

✓ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و..... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند،

شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید. برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی

لینک زیر کلیک کنید.

www.karnil.com

WWW.KARNIL.COM



101 راه

که جوانان می‌توانند
جهان را دگرگون کنند



سنددی و النتاین
غلامعلی کشانی

101 راه که جوانان می‌توانند جهان را دگرگون کنند

نوشته سندی و النتاین

www.TogetherWeCanCHangeThe World.com

انتشارات "با هم می‌توانیم جهان را دگرگون کنیم"

ترجمه: غلامعلی کشانی، مهر 1390

www.adamekshoonat.blogspot.com

keshanigh@gmail.com

پیش سخن مترجم

متن اصلی کتاب مختصری که در پیش رو دارید محصول اندیشه امیدواری است که مدعی است "یک دست صدا ندارد".
اما چه ضرورت‌هایی به ترجمه آن تاکید دارد؟

در حوزه ی فرهنگی انسان جهان سومی، به‌نظر می‌رسد بر روی نقش دولت به مثابه فعال ما ایشاء همه‌ی امور بشر، تاکید بسیار زیادتر از حد واقعی آن شده‌است. این نگاهی است نژند و بیمارگونه که از روابط و واقعیاتی ناخوش‌آیند حکایت می‌کند.

بدون ورود به آن واقعیات ناخوش‌آیند، می‌توان با تغییر نگاه، به سمت تغییر واقعیات‌ها گام برداشت: متن حاضر، در پی کاهش درد و رنج انسان‌های واقعی و معمولی کوچه و بازار با دستان آدم‌هایی از جنس خودشان است. البته انسان‌هایی مسئولیت‌پذیرتر و معنویت‌گراتر، که خود را تا حدی وقف آفرینش دنیایی بهتر می‌کنند و طبعاً منتظر دستان دیگران و از جمله دولت‌ها نمی‌شوند، چرا که می‌دانند تکیه بر دوش ناتوان و ناکارآمد دولت‌ها و دیگران، تعلیق به محال کردن آرزوهای بشری و رهایی نسبی از رنج و درد است.

خواننده‌ی ایرانی به محض آغاز به خواندن، متوجه ی تفاوت‌های عمیق و شدید اجتماعی و ساختاری میان دنیای خود و دنیای نویسنده می‌شود. انواع نهاد‌های تاسیس شده در کشور نویسنده، بر اساس نیاز‌هایی که مردم حس کرده‌اند، بوجود آمده‌اند تا مشکلات خود مردم به دست خود مردم کمتر و کمتر شود. در این‌جا نقش دولت به مثابه گول ساده لوحی که شهروند یا رعیت، در صدد کلاهبرداری از اوست، بشدت کم‌رنگ می‌شود. و در عین حال روند درگیرسازی مدنی شهروند به خوبی پیش می‌رود.

با وجود این تفاوت‌ها، آشنایی با نهاد‌های رنگارنگ و متنوع موجود در کشور نویسنده، نه تنها خالی از لطف نیست، بلکه، بسیار آموزنده و آگاه‌کننده است. شناخت این تفاوت‌ها گام نخست و حرکتی بنیادی است به سوی دگرگونی و بهسازی سطحی و عمقی ساخت‌های فرهنگی.

همان‌طور که نویسنده در آخر متن می‌گوید ممکن است هیچ یک از راهکار‌های این متن به کارتان نیاید، اما می‌توانند بیدارکننده‌ی انگیزه‌ی ابداع راه‌های خودتان باشند و شما را به فکر طرح خودتان بیاندازند. به همین خاطر این نوشته می‌تواند برای عموم خوانندگان علاقه‌مند به موضوع، فایده‌ی خود را داشته باشد. امید که این چنین نیز بگردد.

سخنی از نویسنده

در پیمایشی بر روی 1238 نوجوان کلاس‌های 7 تا 12، آنان مسایل زیر را بعنوان 10 نگرانی اصلی‌شان معرفی کردند:

رانندگی در حال مستی، افسردگی و خودکشی، سلاح در مدرسه، بهبود آموزش و مدرسه‌ها، تبعیض، خشونت در مدرسه، مواد مخدر، عزت نفس، ایدز، و بدرفتاری در خانه.

67 درصد شماها با خودتان فرار گذاشته‌اید که سال آینده را با مسئله‌ای که برایتان مهم است درگیر شوید، 80 درصدتان بر این باورید که جوانان می‌توانند تغییرات مثبتی در جماعات‌تان بیافرینند، 70 درصدتان معتقدید که می‌توانید شخصاً تغییر مثبتی را در جماعت خود ایجاد کنید، و بیش از 60 درصدتان باور دارید که آدم‌های هم‌سن‌تان نظریات خوبی در مورد نحوه‌ی کمک به جامعه دارند. و من با این نظرات کاملاً موافقم.

پیمایش دیگری اعلام می‌کرد که 73 درصد دانش‌آموزان 13 تا 15 ساله معتقدند که آدم‌های هم‌سن‌شان می‌توانند بر تصمیمات سیاسی مقامات منتخب‌شان تاثیر بگذارند. معلمان و پدر-مادرها در نظر آنان رتبه‌ی نخست را در تاثیرگذاری بر روی دانش و علاقه‌شان به سیاست داشتند. رسانه‌ها و پس از آن اینترنت و دوستان جای‌گاه‌های بعدی را در دست داشتند.

من بیشتر دوران بزرگسالی‌ام را با جوانان کار کرده‌ام و خبر دارم که وقتی بخواهید تغییری ایجاد کنید، چقدر در این کار توانمند هستید.

اینترنت را برای خبرگیری از انواع کردوکار های جوانان، برای تغییر در جماعات‌شان و در سراسر جهان زیرورو کرده‌ام. این کتاب کوچک برای دادن بعضی از آن ایده‌ها به شما نوشته شده‌است. امید من آن است که به سراسر کتاب توجه کنید و یک یا چندتا از آن‌ها را برای خود و دوستان‌تان انتخاب یا اقتباس کنید تا در جماعت خودتان اجرا کنید. و در صورتی‌که هیچ کدام‌شان برای‌تان جالب نبودند، امیدوارم این ایده‌ها، حداقل بتوانند کمک کنند تا باعث جوش خلاقیت خودتان شوند و پروژه‌های خود را کشف کنید.

شما توانمندید و می‌توانید کاری کنید کارستان.

به شما ایمان دارم، و دوستانم هم، در نهاد ِ "با هم می‌توانیم دنیا را عوض کنیم" همین باور را دارند.

5 میلیون برای تغییر

و

5 میلیون دانش آموز برای تغییر

شرکت "با هم می‌توانیم جهان را عوض کنیم"، کارزار "5 میلیون برای دگرگونی" را آفریده تا نیروی خیرخواهانهای را بسیج کند که سراسر دنیا را زیر پا خواهد گذاشت و تغییر واقعی و پایدار در همه‌ی قاره‌ها خواهد آفرید.

کافی نیست که فقط بگویی می‌خواهم تغییر بیافرینم - باید منابع و ابزار این کار را هم داشته‌باشی. انجمن "با هم می‌توانیم جهان را عوض کنیم" همه‌ی چیزهای لازم را آماده کرده - و آن‌ها را به‌عنوان کمک به تغییر، به‌رایگان به‌شما می‌دهد.

14 کتاب اینترنتی در رشته انتشارات "101 راه"،

کتاب‌های دیگری از انتشارات "با هم می‌توانیم جهان را دگرگون کنیم"،

فیلم‌ها و ترانه‌های تاثیرگذار،

کارت پستال‌های اینترنتی،

فروش‌گاه بزرگ شخصی اینترنتی،

کارت‌های نورانی،

پوستر و مطالب چاپی خواندنی.

پرسش این است که آیا دستانت را به نشانه‌ی پذیرش این راه حل بالا می‌بری و بخشی از "5 میلیون برای تغییر" یا "5 میلیون دانش‌آموز برای تغییر" خواهی شد؟

www.5millionforchange.com

www.5millionstudentsforchange.com

سوگندنامه‌ی "5 میلیون برای تغییر" در صفحه‌ی بعد آمده‌است:

سوگندنامه‌ی "5 میلیون برای تغییر"

-آستینم را برای 5 میلیون تغییر بالا می‌زنم.

-از همین امروز برای ایجاد تغییر در جهان وقت خواهم گذاشت.

-از همین امروز برای انجام کاری مشخص برای یک نفر مشخص وقت خواهم گذاشت.

-از همین امروز برای تقدیم قدری عشق و دلوایسی به جهان دور و برم وقت خواهم گذاشت.

-یک چیز از همین امروز.

-و هر روز!

-هیچ چیزی نیست که بیش از حد کوچک و بی‌ارزش باشد. هیچ چیزی نیست که بیش از حد بزرگ باشد.

-مهم این است که فقط آستین بالا بزنیم.

-از همین امروز وقت خواهم گذاشت- که عمل کنم - که بیافرینم

که تغییر دهم!

101 راهی که جوانان می‌توانند جهان را دگرگون کنند

1) عضو باشگاهی یا کلوبی هستی؟

اعضای باشگاه را تشویق کن که پروژه‌های انتخاب کنند تا تاثیری بر مردم منطقه‌تان یا بر روی زندگی‌ی یک نفر داشته‌باشد. مثلاً یک باشگاه رباتیک، برای کودکی که از صندلی‌ی چرخدار استفاده می‌کرد و از بازوهایش نمی‌توانست استفاده کند، دستگاهی ویژه طراحی کرد تا بتواند با سگش "توپ رو بیار" بازی کند.

2) به یک بانک خوراک یا انبار خوراک در شهرتان کمک کنید.

آدم‌های زیادی وجود دارند که به یک وعده غذای گرم یا قدری خواروبار محتاجند و احتمالاً شما هم چندین سازمان در منطقه‌تان دارید که برای این جور افراد خوراک یا خوارو بار تهیه می‌کنند. به کتاب فهرست تلفن‌های خودتان نگاه کنید، یا از معلم یا رهبر مذهبی‌تان بخواهید به شما پیش‌نهاد دهند. با چند نفر از دوستان‌تان (یا با بچه‌های باشگاهتان یا گروه جوانان محله‌تان) داوطلب شوید و چند ساعتی برای پخش غذا یا تمیز کردن میزها وقت بگذارید. به کار بسته‌بندی خوارو بار کمک کنید، یا آن‌ها را به ماشین‌ها حمل کنید. حواس‌تان باشد که به مردم لبخند بزنید و با آنان حرف بزنید. همه‌شان آرزو و نیازهایی دارند مثل خود شما. اصلاً ممکن است یکی دو نفر دوست پیدا کنید.

