo; porque tive fome, e destes-me de comer; tive sede, e destes-me de beber; era estrangeiro, e hospedastes-me; estava nu, e vestistes-me; adoeci, e visitastes-me; estive na prisão, e fostes ver-me. Então, os justos lhe responderão, dizendo: Senhor, quando te vimos com fome e te demos de comer? Ou com sede e te demos de beber? E, quando te vimos estrangeiro e te hospedamos? Ou nu e te vestimos? E, quando te vimos enfermo ou na prisão e fomos verte? E, respondendo o Rei, lhes dirá: Em verdade vos digo que, quando o

**Em verdade vos digo que, quando o fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim o fizestes.”**  
**Mateus 25:40.**



A MORDOMIA é um estilo de vida pleno que envolve a nossa saúde, tempo, talentos, ambiente, relacionamentos, espiritualidade e finanças.



**Assistência Social Adventista é uma organização sem fins lucrativos que se dedica à assistência de idosos em Lares ou no Apoio Domiciliário, mas também apoia a educação de crianças.**

fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim o fizestes” (Mateus 25:34-40, ARC).

Temos aqui um chamado de atenção. Como respondemos ao chamado de Mateus 25? É disso que se trata o voluntariado. Quando se voluntariar, eu posso garantir-lhe que encontrará um novo propósito para a sua vida. Verá o mundo com outros olhos. Não estará somente a ajudar outra pessoa, descobrirá que é pessoalmente recompensador à medida que sente a razão de ser do chamado. Quando começar a partilhar, sentir-se-á bem, pois, dá de coração, com amor, ponderação e devoção. Terá o verdadeiro sentido da paz e da satisfação ao fazer do

voluntariado um ato regular de serviço e um estilo de vida normal.

Sempre me interessei por voluntariado. Ao longo dos anos, tenho ajudado na minha igreja local em diferentes cargos, incluindo nos programas das crianças, no coro e no evangelismo. Atualmente, sou voluntária, uma vez por semana, numa biblioteca local fazendo todo o tipo de trabalhos – desde certificar-me de que há papel nas estações dos computadores a localizar livros que foram requisitados e atendendo o público. É muito divertido! Também sou voluntária numa organização da doença de Alzheimer, na minha cidade, ajudando nos grupos de apoio, fóruns, eventos especiais, apresentações e programas.

Quando os meus filhos gémeos eram pequenos, a nossa família envolveu-se no Meals on Wheels, um programa que proporciona um almoço saudável aos idosos várias vezes por semana. Os idosos gostam da comida, mas o que mais ansiavam era a visita – e nós também! À medida que os nossos filhos foram crescendo, eles envolveram-se em projetos evangelísticos e também participaram em algumas viagens com a Maranatha Volunteers International, uma organização sem fins lucrativos que trabalha em conjunto com a Igreja Adventista a fim de construir edifícios para igrejas e escolas. Quando os nossos filhos estavam na faculdade de medicina, participaram como voluntários em viagens missionárias e, agora, como médicos, continuam a ter um espírito de serviço.

Poderá demorar algum tempo a encontrar uma boa colocação como voluntário, mas vale bem a pena. Quais são os seus interesses? Gosta de

“Poderá demorar algum tempo a encontrar uma boa colocação como voluntário, mas vale bem a pena.”

trabalhar com adultos, crianças ou animais? Há alguma causa que seja apaixonante para si? Tem algumas competências especiais? Há alguns anos, conheci um dentista que queria fazer a diferença na sua comunidade, mas não tinha ideia do que poderia fazer. Um conselheiro sugeriu-lhe que usasse as suas competências profissionais para ajudar os outros. Ele contactou as escolas primárias da sua área e ofereceu-se para dar aulas sobre uma boa higiene oral. Ele gostou tanto da experiência que incentivou os colegas a se envolverem. Se quiser voluntariar-se, pense fora da caixa! Eis algumas ideias para começar, que pode concretizar. Em Portugal, sem precisar de ultrapassar fronteiras, sugerimos:

**ADRA Portugal** – Associação Adventista para o Desenvolvimento, Recursos e Assistência é uma ONGD com vastos serviços de apoio a nível nacional e internacional. Visite o site da ADRA e investigue sobre a possibilidade de se tornar um voluntário.

**ASA** – Assistência Social Adventista é uma organização sem fins lucrativos que se dedica à assistência de idosos em Lares ou no Apoio Domiciliário, mas também apoia a educação de crianças.

**O Voluntariado Hospitalar** – é em Portugal uma forma interessante e nobre de apoiar pessoas nos momentos mais difíceis das suas vidas.

**O Banco Alimentar Contra a Fome** é outra instituição com um trabalho bem visível na nossa sociedade.

**Abrigos de animais** – Os abrigos de animais são muito populares. Resgatar e cuidar de gatos e cães pode ser recompensador e divertido. Aqui tem mais algumas ideias: dar explicações a crianças em idade escolar ou a adultos, oferecer-se para testes clínicos, ajudar numa instituição sem fins lucrativos, arrecadar fundos para uma associação humanitária. Se tiver competências profissionais, poderá considerar voluntariar o seu tempo numa clínica ou oferecer assistência jurídica gratuita, dar aulas numa Universidade Sénior.



**Está apenas limitado pela sua imaginação. Contacte outras pessoas e veja o que elas estão a fazer.**