

## Educación • Participando como voluntario en la escuela: una oportunidad increíble • Volunteering at school: an incredible opportunity

*El pasado mes de diciembre estuve en la casa de mis padres durante las celebraciones navideñas, fui a visitarlos en el sur de California. Cuando mi esposo, mi hijo y yo pasamos por mi vieja escuela primaria, les señalé, de nuevo, el brillante y colorido mural que cubre una de las grandes paredes que dan a la calle con gran tráfico. El mural tiene un lugar muy especial en mi corazón, no sólo porque es parte de mis recuerdos de esta escuela, sino también porque hace 30 años, mi padre quien en ese entonces, a pesar de estar muy ocupado y tener mucho trabajo, participó como voluntario durante un día sábado para pintarlo.*

Todos los padres de familia saben que el manejar tanto las responsabilidades del trabajo y del hogar no siempre es fácil. Las tareas escolares, las compras de víveres, alimentos, lavandería y pagar los recibos puede dejar a los padres con la sensación de no tener mucho más que poder ofrecer al final del día. Sin embargo, el participar como voluntarios en la escuela de su hijo puede tener un efecto positivo duradero no sólo para los estudiantes que están apoyando, sino para su propia vida también.

### PARTICIPAR COMO VOLUNTARIO – VALE LA PENA EL TIEMPO DEDICADO PORQUÉ:

• **Ayuda a establecer fuertes relaciones con la escuela:** Los padres de familia que participan como voluntarios frecuentemente se sienten más conectados con la comunidad escolar de su hijo y tienen un mejor sentido de lo que sucede en la escuela. Además, puede ayudar a los padres a conectarse entre sí y ver las fortalezas y talentos que poseen.

• **Inspira un sentido de orgullo en los hijos:** Existe una razón de por qué después de 30 años, aún continúo hablando sobre el trabajo de voluntario que mi padre realizó en mi escuela primaria. Ya que sentí un gran orgullo por su contribución y aún lo siento hasta el día de hoy. Cuando los hijos ven a sus padres participar como voluntarios, empiezan a comprender mejor el inmenso valor de sus padres en una comunidad más grande.

• **Crea un modelo positivo a seguir:** Los niños que ven a sus padres participar como voluntarios, en cualquier forma, tienen una mayor probabilidad de que al crecer se van a convertir en voluntarios. Al mostrar este ejemplo a los niños de temprana edad inspira en ellos el hecho de que participar como voluntario es un componente normal e importante en la vida.

• **Puede ser una actividad rejuvenecedora:** Mientras era profesora, conocí a una madre de familia que trabajaba en un horario nocturno y frecuentemente estaba muy cansada cuando la veía. Sin embargo, durante el año escolar dos veces podía venir a la escuela y ayudar en los proyectos de arte y era como si fuera una persona totalmente nueva. Se veía vibrante y activa con los niños y era obvio que sentía una profunda conexión y alegría con el tipo de trabajo de voluntaria que realizaba. Se siente bien el compensar a la comunidad.

### RECOMENDACIONES PARA PARTICIPAR COMO VOLUNTARIO EN LA ESCUELA DE SU HIJO:

• **Una pequeña cantidad de ayuda tiene una gran duración:** Cuando impartí clases en la escuela primaria, le di a cada estudiante de mi clase un

grupo de 100 palabras que necesitaban memorizar. Le pregunté a una madre de familia si podría perforar todas las cartas y colocarles resortes y ella estuvo de acuerdo inmediatamente. Lo estubo haciendo durante un fin de semana con su hijo, quien era uno de mis estudiantes. Cuando trajo las tarjetas, completamente encuadradas, el siguiente lunes, esto significó toda la ayuda del mundo para mí. Si usted no puede participar como voluntario dentro del salón de clases, no tenga temor de preguntar si existe alguna otra actividad que usted pudiera realizar desde su casa. Frecuentemente, los profesores pasan mucho tiempo preparando materiales para las próximas clases, proyectos y actividades, por lo que pudieran necesitar un grupo de personas que le proporcionen ayuda con estas tareas.

• **Elija algo que usted disfrute mientras lo realiza:** Con horarios y vidas tan ocupadas, es importante que si los padres de familia van a dedicar tiempo para participar como voluntarios, sea en algo que realmente disfruten. Por ejemplo, si usted es un apasionado de las Matemáticas y los números, hable con el director o el profesor sobre las formas en que usted pudiera utilizar estas habilidades y pasiones para el beneficio de todos. Por otro lado, si usted es una persona a la que no le gusta bailar, no acepte ayudar a enseñar a 30 estudiantes la coreografía de un baile para la siguiente reunión. Todas las oportunidades para participar como voluntarios tienen un potencial para crear un impacto positivo, pero usted querrá asegurarse que también es un experiencia satisfactoria para usted mismo.

### DIFERENTES FORMAS DE PARTICIPAR COMO VOLUNTARIO EN LA ESCUELA

• **En el salón de clases:** Frecuentemente los profesores crearán listas para comprometerse a participar como voluntario para diferentes tipos de oportunidades durante todo el año. Si el profesor de su hijo no tiene algo como esto o no ofrece algo en lo que usted realmente quisiera participar, hable con él sobre esto. Establezca una hora para hablar con el profesor, puede solicitar un traductor si es necesario ¡Los profesores estarán encantados con el ofrecimiento de ayuda! Asegúrese que en lo que sea que acepte verdaderamente satisfaga sus necesidades (tiempo, frecuencia, habilidad, etc.) y la del profesor.