3) به رایگان از بچه‌ها نگهداری کنید.

گاهی وقت‌ها بزرگسالان مجبور می‌شوید بچه‌های‌شان را به جاهایی ببرند که قرار است کار و کاسبی‌شان را انجام دهند، چون توانایی گرفتن پرستار بچه را ندارند. خلاق باشید و از دیگران پرس و جو کنید شاید گروهی از دوستان‌تان یا باشگاهتان یا گروه جوانان محله‌تان بتوانند در موقعی که پدرمادرها با معلم‌ها جلسه دارند، کودکان‌شان را نگهداری کنند. شاید یک مرکز مشاوره‌ی ارزان‌قیمت بخواهد از کسی استفاده کند تا از کودکان مراجعان‌شان نگهداری کند. شاید گروهی از دوستانِ پدرمادرهای‌تان دوست داشته‌باشند سینمایی رفته یا برای شام بیرون بروند.

4) مربی باش.

نوجوانان بزرگتر می‌توانند با "برادران بزرگ-خواهران بزرگ"، YMCA¹، یا مدارس ابتدایی محلی تماس بگیرند تا خبری از نیاز به مربی بگیرند. نشست‌ها می‌توانند در مدرسه برگزار شوند. در کلاس درس، کتابخانه‌ی مدرسه، اتاق کامپیوتر مدرسه، یا هر محل مشخص دیگری، مربی‌گری. مدرسه‌ای برنامه‌ای از جنس تدریس خصوصی نیست. دقیقاً دوست بودن با کودکی است که نیازمند دوست است. آمارها نشان می‌دهند کودکانی که مربی تک-به-تک در مدرسه دارند:

- 58 درصد، عمل‌کرد مدرسه‌ای‌شان بهتر شد.
- 65 درصد، اعتماد به نفس بیشتری نشان دادند.
- 55 درصدشان، رویه‌ی بهتری در برابر مدرسه نشان دادند.

¹ - انجمن مسیحی مردان جوان. تاسیس در 1844 در لندن، اکنون سازمانی ملی و جهانی است که فارغ از مذهب، زبان، نژاد و جنسیت به فعالیت‌های عام‌المنفعه در میان جوانان می‌پردازد. نهاد‌های مستقل هر کشور، در کنگره‌ی جهانی آن دارای حق رای برابر هستند. (م.)

5 برنامه‌ای را شروع کنید تا در مدرسه، باشگاه یا منطقه‌تان به خانواده‌ها کمک کنید.

اگر کسی را نمی‌شناسید، به یک مرکز محله‌ای، مکان مذهبی، پناهگاه بی‌خانمان‌ها، و غیره تلفن بزنید و بپرسید آیا خبری از خانواری دارند که نیازمند کمک باشند. فهرستی از مهم‌ترین موارد مورد نیاز تهیه کنید. بعد، آن‌ها را یا در خانه گردآوری کنید، یا از دوستان و اعضای خانه بخواهید به آنان کمک کنند. اگر لازم می‌بینید چیزی خریده‌شود، ماشینی را بشورید یا برنامه‌ی دیگری برای گردآوری پول اجرا کنید. اگر شغلی دارید که در آخر انعام هم ممکن است بگیرید، انعام‌ها را به‌عنوان کمک بدهید. همین‌که شروع کنید، ممکن است بتوانید خانواده‌های بیشتری را به فهرست اضافه کنید.

6 موسیقی یا نمایش دوست داری؟

چرا در یک مدرسه‌ی ابتدایی، YMCA یا مرکز محله‌ای داوطلب نمی‌شوی، و نمایش خنده‌دار یا نمایش ترانه‌ای راه نمی‌اندازی؟ می‌توانی از سایر نوجوانان فهرستی تهیه کنی و آن نمایش‌ها را برای کودکان اجرا کنی، یا از این هم بهتر، به خود کودکان نقش‌هایی بدهی و با آنان در طول تمام طول سال کار کنی. وقتی برای اجرا آماده‌شدند، ترتیبی بده که اجرا در سالن سخنرانی مدرسه (در مرکز محلی یا در YMCA) به اجرا درآید. از سایر کلاس‌ها و پدرمادرها (و پدرمادربزرگ‌ها!) دعوت کنید. با این کارها می‌توانید هنرمندان آینده را با "سرگرمی ی صرف" پرورش دهید.

زندگی‌ای که طبیعت به ما می‌دهد کوتاه است، اما خاطره‌ی یک زندگی خوب ابدی است.

سی سه رون

7 منطقه‌تان با جنگ روپرو بوده‌است؟

تشکیل همایشی را با عنوان "به یاد خواهیم داشت"، در یک شب به عهده بگیر که در محلی عمومی (که می‌تواند در هوای خوب حتی در یک پارک هم باشد) از مردم بخواه شمع و کبریت برای مراسم پایانی آن شب بیاورند. از مردم دعوت کن که صحبت کنند: از شهردار، رئیس مدرسه، مقامات شهری، خانواده‌های رزمندگان. آدم‌هایی را پیدا کنید که می‌توانند آواز بخوانند و یا تشویق شان کنید که به تنهایی بخوانند یا گروهی. می‌توانید حتی آنان را طوری مدیریت کنید که بعضی از ترانه‌های مشهور را بخوانند. در این چنین فضای احساسی‌ای، شاید بهترین فرصت برای امدادن به سخنرانی افرادی است که از پیش با آنان برای این‌کار قرار گذاشته‌اید. می‌توانید از کسی بخواهید که شعری یا متنی ویژه‌ی این مراسم بنویسد و برای مردم بخواند. می‌توانید برنامه را با درخواست از مردم برای روشن کردن شمع‌ها و رعایت 2 تا 3 دقیقه سکوت به احترام قربانیان جنگ پایان دهید.

8 در فرآیند دموکراتیک مشارکت کن...

و دست دوستانت را هم بگیر! صدایت را به گوش دیگران برسان! بگذار شنیده‌شوی! می‌توانی تغییری بیافرینی، سنّات مهمّ نیست. مدرسه‌ات را، باشگاه‌هایت را، یا پدر-مادرت را تشویق کن یاری‌ات کنند که از کتابخانه‌ی اینترنتی‌ی

گسترده‌ی بنیاد حقوق شهروندی در قانون اساسی استفاده کنی. در بخش ابرزار و شگردهای ششان www.crf-usa.org/acts_ch6.htm) گنجینه ای از همه چیز خواهید دید، از "فوت و فن‌های اولیه‌ی ترغیب کردن تا سخن‌گویی در جمع، تا تهیه‌ی جزوه، اطلاعیه، و اوراق چاپی و اعلامیه تا "نامه‌نویسی"، تا نامه به سردبیر، نامه به مقامات، کارزار های نامه نویسی، طومار نویسی، نفوذ و اعمال نظر در مقامات و نمایندگان (لابی کردن)، تولید گزارش خبری، و خیلی خیلی کار های دیگر! مراحل اولیه‌ی تهیه‌ی اطلاعات، شامل گردآوری آمار در مورد مردم منطقه‌ی خود و نحوه‌ی فهم و کاربرد این آمارها به منظور تاثیرگذاری بر مردم منطقه و تغییر آن است. از قدرت کلامات استفاده کن تا بر قانونی نفوذ کنی که به شکل مستقیم بر زندگیات اثر می‌گذارد.

9) دوست دارید کتاب بخوانید؟

داوطلب شو که در مدرسه‌ای یا کتابخانه‌ای عمومی برای کودکان با صدای بلند کتاب بخوانی. در صورتی که فضا اجازه می‌دهد می‌توانی بچه‌ها را یا چندتایی از آنان را تشویق کنی تا آنچه را که می‌خوانی، بصورت نمایش اجرا کنند. در موقع خواندن، از ایما و اشاره و اجرای نمایش استفاده کن، که بچه‌ها عاشق آنند! اگر دوستی داری که هنرمند است، از او دعوت کن بیاید و روی تخته‌ی نقاشی، داستانی را که می‌خوانی، به تصویر بکشد.

10) گروهی از دوستانت را جمع کن و به پروژه‌ی ساختمانی "مسکن برای انسانیت" کمک کن.

بعضی وقت‌ها می‌توانی دیوارها را تخریب کنی، و در مواقع دیگر می‌توانی به ساختن‌شان کمک کنی. برای همه پروژه‌ای وجود دارد، فارغ از هر مهارت‌ب که داشته باشی، با اصلاً نداشته باشی! به سایت‌شان برو و پروژه‌های محلی در منطقه‌ات پیدا کن (habitat.org/cd/local). در جریان کار یک عالمه کیک خواهی کرد، تازه ممکن است مهارت‌های تازه‌ای هم یاد بگیری و دوستان تازه‌ای هم پیدا کنی - این همه در کنار کمکی است به فرد نیازمندی که بدون آن نمی‌توانست آشیان آبرومندانه‌ای برای خود داشته باشد.

11) بچه‌های بستری را کمی دلخوش کن.

بیمارستانی در نزدیکی‌ات هست؟ ممکن است حتی مرکز دیالیزی هم باشد؟ بیشتر وقت‌ها این جاها کمی کسالت بارند و نیاز به قدری نشاط دارند! با بخش کودکان، با بخش سرطان خون تماس بگیر، با آزمایشگاه‌ها، مرکز دیالیز و همه‌ی جاهایی که دوست داری اتاق‌های‌شان را با نشاط کنی تماس بگیر. می‌توانی فیلم‌ها و کارهای هنری شاد و پررنگ و پر تحرک ارائه بدهی (یک دستگاه DVD هم لازم است). می‌توانی بسته‌های بهداشتی خودمراقبتی کوچکی تهیه کنی و به آنان بدهی. بچه‌ها (و شاید هم بزرگسالان) واقعاً از آبنبات‌های ترش در موقع شیمی درمانی خوش‌شان می‌آید تا بتوانند رنج و تلخی آن را از یاد ببرند.

12) وب‌سایتی از سوی نوجوانان برای خود نوجوانان راه بیانداز.

