



Solidaridad

SOLIDARIDAD significa ser bondadoso con otro.

SOLIDARIDAD significa ser humanitario y responder a las necesidades de los demás con amabilidad y compasión.

Actividad 1

Hable con su hijo acerca de lo que significa la **SOLIDARIDAD**. Enfátice que una persona solidaria muestra amabilidad y compasión hacia los demás. Hable acerca de las diferentes maneras en que la gente puede mostrar interés por los demás. Hable con su hijo acerca de personas que podrían beneficiarse al recibir alguna atención especial. Por ejemplo, puede haber un nuevo alumno en la escuela que necesite un amigo o un vecino en quien apoyarse. Ayude a su hijo a reconocer los buenos sentimientos que surgen al mostrar compasión.

Actividad 2

Explíquelo a su hijo que las personas pueden ser solidarias y ayudar a otros incluso si no los conocen. Junto con su hijo, identifique en su comunidad instituciones de beneficencia. Discuta los objetivos de estas organizaciones y explique cómo ayudan a la gente. Considere visitar con su hijo un banco de alimentos o una tienda de segunda mano. Si es posible, lleve a cabo un acto solidario efectuando una donación.

Actividad 3

Haga un poco de ejercicio con su hijo como por ejemplo salten “jumping jacks” o bailen juntos para favorecer la circulación cardíaca. Hablen acerca de cómo los ejercicios ayudan a fortalecer los músculos cardíacos. Pregúntele a su hijo por el significado de la siguiente cita: *“Ayudar a otros fortalece nuestro corazón.”* Explíquelo que el ayudar a otros es una manera de mostrar que somos solidarios. Ayude a su hijo a elegir tres cosas que pueda hacer esta semana para ayudar a alguna persona. Puede ser un integrante de la familia, un vecino, un amigo de la escuela o cualquiera que tenga una necesidad. Explíquelo que realizar ese servicio lo ayudará a “ejercitar” y fortalecer los “músculos de su solidaridad”.

Actividad 4

Junto con su hijo, piense en todas las personas que se interesan por él. Pregúntele cómo puede saber una persona si alguien es solidario. Comparta una historia con su hijo acerca de alguna persona que haya mostrado interés por usted y que lo haya tratado con amabilidad cuando era niño. Juntos, identifiquen a las personas que tratan a su hijo con amabilidad y solidaridad. Háblele acerca de cómo puede hacerles saber lo mucho que agradece sus atenciones.

Actividad 5

Explíquelo a su hijo que las personas se preocupan por muchas cosas diferentes. Se interesan por otras personas, por los animales, la educación, el medio ambiente, los bienes materiales, etc. Hablen acerca de cómo demostrar solidaridad en cada una de estas áreas. Seleccionen una de ellas (o cualquier otra que elija su hijo) y creen una “Campaña de Solidaridad” para la familia y los amigos. Algunas ideas podrían incluir: recolectar basura en el barrio, plantar flores, visitar un hogar de ancianos, hacer orden, obtener buenas calificaciones en la escuela, etc. Inviten a otros a participar en la campaña y llévenla adelante.