• **En la escuela:** El Comité de Consejería para los Aprendices de Inglés (ELAC, por sus siglas en inglés) es un excelente lugar para preguntar sobre oportunidades de voluntariado ¿Usted es una persona muy sociable? Participe como voluntario llamando a personas e invitándolas a las reuniones o eventos especiales. En lo que usted sobresalga o disfrute, haga un buen uso de estas habilidades realizando voluntariado en la escuela de su hijo.

## NEED FOOD?

¿NECESITA COMIDA?  
Conectando la comunidad a alimentos saludables.

Connecting the community to healthy food.

FOOD CONNECTIONS  
707.523.7903

8:30 am - 6:30 pm  
Open Monday - Friday  
Abierto Lunes - Viernes

*In December I was home for the holidays visiting my parents in Southern California. As my husband, my son, and I drove past my old elementary school, I pointed out to them, once again, the brightly colored mural that covers one of the large walls facing the busy street. That mural holds a very special place in my heart—not just because it is a part of my memories of school, but because 30 years ago my very busy, hard working father volunteered on a Saturday to help paint it.*

All parents know that juggling both work and home responsibilities is not always easy. Homework, grocery shopping, meals, laundry, and bills can leave parents feeling like they don't have much else to give at the end of the day. Yet, volunteering at your child's school can have a lasting positive effect not only the students you are supporting, but in your own life as well.

### VOLUNTEERING—IT'S WORTH THE TIME BECAUSE:

• **It helps to establish strong relationships with the school:** Parents who volunteer often feel more connected to their child's school community and have a greater sense of what goes on at the school. In addition, it can help parents to connect with one another and see one another's strengths and talents.

• **It instills a sense of pride in the child:** There is a reason why after 30 years, I am still talking about the volunteer work that my father did at my elementary school. At the time I felt proud of his contribution and still do to this day. When children see their parents volunteering, they begin to better understand their parents' immense value in the larger community.

• **It makes you a positive role model:** Children who see their parents volunteer, in any form or fashion, are more likely to grow up to be adults who volunteer. Setting this example at an early age will instill in children that volunteering is a normal and important component of life.

• **It can be rejuvenating:** When I was a classroom teacher, I knew a mother who worked the night shift and was often very tired when I saw her. Yet, two times that school year, she was able to come in to help with art projects and it was a like she was a whole new person. She was vibrant and playful with the kids and it was clear that she felt a deep connection and joy with the type of volunteering work she was doing. Giving back to the community feels good.

### TIPS FOR VOLUNTEERING AT YOUR CHILD'S SCHOOL:

• **A small amount of help goes a long way:** When I taught elementary school, I gave every student in my classroom a set of 100 words that they needed to memorize. I asked a parent if she would be willing to punch holes in all the cards and put them on rings and she readily agreed. She did it over a weekend with her son, who was in my class. When she brought them back on Monday,

ready-to-go, it meant the world to me. If you are unable to volunteer in the actual classroom, don't be afraid to ask if there is something you could do at home. Often times, teachers spend a lot of time preparing materials for upcoming lessons, projects, and activities and could use an extra set of hands with these tasks.

• **Choose something that you enjoy doing:** With busy schedules and lives, it's important that if parents are going to spend their time volunteering, that they find something they enjoy doing. For example, if you are passionate about math and numbers, talk to the principal or teacher about the ways you can put these skills and passions to good use. In contrast, if you are a person who doesn't like to dance, don't agree to help teach 30 students a choreographed dance for the upcoming assembly. All volunteering opportunities have the potential to make a positive impact, but you want to make sure that it is a fulfilling experience for you as well.

### DIFFERENT WAYS TO VOLUNTEER:

• **In the classroom:** Often, teachers will create sign-up lists for different types of volunteering opportunities throughout the year. If your child's teacher doesn't have something like this or doesn't something you want to do, talk to them about it. Schedule a time to talk with the teacher and use a translator if necessary. Teachers will be thrilled with the offer for help! Make sure that whatever you agree upon meets your needs (timing, frequency, skill, etc) and the teacher's.

• **At the school:** The English Learner Advisory Committee (ELAC) is an excellent place to inquire about volunteering opportunities. Are you very sociable? Volunteer to call people and invite them to meetings or special events. Do you like to cook? Volunteer to make snacks for an upcoming event. Whatever it is you excel at or enjoy, put these skills to good use by volunteering at your child's school.



**Value Market**  
VALUE MARKET is a new, full-service grocery store with friendly, bilingual clerks, WIC accepted, CalFresh EBT, cash, credit/debit cards, serves qualified low-income shoppers. 3990 Brickway Boulevard in Santa Rosa, 95403.  
Open Monday - Saturday: 10:30 am till 6:30 pm  
[www.refb.org/valuemarket](http://www.refb.org/valuemarket)  
Get what you need!  
Call us at: 707.523.6500 se habla español



**JEWISH COMMUNITY FREE CLINIC**  
¡Servicios totalmente GRATIS para clientes sin seguro médico!  
Drop-in Clinic hours: 9:30–11:30 am, 5:30–7:30 pm  
Monday and Thursday: Primary Care/Family Practice  
3–4:30 pm Martes para niños/Tuesday for Children and Primary Care/Family Practice  
Miércoles/Wednesday 9:30 am –2 pm Physicals, Women's Health Clinic  
5:30–7:30 pm Cal Fresh Enrollment Assistance and Medical Legal Partnership (Appointment Only)  
5:30–7:30 pm Jueves/Thursdays: Primary Care/Family Practice  
50 Montgomery Drive Drive, Santa Rosa, CA 95404  
707 585-7780 [jewishfreeclinic.org](http://jewishfreeclinic.org)