در این سایت برای نوجوانان اطلاعات و پشتیبانی ارائه بده. از یک نهاد خدمات اجتماعی، یا حتی از مدرسه‌ات بخواه که میزبان سایت شوند. اتاق گفتگویی (اتاق چت) درست کن، اما یک نفر بزرگسال در ساعات پرتراфик اتاق گفتگو، دم دست داشته‌باش تا بتواند به پرسش‌هایی که نمی‌توانی پاسخ بدهی، پاسخ دهد. فهرستی از نهادهای خدمات اجتماعی در اختیار داشته‌باش تا بتوانی به‌عنوان نهادهای ارجاع به کودکان مشکل‌دار معرفی کنی. معماً و پرسش و جدول در سایت بگذار. سایت‌ات را تبدیل به محلی کن که نوجوانان دیگر بخواهند مرتب به آنجا بیایند تا منابع اطلاعاتی مثبت،

سازنده، مشوق و پشتیبان بدست آورند. ممکن است بخواهی شماره تلفن اضطراری ای داشته باشی که بچه ها به کسی بدهند که دچار مشکل شده و نیازمند کمک حرفه‌ای مشاوره و یاری رسانی است.

13) کارزار سوپ و غلات راه بیانداز.

می‌دانی که می‌توانی بر چسب‌های سوپ کمبل و سر قوطی‌های جنرال میلر را برای گرفتن امتیاز جمع کنی تا برای مدرسه‌ات چیزهایی بخری؟ مدرسه می‌تواند چیزهایی مثل کتاب برای کتابخانه، لوازم مصرفی، هنری، و پروژکتور اُورهد بخرد. چرا تمامی شاگردان، معلمان، کارکنان و خانواده‌های‌شان را به کارزار دعوت نمی‌کنی؟ حتی می‌توانی یک خودروی ون در برابر یک میلیون برچسب بگیری. نگذار این همه آدم، این همه برچسب و سر قوطی را دور بیاندازند! کارزارت را همین امروز شروع کن.

14) معلم خصوصی پس از مدرسه برای شاگردی ابتدایی باش.

داوطلب شو چند ساعتی در هفته (یا در ماه) پس از مدرسه به کودکی کمسن و سال‌تر از خودت کمک کنی که خواندن یادبگیرد، ریاضی کار کند یا با کامپیوتر کار کند. این که ببینی "نوری ادامه می‌یابد"، بسیار عالی است، وقتی که کسی که درسش می‌دهی در آخر کار مطلب را بگیرد.

15) از ورزش هوای باز خوشت می‌آید؟

کمی جستجو کن و ببین آیا در منطقه‌ات مرکز آموزشی، هوای بازی وجود دارد. بیشتر وقت‌ها این جور جاها به افرادی که نیازهای خاص دارند کمک می‌کنند و تقریباً همیشه به داوطلبانی نیازمندند که بتوانند کمکی برسانند. چه چیزی بهتر است از این که کسی دیگر را کمک کنی تا لذت اسکی کردن یا اسب‌سواری و غیره را تجربه کند؟

16) کارزاری برای بالاپوش کودکان راه بیانداز.

شوربختانه هزاران کودک وجود دارند که برای زمستان، بالاپوش گرم ندارند. به مدرسه‌ی ابتدایی، محله زنگ بزن و بپرس که آیا می‌توانند از کت‌هایی که برای دانش‌آموزان‌شان می‌دهید استفاده کنند. بعد از آن به سراغ همسایه‌ها، دوستان، و غیره برای جمع‌آوری کت‌های اهدایی "دست دوم نو" برو (همه-اندازه برای دانش‌آموزان ابتدایی) و سپس آن‌ها را به مدرسه‌های ابتدایی محله تحویل بده. اگر تعداد هدایا کم بود، می‌توانی به فروشگاه‌های ارزان‌فروشی محلی بروی و تعدادی کت با پایین‌ترین قیمت بخری (و در صورتی که جریان را به آن‌ها بگویی، ممکن است خود این فروشگاه‌ها تعدادی کت هدیه دهند). کت‌ها را تمیز کن و بعد به مدارس تحویل بده. با این کار، تو، تعدادی کودک امسال زمستان بسیار شادی خواهند شد.

هر قدر خودت را در چیزی بزرگتر از خودت غرق کنی، همان قدر هم انرژی بدست آمدهات بیشتر خواهد شد.

"نورمن ونسان پیل"

17) برنامه‌ی یاری‌رسانی دانش‌آموزی‌ای به‌نام "فقط برای تو" در مدرسه‌ات راه بیانداز.

داستان از این قرار است که بسیاری از دانش‌آموزان نمی‌توانند کتاب بخرند (بخصوص کتاب‌های گران‌قیمت‌آزمون پیشرفته‌ی تشخیص سطح)، نمی‌توانند کارت اتوبوس، ماشین حساب ریاضی و غیره بخرند. می‌توانی ماشین‌شوری کنی، هدیه بپذیری، نان و غذای پخته بفروشی، درخواست هدیه‌ی مواد سوپرمارکتی کنی و کارهایی از این قبیل. از یکی از مشاوران، کارکنان دفتری، یا معلمان بخواه که کارهای اداری صندوق "فقط برای تو" را به عهده بگیرند.

18) آیا برای منطقه‌تان، در سایت "بنیاد آرزویی کن" بخش ویژه‌ای دارید؟

آنان همیشه منتظر داوطلب‌اند. می‌توانید داوطلب کمک به گردآوری هدایا، کار در فتر، یا در کمیته‌ای شوید. آیا دستگاهی الکترونیکی، DVD و چیزهایی مثل این‌ها را دارید که استفاده نمی‌کنی – که حتی بازیشان هم نکرده‌ای؟ می‌توانی آن‌ها را هدیه کنی. حتی می‌توانی "برآوردن آرزویی" را به عهده بگیری. شاید آرزویی در میان آن همه آرزو ببینی که قلبات را به لرزه درآورد. گروهی از دوستان را جمع کن و شروع کن به جمع کردن هدایا برای کمک به برآوردن رویایی برای کودکی که در شرایط پزشکی. تهدیدکننده‌ای قرار دارد.

19) آیا به زبان دوم یا سوم می‌توانی حرف بزنی یا بنویسی؟

سازمان‌های بسیاری وجود دارند که از کمک شما در ترجمه‌ی مدارک و نوشته‌ها، وبسایت‌ها و مصاحبه با مردم می‌توانند استفاده کنند. از همایش-خانه‌ی محله‌تان یا مرکز پذیرش داوطلبان در این مورد بخواه که جایی را به تو معرفی کنند تا کمکی به‌آنان برسانی. در ضمن می‌توانی با مدرسه‌های محلی‌ات تماس بگیری و ببینی که آیا می‌شود دانش‌آموزانی را که خواهان یادگیری زبان تو (یا زبان‌هایت) هستند، درس بدهی یا کمکشان کنی انگلیسی را بهتر بهتر بفهمند.

20) آیا در منطقه‌تان مرکزی برای بازداشت نوجوانان وجود دارد؟

چرا با آنجا تماس نمی‌گیری تا ببینی کاری هست برای بچه‌های زندانی بکنی؟ این کار می‌تواند گردآوری کتاب‌های جلد نرم، لوح‌های DVD، CD، و/یا مجلات دست دوم تر و تمیز و هدیه‌ی آن‌ها به مرکز باشد. شاید بتوانی یک گروه دوست‌یابی درست کنی. یا داوطلب عضویت در هیئتی شوی که با متهمین نوجوان و قیم‌هایشان نشست می‌گذارند تا پیامدهای این وضع را برای نوجوانان‌شان تعیین کنند. در این هیئت، شما هم حق ارائه‌ی گزینه‌هایی به نوجوانان و قیم‌هایشان دارید تا کمکشان کنید که مسئولیت اقدام‌هایشان را بپذیرند و برای جامعه و قربانیان خلاف‌کاری‌های آنان، قابلیت حساب‌کشی بوجود بیاید.

21) پژوهشی کوچک انجام بده و مشخص کن که آیا در محله‌تان برنامه‌ی ورزش‌های معلولین وجود دارد.

با این کارتان یک عالمه ورزشکار عالی پیدا می‌کنی که زندانی، صندلی چرخ‌دار هستند. کسانی که هنوز فعال‌اند و بسیار اهل رقابت. بعضی از گروه‌های ورزشی معلولین، علاوه بر بسکتبال، اهل راگبی، هاکی، تنیس و سافت‌بال نیز هستند. چند تا از دوستانت را دور هم جمع کن و یک مسابقه با آنان راه بیانداز. ممکن است تعجب کنی که چه کسی می‌برد!

22) قدری شادی به خانه‌ی سال‌مندان هدیه کن.

همه‌ی ساکنان خانه‌های سال‌مندان یک جور نیستند. آن‌ها از سال‌مندان فعال تا افراد زمین‌گیر می‌توانند باشند. اما همه‌شان نیازهای همسانی دارند. این که بدانند کسی دیگر، دل‌نگران‌شان است. بسیار خوب! پس چرا میهمانی و جشنی برای چند تایی از این آدم‌ها در یکی از این خانه‌ها برگزار نمی‌کنی؟ این جشن تو می‌تواند فقط با آوردن چندتایی بادکنک و دیدار از آنان به همراه عده‌ای از مردم انجام شود. (نگران نباش که در این بازدید چه بگویی بیشتر اهالی این خانه‌ها، فقط با هم‌سخنی، خشک و خالی هم می‌توانند شاد شوند!) در عین حال جشن تو می‌تواند به اندازه‌ی اجرای "نمایشی" برای آنان مفصل باشد. اگر دوستانی داشته‌باشی که اهل موسیقی و آواز باشند، با ورق شعبده بازی کنند، شعر خوانی یا قصه‌خوانی کنند یا قصه‌گو هستند - برنامه‌ی ای درست کن و یک سری آدم نیازمند را خوش‌حال کن! سال‌مندان مدت‌ها از این ماجرا با هم گپ و گفت خواهند داشت.

23) ماشین شوری. رایگان راه بیانداز.

می‌توانی این کار را به شکل‌های مختلف انجام بدهی.

- x هدیه پذیر - یادت نرود که بگویی قرار است این پول به مصرف چه کاری برسد!
- x مردم را شگفت‌زده کن و کار را رایگان انجام بده - بی‌مزد و منت.
- x برگه‌های کمک مالی چاپ کن و پیش از وقت از مردم بخواه برای هر ماشین یا هر 5 تا ماشین یا هر چند تا ماشینی که دوستانت به رایگان می‌شورند، هر کسی نیم دلار یا یک دلار (یا هر چند دلار) به عهده بگیرد (صاحب ماشین پولی نمی‌پردازد).
- x پیش از وقت با مردم تماس بگیر و قرار بگذار به خانه‌شان بروی و ماشین‌شان را بشوری.
- x مدیر و معلمان، شهردار و رهبران دینی و غیره را شگفت‌زده کن و به محل کارشان برو و رایگان ماشین‌شان را بشور (پیش از وقت با مقام بالاتر هماهنگ کن).

24) شیشه جلوی ماشین‌ها را به رایگان بشور.

می‌توانی افرادی را که در حال خریدند، با شستن شیشه جلوی ماشین‌شان شگفت‌زده کنی. اعلامیه‌ای زیر برف‌پاک‌شان بگذار و به آنان بگو که چه کارب انجام داده‌ای و رای‌شان آرزوی روزی خوش کن و از آنان بخواه که این نیکی را به دیگران "رد" کنند. اعلامیه می‌تواند این‌طوری نوشته‌شود: وقتی که داشتید خرید می‌کردید، شیشه‌ی ماشین‌تان را شستیم. امیدواریم روز عالی‌ای داشته‌باشید. لطفاً این میکی را به دیگران "رد" کنید! (این که پیش‌تر با مدیریت مرکز فروش هماهنگ کنید و اجازه بگیرید، فکر خوبی است.)

من تربیت شدم تا آنچه باشم که دیگری از من می‌خواهد، تربیت شدم که به آن "بودن" حساس باشم و همان‌گونه بمانم.

مدت‌ها طول کشید تا یاد گرفتم که خودم را با چشم دیگران قضاوت نکنم.

سالی فیلد

25) نسخه‌ای از کتاب رایگان اینترنتی‌مان را تهیه کن.

که به نام 101 راه برای پشتیبانی از پرسونل نظامی‌مان، در آدرس TogetherWeCanChangeTHEworldPublishing.com قرار دارد و راهی را انتخاب کن که پرسنل نظامی‌مان (یا خانواده‌های‌شان) بتوانند از پشتیبانی و دل‌نگرانی تو در موردشان با خبر شوند. چه موافق خط مشی فعلی باشی یا نباشی، این آدم‌ها خانواده و دوستان‌شان را ترک کرده‌اند و زندگی خود را به ارتش سپرده‌اند. سن بعضی‌های‌شان از تو خیلی بیشتر نیست!

26) بانی برنامه‌ی اهدای خون بشو.

با صلیب سرخ محلی‌تان تماس بگیر و ببین چگونه می‌توانی برنامه‌ای برای اهدای خون راه بیاندازی. آنان از شروع تا پایان کار به تو کمک خواهند کرد، از برنامه‌ریزی و طراحی تا خود روز اهدای خون. رسانه‌ها را دعوت کن (روزنامه‌ها، و ایستگاه‌های رادیویی را)، تا به شما ببینند. اگر گروهی دانش‌آموز یا جوان هستی - گروه مشابهی را به این تلاش دعوت کن و ببین کدام یک از گروه‌ها خون‌اهدایی بیشتری دریافت می‌کند. با یک پیتر فروشی تماس بگیر و ببین حاضرند که به گروه برنده به عنوان هدیه شامی بدهند.

27) آیا شما و بعضی از دوستان‌تان "خدای کامپیوتر" هستید؟

پیشنهاد بده که در کلاس رایگانی در انجمن مسیحی جوانان (YMCA)، در کلیسایی، مدرسه‌تان، خانه‌ی سال‌مندان، یا تالار همایش شهر درس بدهی. افراد زیادی وجود دارند که دوست دارند از کامپیوتر سر در آورند، اما یا پول کافی برای کلاس ندارند و یا خجالت می‌کشند از این که کسی بداند آنان نمی‌دانند از کامپیوتر چگونه کنند. تا جایی که می‌توانی عجله نکن و نفر به نفر درس بده. این کار را برای همه‌ی سنین بکن - از کودکان تا بزرگسالان.

28) سرویسی رایگان برای "تحویل گل" سازمان بدهید. ببین می‌توانید گل‌فروشی یا سوپرمارکتی را پیدا کنید که حاضر باشد چندین دسته گل میخک (یا سایر گل‌های ارزان فصل) را اهدا کند و آن‌ها را به یک مرکز مراقبتی محلی بفرستد. پیش‌تر با آن مرکز هماهنگ کنید و به هر نفر در آنجا یک شاخه گل تقدیم کنید. یا این‌که شاید بتوانید چند شاخه از

آن‌ها را در گلدان‌های کوچکی بر روی میزهای سالن غذاخوری بگذارید (هر بار از گلدان‌های یکسانی استفاده کنید). چیزهای کوچکی مثل این‌ها، برای امثال کسانی که نمی‌توانند بیرون بروند و گردش کنند، ارزش بسیار زیادی دارد! ماهی یکبار برایشان گل ببر. همین‌ها کم‌کم عادت می‌کنند منتظرت بمانند!

29) دوست داری بچه نگهداری؟

برای شیرخوارگاه بیمارستان محلی‌تان کمی وقت بگذار. بسیاری از بیمارستان‌ها خوشحال می‌شوند داوطلب‌هایی داشته‌باشند که بیابند و حتی فقط بچه‌ها را بغل کنند و تکان‌شان دهند. یا ممکن است برنامه‌هایی برای مادران محله‌تان وجود داشته‌باشد، که از بچه‌داری شما به‌خوبی پیش‌باز کنند.

30) عکاسی‌تان خوب است؟

خودتان را به سازمان‌هایی که نیازمند شناخته‌شدن و معرفی به مردم‌اند، اما توان مالی‌ی استفاده عکاس حرفه‌ای ندارند پیش‌نهاد دهید. این سازمان می‌تواند یک بانک خوراک، یک پناهگاه بی‌سرپناهان، انجمنی بشردوستانه و غیره باشد.

31) در پناهگاه محلی حیوانات درمانده داوطلب شوید.

بسیاری از گروه‌های نجات حیوانات توان مالی کمی دارند و بشدت قدردان هرگونه کمکی هستند که به آنان داده‌شود. کمک‌ها را می‌توانند به شکل‌های مختلفی استفاده کنند: تمیزکردن قفس‌ها، خوراک دادن حیوانات، جواب‌دادن به تلفن، انجام کارهای کامپیوتری و غیره.

32) در تصحیح برگه‌های امتحانی به معلمان مدارس ابتدایی کمک کنید.

با معلمان ابتدایی محله‌تان تماس بگیرید و بپرسید آیا نیازی به تصحیح اوراق امتحانی بچه‌ها دارند. می‌توانید پیشنهاد کنید که در خود مدرسه این کار را انجام دهید. شاید معلم‌ها به کمک‌تان در آراستن کلاس‌های درس یا مرتب‌کردن قفسه‌ها یا کمدهای مراجع نیازمند باشند. شاید پس از ساعات درسی، کامپیوتر در اختیار دانش‌آموزان باشد و بتوانید آنان را در یادگیری این مهارت کمک کنید. ممکن است برنامه‌ی پس‌آمدرسه‌ای وجود داشته‌باشد که بتوانید در آن برنامه، با کودکان ورزش منظم کنید، یا ناظر بازی‌های زمین بازی باشید.

آنچه که مردم پسند است، همیشه درست نیست. و آنچه که درست

است همیشه مردم پسند نیست.

33) با اسب‌سواری آشنا هستی؟

سازمان‌هایی برای اسب درمانی وجود دارد که نیازمند داوطلب کمک به کار اسب‌ها هستند. بعضی وقت‌ها داوطلبان همراه اسبی که کودک معلولی بر آن سوار است راه می‌روند. در موارد دیگر اسب‌ها نیازمند تغذیه‌اند، نیازمند آبدادن، تیمار و قشو یا تمیزشدن طولی‌شان هستند. جایی که حیوانی باشد، همیشه کاری برای انجام‌دادن هست!

34) برنامه‌ای برای گردآوری و توزیع عروسک پوشالی حیوانات راه بیانداز.

می‌توانی از مردم حیوانات پوشالی نو یا دست دوم نو درخواست کنی. اگر عروسک‌های دست دوم نو گرفتی، لازم است آن‌ها را بشوری و روی طناب خشک کنی (آن‌ها را نباید با خشک کن، خشک کنی). آن‌ها را به اداره آتش‌نشانی یا پلیس اهدا کن (قبلاً با آنان تماس بگیر تا ببینی آیا عروسک‌ها را می‌پذیرند یا نه -بخصوص دست دوم‌ها را). یا ممکن است پناهگاه بی‌خانمان‌های منطقه‌تان، مراکز بازتوانی و بازپروری و غیره؛ ممکن است دوست داشته‌باشند از این عروسک‌ها برای کودکان افرادی که زیر نظرشان‌اند، استفاده کنند.

35) داوطلب شوید که به نتاثر شهرتان کمک کنید.

نتاثرهای شهر همیشه به کمک احتیاج دارند. شاید تو و بعضی از دوستان بتوانید در ساختن دکورها و رنگکاری‌شان کمک کنید، یا این‌که یاد بگیرید سیستم روشنایی و صدا را راه‌ببازید، یا در برنامه‌های تهیه و توزیع بروشور و غیره شرکت کنید -چه کسی می‌داند ممکن است حتی نقشی جزئی و بدون کلام هم در یکی از نمایش‌هایشان به عهده‌ات گذاشته شود.

36) جان یک نفر را نجات بده، جماعتی را نجات بده، مرغ یا گوسفندی برای نیازمندان بفرست!

از Heifer International (www.HeiferInternational.org) چیزی به گوسه‌خورد خورده است؟ این راه بسیار خلاقانه‌ای است برای پایان‌دادن به گرسنگی و فقر و دل‌نگرانی برای زمین در جوامع سراسر جهان. هایفر بین‌المللی بجای فرستادن پول، دامی را می‌فرستد و به تحویل‌گیرنده‌ی حیوان در مورد نحوه‌ی مراقبت از آن آموزش می‌دهد. شخص قول می‌دهد که از دام خود مراقبت کند و بچه‌ی بدنیا آمده‌ی حیوان را به شخص نیازمند دیگری تحویل دهد. قولی دیگر هم می‌دهند که: دانش، منابع، و مهارت‌های خود را در اختیار آن افراد قرار دهند. با هایفر بین‌المللی تماس بگیر تا به تو بگویند برای کمک به آن‌ها چگونه پول جمع کنی و چه نوع حیوانی بفرستی. به این آدرس برو تا ببینی چه چیزی می‌توانید بفرستی: www.heifer.org/site/c.edjRKQNiFiG/b.2o4585

37) کارورز شو. اگر فکر می‌کنی علاقمند به کار در دنیای سازمان‌های غیر انتفاعی (NPOها) هستی -نام دیگرشان

سازمان‌های غیر دولتی (NGOها) یا سازمان‌های مردم‌نهاد (سَمَن) است - یا دوست داری در سازمان‌های جماعت‌محور (CBOها) کار کنی، یادت باشد که در طی تعطیلات تابستانی بعنوان کارورز (داوطلب) خدمت کنی. نمونه‌ی این سازمان‌ها این‌ها هستند: موزه‌ها، گروه‌های حقوق بشری، معابد ادیان، پناهگاه بی‌خانمان‌ها، گروه‌های حفاظت و حمایت از حیوانات، گروه‌های محیط زیستی، و غیره. این‌ها افرادی‌اند که باهم کار می‌کنند تا به جماعات محلی و یا جهانی خدمت کنند. هدف NPO پول‌سازی نیست (آنها "ناسودبر" هستند)، بلکه می‌خواهد به جماعتش کمک کنند. آنان معمولاً از پشتیبانی مالی‌ی هدایای مردم، شرکت‌ها و موسسات اقتصادی، و بنیادهای مختلف دیگر استفاده می‌کنند. شاید شما هم پیش از این، علاقمند به یاری‌رسانی به حیوانات، محیط زیست، افراد کم‌درآمد یا بی‌خانمان و غیره بوده‌ای. می‌توانی با مشاوران مدرسه‌ات، رهبر دینی‌ات، یا بزرگتر قابل اعتماد خودت مشورت کنی تا سازمانی را پیدا کنی که با آن چه می‌کنی، می‌تواند تو را هیجان‌زده کند. در اینترنت جستجو کن - اما در مورد تماس با آن کسی که در اینترنت پیدا می‌کنی، احتیاط کن. پیش از هر کاری، از افراد مطمئن کمک بگیر تا مطمئن شوی سازمانی که پیدا کرده‌ای، سازمانی است خوش‌نام و آبرومند، سازمانی که هر آنچه می‌گوید، همان را هم انجام می‌دهد.

38) جشن تولدی راه بیانداز، اما بجای گرفتن هدیه، از مردم بخواه به سازمان خیریه یا آرمان محبوب تو، کمک مالی

کنند. از این هم بهتر، دوستانی را که در یک ماه سال متولد شده‌اند جمع کن، و جشن تولد گروهی راه بیانداز و ببین چقدر می‌توانی پول جور کنی! همه‌ی بچه‌های هم سال مدرسه‌ات را دعوت کن به تو بیوندند! کسی را می‌شناسی که از

بیماری کشنده‌ای رنج می‌برد؟ پولی را که جمع می‌شود به سازمانی اهدا کن که به آن نوع بیماران کمک می‌کنند یا در مورد آن بیماری پژوهش می‌کنند. شاید بخواهی به حیوانات رها شده کمک کنی - می‌توانی پول را به انجمن بشردوستانه‌ی محلی خودت تقدیم کنی. شاید در مورد حفظ محیط زیست پرشور باشی - پس "پول هدیه‌ات" را به گروهی مثل کلوپ سی‌ی‌سی (sierra club) هدیه کن.

کسی که پس از سقوط، دوباره اوج می‌گیرد، توانمندتر از کسی است که هیچ وقت شکستی نخورده‌است.

"جولیه ت مارتین"

39) در محله یا شهرتان آیا دیوار-نوشت‌های بسیاری وجود دارد؟ با دوستانت گروهی درست کن و تمیزشان کن. خیلی از مواقع اداره‌ی پلیس منطقه بسته به نیازتان، رنگ و مواد پاک‌کننده‌ی خاص این کار را به شما می‌دهد. بیش از هر کاری بر روی دیوارها و ساختمان‌ها، مطمئن شوید که از مالک آن‌ها اجازه گرفته باشید.

40) تریبونی برای حرف‌های جوانان راه بیانداز.

از شورای شهرتان، تالار همایش شهرتان، از انجمن جهانی مسیحی جوانان، از مدرسه و از جاهای دیگر بخواهید که برای شما بانی این کار شوند. رهبران جماعات این جوانان، نیازمندند بدانند که جریان امور جامعه‌ی محلی، در چشم جوانان چگونه است (خوب یا بد؛ با نقاط قوت یا ضعف). این خود-بیانی جوانان می‌تواند به رهبران کمک کند تا به شکل متفاوتی به مسائل جامعه نگاه کنند، به بینش‌های تازه و به دیدگاه‌های سر زنده و شادابی برای برخورد با مسائل اجتماع دست پیدا کنند. مشتاق باشید که برای کمک به هر گونه تغییری که ایجاد می‌شود آستین بالا بزنید و با عمل، به کلامتان روحی بدمید.

41) کارزاری برای نامه‌نویسی به مقامات شهر/ایالت/مجلس ملی سازمان‌دهی کنید.

باز هم به سیاستمداران فرصت دهید تا بدانند شما دنیا را چگونه می‌بینید و چه می‌کشید. اما این بار فقط شکایت و گله نکنید - راه‌هایی سازنده، عملی و شدنی هم برای حل چالش‌هایی بدهید که مطرح می‌کنید.

42) نامه‌نویسی شکل نیرومندی برای ارتباط و گفت‌وگوست!

آیا در شهرتان کار و کسبی هست که نیاز به بازنگری در سیاست‌هایش داشته‌باشد یا آن‌قدر کارشان عالی است که می‌خواهی تحسین‌شان کنی؟ هر کدام باشد فرقی ندارد، از این مسئله باخبرشان کن. ترتیبی بده که با یک خروار نامه خبردار شوند. هر نامه‌ای بایستی دست‌نویس و امضاء شده‌باشد. می‌توانی مهمانی نامه‌نویسی راه بیاندازی! وقتی به مشکلی اشاره می‌کنی، راه‌حل‌های مثبت آن را هم ارائه بده

43) به سردبیر روزنامه‌ی محلی‌تان نامه بنویسید.

نظرهای‌تان به اندازه‌ی نظر بزرگسالان مهم و معتبرند. در واکنش به مسئله‌ای که در منطقه‌تان رخ داده (یا هنوز رخ نداده) از دیگران کمک بگیرید تا نامه‌ای بنویسید، مسئله‌ای که شما قویاً نسبت به آن حساسید. هر وقت این چنین نامه‌ای می‌نویسید، با نگاه مثبت و همدلانه بنویسید. راحل‌های ممکن برای آن مشکل را مطرح کنید، به جزئیات توجه کنید، دقیق باشید و از کلی‌گویی بپرهیزید. به مردم با توضیحات‌تان کمک کنید آن چیزی را ببینید که می‌بینید. اهانت‌آمیز و با لحن شاک‌ها برخورد نکنید. واقعیت‌ها و شواهد و آمار را بیان کن، نظرت را بیان کن، بعداً راحل‌ها را ارائه بده. آدم‌ها را به فکر کردن هدایت کن - اما دشمن نتراش - راه ارتباط و گفتگو را باز بگذار.

44) در محله‌ات یا شهرت جاهایی هست که نیاز به ترو تمیزشدن و شیک‌شدن داشته‌باشد؟ باشگاهی درست کن از دوستانت، گروه جوانان منطقه‌ات، یا از کلّ جماعت منطقه‌تان، که در 5شنبه‌ی اول هر ماه قدری پاک‌سازی، وجین، جمع‌آوری زباله، یا هر کاری که لازم باشد انجام دهید. حتماً پروژه‌ات را در تارنمای "روز - با هم می‌توانیم دنیا را تغییر دهیم (T-Day)!" ثبت کن! این کار رایگان است و آگهی‌ی مجانی هم به شما می‌دهد، که راه آسانی برای مردم بوجود می‌آورد تا شما را پیدا کنند - به پروژه‌تان ببینند! یا این‌که می‌توانید دنبال پروژه‌ای مشابه همین در منطقه‌تان بگردید تا به آن ببینید (TogetherWeCanChangeTheWorldDay.com)

45) یک "روز T-Day" برگزار کن.

برنامه این است که سایر باشگاه‌های مدرسه‌ای (یا کلاس‌ها، کلاس پایین‌تر در مقابل کلاس‌های بالاتر، یا حتی کلاس‌های ارشد در سایر مدارس و غیره) را به چالش بخوانی تا پروژه‌ای خدماتی در همان روز انجام دهند. تاثیر بزرگی بر روی اهالی‌ی منطقه‌ات بگذار! با ایستگاه رادیویی و روزنامه‌ی محلی‌ات تماس بگیر و به آنان فرصت بده تا از کارهایت باخبر شوند. ترتیبی بده تا همه‌ی بچه‌ها در یک جا همدیگر را ببینند (مثلاً در پارک شهر)، بعد گفت‌وگوی تشویقی راه ببانداز، از فرماندار یا شهردار بخواه که در این جلسه چیزی بگویند، و بعد آن به سراغ پروژه‌های موظف خودشان پخش شوند.

**مشکل در اهدافی که بر ای خودمان تعیین می‌کنیم نیست، اهدافی
آن قدر بالا که دستمان به آن‌ها نمی‌رسد. مشکل در این است که آن
اهداف را بسیار پایین در نظر می‌گیریم و به آن‌ها نیز می‌رسیم.**

"ناشناس"

46) مربی تیم ورزشی بیرون مدرسه‌ای یا تیم تابستانی برای بچه‌ها بشو.

همراه YMCA، مرکز داوطلبان منطقه، یا اداره‌ی تفریحات شهر پرس و جو کن که راه‌های ورود به این فعالیت را برایت مشخص کنند. تعداد انگشت‌شماری دوست را دور خود جمع کن و این فعالیت را به یک تلاش تیمی واقعی تبدیل کن. وقتی داری از انجام این کارها لذت می‌بری، در عین حال تاثیر عظیمی بر روی بچه‌های کم سن‌تر می‌گذاری.

والدین را تشویق کن که برای بعد از بازی‌ها تنقلات تهیه کنند. و کاری کن که هر بچه‌ای بدون توجه به سطح مهارتش حتماً وادار به بازی شود. خود همین فعالیت در درخواست کاریابی‌مان در آینده اهمیت زیادی خواهد داشت.

47) دوست داری جایی را تنظیم و دکور کنی؟ خوب چرا شرکت طراحی داخلی خودت را راه نمی‌اندازی و برای خانواده‌های کم درآمد دکوراسیون رایگان انجام نمی‌دهی؟ می‌توانی در بیشتر موارد از همان اجناسی استفاده کنی که پیش از این دارند و صرفاً آن‌ها را دوباره بچینی تا فضا کاملاً متفاوت شود. رنگ خیلی گران نیست، اما مطمئناً می‌تواند اتاق را بهتر نشان دهد! اگر دوستانی داری که بیرون کار کردن در بیرون را ترجیح می‌دهند، بگذار آنان قدری روی مناظر بیرون کار کنند!

48) می‌توانی داده‌های خام را به کامپیوتر وارد کنی، با دستگاه پلی‌کپی کار کنی، تایپ کنی یا کار بایگانی کنی؟ داوطلب کار در بیمارستان محلی، موزه، کتابخانه، YMCA، یا مدرسه ای ابتدایی خودت بشو. بیشتر سازمان‌های ناسودبر یک عالمه کار زمین‌مانده دارند و تقریباً همیشه می‌توانند داوطلبی پیدا کنند که آستینی بالا بزند و کاری بکند! این سازمان‌ها نیز نام‌نگاری هایی دارند - اغلب اوقات با هزاران نفر - و نیاز من کمک به پاکت‌نویسی و سازماندهی. نامه‌ها هستند. با آدم‌های کاملاً شگفت‌آوری برخورد خواهید کرد که حاضرند زندگی خود را برای کمک به دیگران ببخشند. و قصه‌های بسیار عجیبی برای تعریف کردن دارند! آنان هم می‌خواهند که قصه‌های شما را بشنوند.

49) به حیوانات وحشی علاقه داری؟ ممکن است پناهگاهی در منطقه تان وجود داشته‌باشد که نیاز مند کمک باشد. نگاه کنید و ببینید آیا می‌توانید در طول هفته یا در طی تابستان کار کنید. آنان به افرادی نیاز دارند که در گشت‌های دیدار از این حیوانات دستی بالا بزنند و کمک کنند و در مراقبت از آنان یاری‌رسان باشند. در ضمن این کار، چیزهایی در مورد قلمرو، زیست‌گاه و حفاظت از حیوان فرا خواهی گرفت، و برداشتی عمیق و یگانه را در مورد حیوانات و حریمشان در خواهید یافت.

50) آیا در نزدیکی‌تان پارک ملی یا ایالتی و استانی هست؟

این پارک‌ها همیشه به گونه‌های مختلف از داوطلبان برای یاری‌رسانی به انواع مختلف پروژه‌های شان نیاز دارند. نظرتان در مورد این کارها چیست؟

- × تعمیر و نگهداری مسیرهای دوچرخه‌سواری
- × پشتیبانی از برنامه‌ی بازسازی گیاهی پارک
- × خدمات‌رسانی به بازدیدکنندگان در مراکز بازدید پارک
- × کمک‌رسانی به کتابخانه‌ی پژوهشی. شان

برخی پروژه‌ها یک روز وقت می‌گیرند، سایر پروژه‌ها ممکن است تمام تابستان را پر کنند. از بعضی از زیباترین مناظر طبیعی کشورمان لذت ببر، مطالب زیادی یادگیر، و دوستان تازه‌ای پیدا کن!

51) می‌دانستی آمار ملی تعداد کودکان بی‌خانمان را بیش از 1.5 میلیون نفر گزارش می‌کند؟

و این که 500 هزار نفر از همین‌ها زیر 15 سال هستند - بعضی‌شان حتی سن‌شان به 9 سال هم می‌رسد! چرا چند تا پاکت ناهار کوله باری درست نکنی و همراه با حامیان مالی بزرگسال در خیابان‌ها راه نمی‌اقتی؟ ناهارها را به بچه‌هایی بده که با آنان برخورد می‌کنی. برای گپ‌زدن با آنان وقت بگذار. شاید بتوانی آنان را به سمت کمکی که نیاز

دارند، راهنمایی کنی. اما بیشتر از هر چیزی، با این کارت به آنان اطمینان می‌دهی که کسی به فکرشان هست. برایشان نگران است. به سایت " برای کودکان بپاخیز" (StandUpForKids) سر بزن و ببین که آیا گروهی از قبل وجود دارد که به این کار مشغول باشد، گروهی که بتوانی از آن آموزش و پشتیبانی بگیری. و با اداره پلیس شهرت تماس بگیر. بسیاری از این ادارات، واحدهای محلی‌ای دارند که می‌توانی در آن‌ها داوطلب کار شوی و از همین راه به این کودکان دسترسی پیدا کنی.

52) کارزاری برای گردآوری هدیه برای کودکان بی‌خانمان و کودکان خیابانی راه‌بیانداز.

انجمن "برای کودکان بپاخیز" همیشه نیازمند پوشاک، لوازم بهداشتی، خوراک و سایر منابع است تا آن‌ها را به بچه‌های خیابانی برساند. سایت شان (StandUpForKids) را نگاه کن تا اطلاعات بیشتری بگیری.

53) کارزار گردآوری کتاب راه‌بیانداز.

این روزها از کتابخانه‌ی مدرسه‌ات بازدید کرده‌ای؟ خیلی از این‌ها شدیداً به کتاب نیازمندند. چرا کارزار کتاب نو و کارکرده‌ی تمیز راه نمی‌اندازی و کتاب‌هایی را برای مدرسه و سایر سازمان‌هایی گرد نمی‌آوری که می‌توانند از آن‌ها استفاده کنند؟ در مورد جای نگهداری کتاب‌ها تصمیم‌گیری کن (مثلاً گاراژ، زیرزمین، یا اتاق اضافی یک نفر) و با کتابدار مدرسه‌ی ابتدایی تماس بگیر تا ببینی چه کتاب‌هایی لازم دارند. با همسایگان، باشگاه‌ها، عبادت‌گاه یا معبدتان تماس بگیر و موضوع را با آنان مطرح کن. مهلتی برای دریافت کتاب تعیین کن. یک گروه آدم لازم داری تا کتاب‌ها را طبقه‌بندی کنند. آن کتاب‌هایی که در کتاب‌خانه‌ی مدرسه قابل استفاده نیستند، می‌توانند به سایر سازمان‌هایی که با کودکان کار می‌کنند، به اتاق انتظار مطب پزشکان، اتاق‌های اورژانس بیمارستان‌ها و غیره هدیه شوند.

بیش از 9000 پرتاب را در طول کارم از دست داده‌ام. تقریباً در 300

بازی شکست‌خورده‌ام. 26 بار قرارشده که با پرتاب من، بازی را

ببریم، اما فرصت را از دست داده‌ام! بارها و بارها در زندگی‌ام

شکست‌خورده‌ام. و همین‌است راز موفقیت من!

مایکل جوردن، قهرمان بسکتبال آمریکا

54) در منطقه‌تان موزه‌ی کودکان دارید؟

بسیاری از این موزه‌ها نیازمند دریافت کمک در مناسبت‌های خاصی هستند که برای کودکان راه‌می‌اندازند، در جشن تولد‌ها، امور دفتری (مثل تاپ‌کردن، بایگانی و غیره)، تعمیرنگهداری خود وسایل نمایشی موزه، کار در فروشگاه هدیه‌های موزه و غیره. حتی ممکن است بتوانی در آن‌جا کارآموزی کنی. ساعات کارتان در نهادهای نا-سود-بیر، معمولاً جزو ساعات خدمات اجتماعی‌تان برای ارزیابی دانش‌آموختگی‌تان به حساب خواهد آمد.

55) با سازمان حفاظت از محیط زیست محلی‌تان در محیط باز همکاری کن.

همیشه کارهایی برای انجام دادن وجود دارد:

گیاهانی را که بومی منطقه نیستند، وجین و ریشه‌کن کن، بذره‌های بومی جمع کن، و گیاهان مهاجم را کنترل کن. در این کارت رفقای شفیقی پیدا کن، از فعالیت در طبیعت آزاد لذت ببر، و هم‌هنگام به محیط‌زیست کمک کن!

56) به سازمان گردش‌گری و گشت‌های تفریحی یا اتاق تجارت منطقه‌تان کمک کن.

داوطلب شو که برگه‌ی اطلاعات و بروشور به بازدیدکنندگان و گردش‌گران برسانی، آمار بازدیدکنندگان را بگیری و در مورد صنعت گردشگری مطالبی بیاموزی. در جریان این کارها نکاتی از شهرتان و مناطق اطرافس یاد می‌گیری. تازه! ممکن است برای پروژه‌های تازه، ایده‌هایی پیدا کنی!

57) اگر دختر هستی، چرا داوطلب کار با دختران پیشاهنگ نمی‌شوی؟

می‌توانی با یاد دادن کار و حرفه کمک کنی، به دختران در درس‌هایشان کمک کنی، به برگزاری نشست‌ها کمک کنی، به دخترها در پروژه‌های Badge‌شان کمک کنی یا فقط دوست‌شان باشی!

58) اگر دلت در هوای بچه‌هایی است که والدین‌شان زندانی اند،

پس چرا با زندان محلی تماس نمی‌گیری و نمی‌پرسی که آیا برنامه‌ای برای آنان دارند تا در آن شرکت و به آن کمک کنی. چند تا از دوستانت را دور هم جمع کن و این تاش را به یک کار جمعی تبدیل کن. وقتی یکی از والدین در زندان باشد، زندگی بسیار دشوار است. داشتن دوستی که دل‌نگران آدم است، می‌تواند دنیا را در چشم این کودکان کاملاً دگرگون کند.

59) جمع‌آوری زباله‌های یک خیابان یا بخشی از اتوبانی را به عهده بگیر.

بعضی از مناطق برنامه‌هایی دارند که می‌توانید بخشی از جاده‌ای را به عهده‌گیری و پذیرایی که آشغال‌هایش را جمع کنی. کیسه‌های زباله‌ها و ابزار کار در اختیار گذاشته می‌شود و برای دفع کیسه‌ها، راهکارها و ترتیبات خاصی پیش‌بینی می‌شود. اگر تو نخستین 5 شنبه‌ی ماه را انتخاب کنی، باید حتماً با رفتن به سایت WWW.TogetherWeCanChangeTheWorldDay.com در پروژه‌ات ثبت نام کنی.

60) به انجمن محیط زیستی AUDOBON منطقه‌تان بپیوند.

این انجمن در زمینه‌های زیر همیشه نیازمند کمک‌های داوطلبانه است:

- x کمک به برنامه‌های آموزشی در مدارس ابتدایی
- x راهنمایی و یاری در برنامه‌های پیاده‌روی در طبیعت
- x سرپرستی برنامه‌های فوق برنامه‌ی فضای باز و در زمینه‌ی طبیعت
- x کمک در برنامه‌ریزی و طراحی و اجرای همایش‌ها و فعالیت‌ها در مناطق حفاظت‌شده‌ی محلی
- x شرکت در مستندسازی فعالیت‌ها و همایش‌ها (گرفتن عکس و نوشتن گزارش و مقاله برای خبرنگارانشان)
- x کمک به تهیه‌ی نقشه‌ی فضاهای سبز، پارک‌ها و املاک انجمن.

61) به افرادی که دچار مصیبت، یا مشکلات اوژانسی شده‌اند کمک کن.

داوطلبانی لازمند تا به تلفن‌ها پاسخ بدهند، بازدیدکنندگان را به گذشت ببرند، لباس "تا" کنند، رنگ بزنند، یا حتی فلاسک قهوه پر کنند. گاهی وقت‌ها این افراد مصیبت‌زده، نیازمند کسی هستند که بالاسرخانه‌شان باشد و تا زمانی‌که آنان جای دیگری برای زندگی پیدا نکرده‌اند یا تا زمانی‌که هنوز به همین خانه‌ی خودشان برنگشته‌اند، از حیوانات خانگی‌شان نگهداری و مراقبت کند. در مواقع دیگر، بچه‌های‌شان فقط نیازمند کسی هستند که با آنان بازی کند، یا کتابی برای‌شان بخواند. با صلیب سرخ یا رهبر مذهبی. محل‌تان تماس بگیر تا گروهی را پیدا کند که نیازمند کمکت هستند.

62) به میان سالان کم‌درآمد و بزرگ‌سالان معلول کمک کنید که عزت نفس خود را حفظ کنند و در خانه‌های‌شان بمانند.

داوطلب کمک در این کار‌ها شوید که:

- × نیازمندان را با ماشین به بازار روز یا مطب پزشک ببرید:
 - × برای‌شان به خرید بروید و کارهای بیرون‌شان را انجام دهید.
 - × در کارهای خانه و حیاط، کمک‌شان کنید.
 - × برای‌شان هیزم اجاق خرد کنید یا به خانه‌شان ببرید.
 - × در بسته بندی اثاثیه یا اثاث‌کشی کمک‌شان کنید.
 - × برای‌شان کتاب بخوانید یا نامه بنویسید، کارهای تلفنی‌شان را انجام دهید.
- هستند آدم‌های بسیاری که نمی‌توانند برای امثال این خدمات پولی بپردازند، چون پولی در بساط ندارند و در عین حال نیازمند به آن‌ها هستند. خیلی‌هاشان از چشم قانون، استحقاق دریافت کمک ندارند، یا خانواده و دوستی ندارند که کمک‌شان کند. پس آستینی بالا بزن و با مرکز خدمات داوطلبانه‌ی محلی‌تان تماس بگیر.

63) یک گروه خدمات خانگی. تابستانه راه بیانداز.

تعدادی از دوستان را جمع کن که داوطلب کمک به کهن‌سالان یا ناتوانان هستند. اگر اسیر صندلی چرخ‌دار باشی و لامپ بالایی سرت سوخته‌باشد، چه می‌کنی؟ تهیه‌ی فهرستی از افراد نیازمند یاری، کاری دشوار نخواهد بود. آیا می‌توانید:

- × راه‌آب و ناودان تمیز کنید؟
- × چکه‌ی شیر را بند بیاورید؟
- × لامپ عوض کنید؟
- × پنجره بشورید؟
- × دیواری را رنگ بزنید؟
- × دیواری را رنگ بزنید؟
- × فرش‌ی را جارو کنید؟

ممکن است این کارها خیلی کم اهمیت و کوچک باشند، اما وقتی تنها باشی و نتوانی از پس‌شان برآیی، یک عالمه کار هستند که به قدر دنیایی می‌ارزند!

64) داوطلب پیاده روی و گرداندن سگ‌ها بشو.

پناهگاه‌های حیوانات، افراد اسپر چاردیواری خانه، و افرادی که به تعطیلات می روند، دقیقاً کسانی‌اند که نیاز دارند به سگ‌هایشان رسیدگی شود. سگ‌های شاد، آدم‌ها را شاد می کنند، و هیچ چیزی سگ‌ها را بیشتر از پیاده‌روی (با بازی با اسباب بازی. محبوب‌شان) خوشحال نمی‌کند.

اگر در زندگی‌ات قلب و عزم راسخ داری، هیچ چیزی نمی‌تواند جلوی عملی‌شدن رویاهایت را بگیرد.

نویسنده‌ی ناشناس

65) از حیوانات خانگی رایگان پرستاری کن.

بیشتر وقت‌ها، وقتی که مردم به تعطیلات یا سفر دراز مدت کاری می روند، به کسی نیاز دارند که حیوان‌شان را نگهدارد. پس چرا گروهی از دوستان تشکیل نمی‌دهی که این خدمت را شروع کنند، طوری که بتوانید به حیوانات غذا بدهید، آنان را به گردش ببرید، و با آنان بازی کنید. حیوانات عاشق صاحبان‌شان هستند و موقعی که صاحب‌شان نیست، دلتنگ آنان می‌شوند. پرستاری تو می‌تواند آنان را از زندانی شدن در قفس شبانه‌روزی موسسات پرستاری نجات دهد.

66) در منطقه‌تان بانک لباس وجود دارد؟

داوطلب کمک به دستبندی و آماده کردن لباس‌های اهدایی بشو. حتی می‌توانی به مشتریان این بانک‌ها کمک کنی تا لباس مناسب‌شان را پیدا کنند و بخرند، یا در نامه‌نگاری‌ها، پاسخ‌گویی تلفن، انجام کارهای دفتری، (تایپ، بایگانی و غیره) به سازمان کمک کنی.

67) از پدر و مادرت بپرس حاضرند میزبان یک دانشجوی مبادله‌ای خارجی بشوند.

هیچ چیزی بهتر از آشناسدن با آدمی از کشوری خارجی نمی‌تواند صلح جهانی را ارتقاء دهد، مرزهای فرهنگی را در هم بشکند، و تفاهم را بیشتر کند. میزبانی یک دانشجوی مبادله‌ای خارجی، خود به تنهایی، یک چالش است، اما کاملاً ارزشش را دارد، چون در پایان کار، در آن سر دنیا، دوستی تا آخر عمر خواهید داشت.

68) جماعتی که دچار تندباد (توفند)، گردباد، سیل، آب-لرزه و سایر بلاهای طبیعی شده‌اند، سال‌ها طول می‌کشد تا

دوباره روی پای خود بایستند.

بچه‌هایی درست مثل خودت، از نبود لوازمی ساده مثل وسایل مدرسه رنج می‌برند. بانی برنامه‌ای برای گردآوری کوله‌پشتی و وسایل مدرسه در منطقه‌ات بشو (حتی می‌توانی یکی از مدارس شهر تماس بگیری تا فهرستی از لوازم واقعا مورد نیاز را به تو بدهند). سپس برای جمع‌آوری هدیه، به فروشگاه‌ها و شرکت‌های محله‌تان سر بزن. همین که هدایا را جمع کردی، مهمانی‌ای برای پر کردن کوله‌پشتی‌ها راهبیتاداز و لوازم مدرسه را به شکل برابر در میان

کوله پشتی ها تقسیم کن. یادداشت هایی شخصی در هر یک از کوله ها بگذار (شاید بتوانی کتاب کوچکی از یادداشت های همهی شرکت کنندگان در مهمانی درست کنی).

69) کانال تلویزیون کابلی در منطقه تان دارید؟

با آنان تماس بگیر و بپرس آیا حاضرند میزگردی در مورد مسائل جوانان، خانواده هایشان و جماعت منطقه بگذارند و روی آنتن ببرند. اگر پذیرفتند، میزگردی در مورد کارها و افکار جوانان ترتیب بده و آن را ضبط کن تا تاثیری بر روی آن مسائل بگذاری. ممکن است بخواهی یک رشته میزگرد با عنوان "جوانان دگرگون می کنند" برگزار کنی. هر برنامه ی ضبطی را کاملاً محدود به بررسی یک یا دو موضوع معین و خاص بکن، و نه بیشتر. از همهی جوانان محله یا شهر و نیز از بزرگسالان دعوت کن که در موقع ضبط حضور داشته باشند، طوری که بینندگان زنده ای داشته باشی که بتوانند واکنش هم نشان دهند.

70) داوطلب کمک به المپیک ویژه ی محلی تان بشو.

آیا می دانی که شعار ورزشی المپیک ویژه: "فرصت بده که پیروز شوم، اما اگر نتوانم ببرم، بگذار در رقابت دلاوری کنم." برای همهی زندگی، شعار پرارزشی است؟ این طور نیست؟ می توانی فقط برای یک رویداد داوطلب شوی یا چندین ساعت در طول هفته یا ماه در سال برای شان کار کنی. چندین سطح همکاری و دخالت مثبت مانند سطح ایالتی/استانی/ملی/بین المللی وجود دارد. می آواید به مراسم توزیع جوایز کمک کنید، خط نگهدار باشید یا به خدمات خوراک رسانی کمک برسانید. همیشه یک عالمه کار وجود دارد. برای تعیین محل آغاز، سایت المپیک ویژه را ببینی (SpecialOlympic.org) و روی برگه ی داوطلبی کلیک کنی.

71) از تقه زدن با موس کامپیوترتان برای اهداء خوراک رایگان، نجات جنگل های بارانی، خرید کتاب برای کودکان،

نجات حیوانات (و اموری مشابه) در واقعیت استفاده کنید!

به سایت گرسنگی بروید (HungerSite.com) و از برگچه های سراسری بالای سایت برای اهداء استفاده کنید. همهی کاری که انجام می دهی، تقه کردن دکمه ی بزرگ زیر تصویر است و شرکت هایی که داوطلب کمک شده اند، متناسب با تعداد تقه های دریافتی هر روز به کمک می پردازند. وقتی دکمه را می زنی، به تو گفته خواهد شد که تقه ات چه کاری خواهد کرد. مثلاً برای نجات حیوانات می گوید: "متشکرم، تقه ات هم ارز 0.6 یک کاسه خوراک یک حیوان نجات یافته در یک پناهگاه یا حریم وحش را تامین کرد." تو می توانی فقط روزی یکبار در هر منطقه تقه کنی - و به همین خاطر دوستانی را جمع کن تا هر روز به همدیگر یادآوری کنید که "تقه ای اهدا"ی شان را امروز بزنند.

72) هر بار که از بازار بزرگ اینترنتی منطقه تان خرید می کنی، دگرگونی بوجود بیاور!

وقتی به گروه 5 میلیون دانش آموز برای دگرگونی می پیوندی (5MillionStudentsForChange.com)، آدرس صدها فروشگاه منطقه تان را دریافت می کنی. هر بار که خرید می کنی از 2٪ تا 11٪ قیمت خرید به صورت خودکار به تو برمی گردد. (این مسئله بسیار مهم است) و نیز به نهادهای خیریه ی مختلفی در سراسر جهان کمک خواهد شد.

اگر با کمک استعداد نمی‌توانی پیروز شوی،

با سخت جانی و سخت کاری پیروز شو

ناشناس

73) کشفکن که بچه‌های دیگر چه کار می‌کنند.

صدها فکر بکر در لینک‌های آدرس Freechild.org/issues.htm (کودکان را آزاد کنید) وجود دارد، که در مورد موضوعاتی همچون آفرینندگی و خلاقیت تا آموزش و پرورش تا دموکراسی، حقوق بشر، مسائل اجتماعی و خیلی خیلی بیشتر از این‌ها هستند. از این طرح‌ها و نقشه‌ها برای اندیشه‌ورزی. آفرینش‌گر خودتان بعنوان پله‌ی سکوی پرش استفاده‌کن. یادت باشد که حتماً از بخش "اقدام و عمل" بازدید کنی تا ببینی نوجوانان به چه پروژه‌هایی رو می‌آورند و کدام‌شان را رهبری می‌کنند! این سایت می‌گوید: تارنمای "پروژه‌ی کودکان را آزاد کنید" متوجه شده‌است که جوانان سراسر کشور، اهالی منطقه‌شان را در زمینه‌ی کنش‌گری برای تغییر اجتماعی هدایت و رهبری می‌کنند. نیروی مثبتی در منطقه‌ی خودتان باشید- ما به تو اعتماد داریم.

74) آیا علاقه‌مند به نجات محیط‌زیست هستی؟

کتاب اینترنتی رایگانی به نام 101 راه کمک به سیاره‌ی زمین در آدرس www.Togetherwecanchangetheworldpublishing.com وجود دارد. حتی در تارنمای باشگاه سی‌پرا (www.sierraclub.org) منابع بسیار بسیار زیادی می‌توانی پیدا کنی، منابعی مثل رادیوی تازه‌ی باشگاه سی‌پرا (www.sierraclubradio.org) وجود دارند تا سرنخ‌ها و راهنمایی‌ها و قصه‌هایی به تو ارائه‌دهند تا بعنوان خریدار، شهروند، و همسایه، از آن‌ها در انتخاب‌های مسئولانه استفاده کنی و با جماعت فزاینده‌ی محیط‌زیستی مرتبط شوی. می‌توانی به فایل MP3 آنان گوش بدهی یا مشترک پادکست رایگان‌شان شوی.

75) در تارنمای صدای جوانان بین سایر جوانان جهان صدای‌شان را چگونه به گوش دیگران می‌رسانند.

این تارنما را یونیسف می‌چرخاند و به جوانان کمک می‌کند تا صدایشان را در سطح سازمان ملل مطرح کنند. آنان تریبون آزادهایی برای دیدگاه‌های‌تان ارائه می‌دهند و گاهی میزبان میزگردهایی با حضور جوانان و رهبران سازمان ملل می‌شوند. آنان به آنچه که می‌گویند گوش می‌دهند - و تاثیرات و نتایج مشارکت‌تان به نمایندگی از کودکان و جوانان سراسر جهان را منتشر می‌کنند. از تارنمای Unicef.org/VOY دیدن کنید و دست به‌کار شوید.

76) به مقامات انتخابی محلی، ایالتی (استانی) و ملی، مستقیماً پیام بفرستید (مقاماتی مانند رئیس جمهور آمریکا).

به سایت "جنب و جوش جوانان"، مرکز اقدام قانون‌گذاری جوانان برو (<http://capwiz.com/savetc/home>)، و کد پستی خودت را وارد کن. در ضمن می‌توانی مسایل مهم، رای‌گیری‌های اخیر، قانون جاری و چیزهایی بیشتر از این‌ها را در آن پیدا کنی و نتایج انتخابات (برحسب کد پستی) و راهنمایی رسانه‌ای را در آن‌جا ببینی که تو را به

روزنامه‌ی محلّات وصل می‌کند! این‌ها فقط گوشه‌ای از آن چیزهایی است که در سایت "جنب و جوش جوانان" در دسترس است.

77) دلت می‌خواهد قدری از جرم و جنایت کم کنی؟

از تارنمای شورای پیش‌گیری از جرم و جنایت (www.ncpc.org) بازدید کن. روی برگه‌ی TEENS تقه بزن و یکی از میلیون‌ها جوانی بشو که مدرسه‌ها و محله‌ها را می‌خواهند ایمن‌تر کنند. ببین که جرم و جنایت به چه شکلی، بر روی تو، خانواده‌ات، دوستان، و مردمان منطقه‌ات اثر می‌گذارد و در پروژه‌های پیش‌گیری از جرم و جنایت دست‌به‌کلاز شو. می‌توانی برگه‌های شواهد دسته‌های تبه‌کاری را مستقیماً از خود سایت دانلود کنی.

78) در پیدا کردن و راه‌اندازی پروژه‌ی اجتماعی محله‌ات مشکلی داری؟

به تارنمای www.ServiceLinkNW.org برو. این سایت شما را گام‌به‌گام در طول فرایند رفع این مشکل همراهی می‌کند. از بخش "کانون توجه و اهمیت" شروع کن تا دقیقاً معلوم کنی که به چه چیزی حساسی و علاقه مند بهتر شدنش هستی - یعنی "آنچه که موتور را به کار می‌اندازد." بعد از این مرحله تو را به مراحل طراحی و برنامه‌ریزی، اقدام و کنش و آموزش برای پروژه‌ات هدایت می‌کنند. دوستانی پیدا کن و به‌صورت یک گروه تا آخر آستین‌ات را بالا بزن. مطمئناً آشنایی با آنچه در مورد خودت، اجتماعت و آن قدرتی که واقعاً برای ایجاد دگرگونی مثبت داری، تو را شگفت‌زده خواهد کرد! به این جا هم برو:

<http://psl.oditech.com/students/index.php>

79) در منطقه تان جویبار، نهر، یا رودخانه‌ی آلوده‌ای هست؟

تعدادی از دوستانت را جمع کن و پاکسازی‌اش را شروع کن. اگر کف در آب دیدی، نشانه‌ی احتمال وجود آلاینده‌هایی است که به داخل آب وارد می‌شود. نمونه‌های آب را از چند جای مسیر بردار و به پیش معلم آزمایشگاه دبیرستان و یا اداره‌ی محیط زیست محله‌ات ببر تا بر روی آن‌ها آزمایشات میزان سمّیت و نوع سمّها انجام شود. سپس منابعی (شامل مردم، رسانه‌ها و غیره) را گردآوری کن که برای پاکسازی منابع آلاینده لازم داری.

80) دور و برت زندان، بازداشت‌گاه، یا مرکز بازپروری‌ای وجود دارد؟

بسیاری از افراد این نهادها فرزندان در خانه دارند که از نبود مادر یا پدر رنج می‌برند. ترتیبی بده که بتوانی یک ضبط صوت و تعدادی کتاب کودکان به زندان یا مرکز ببری و از پدر و مادر زندانی شده بخواه که طوری داستان را بخوانند، انگار که برای فرزندان خودشان می‌خوانند. بعد نوارها و کتاب‌ها را به فرزندان‌شان برسان، طوری که بچه‌ها داستان را عیناً از زبان پدر و مادرشان بشنوند.

81) آیا ساختمانی تاریخی در منطقه‌تان وجود دارد که نیازمند قدری تعمیر باشد؟

با سازمان‌دهی گروهی از افراد (که حتماً باید شامل انجمن تاریخی شهرتان باشد) برای تعمیر این ساختمان، به حفظ پاره‌ای از تاریخ منطقه‌ات کمک کن. لازم است مجوز لازمه را بگیری، اما خواهی دید که انجمن تاریخی به هر

شکل ممکنه که می‌توانند، تلاش خواهند کرد به تو کمک کنند و پروژه‌ها را پشتیبانی کنند! روزنامه‌ها و ایستگاه‌های رادیویی را هم دعوت کن، تا آن‌ها هم آستینی بالا بزنند.

**این جوان ما نیست که نظام را تنها می‌گذارد و مایوس می‌کند؛
برعکس، نظام است که جوانان ما را تنها می‌گذارد. شگفت آن‌که، همان
جوانانی که به بدترین شکلی با آنان رفتار می‌شود، همان جوانانی‌اند که
قرار است ما را از این کابوس وحشتناک نجات دهند.**

راشل دانلسون جکسون، همسر رئیس جمهور آمریکا، (1767-1828)

82) در مردم منطقه‌ات تنش‌هایی میان گروه‌های فرهنگی وجود دارد؟

چرا به پر کردن این شکاف‌ها اقدام نمی‌کنی؟ از کلاس تئاتر مدرسه‌ی آن‌ها (گروه فرهنگی. مقابل) دعوت کن که به کلاس تئاتر بپیوندند تا نمایشی اجرا کنید که به ساختن پل‌های فرهنگی کمک کند. یک نمونه از نمایشنامه‌های محشر، یعنی "کشتن مرغ مقلد اثر شکسپیر" انتخابی است عالی. در اول کار که دو مدرسه‌تان به هم می‌پیوندند، پیوستن دو کلاس به هم ممکن است قدری عجیب باشد، اما متوجه خواهید شد که با کار و اجرای مشترک این نوع نمایشنامه‌ها به مردم منطقه‌تان کمک خواهید کرد و دنیای تازه‌ای را نیز به روی خودتان باز خواهید کرد - لازم به گفتن نیست که دوستان تازه‌ای هم پیدا خواهید کرد.

83) آیا مردم منطقه‌ات به کافه اینترنتی نیاز دارند تا به اینترنت سر بزنند؟

بعضی شهرها کار های فصلی‌ای دارند که برای چک کردن ایمیل خانواده‌های‌شان نیازمند دسترسی به اینترنت هستند. آیا تو و دوستانت تخصصی در کامپیوتر دارید تا یک کافه اینترنتی راه بیندازید؟ شاید اتاق تجارت یا مرکز همایش شهرتان اتاقس برای استفاده‌تان داشته‌باشد. از تماس با شرکت‌ها و فروشگاه‌ها برای گرفتن هدیه، نترس (هدیه‌هایی مثل سخت‌افزار کامپیوتر، نصب و راه‌اندازی، تبلیغات و غیره). در نشست شورای شهر شرکت کن و از آنان کمک و پشتیبانی بخواه.

84) باشگاه رادیویی. غیر حرفه‌ای یا رادیوی تک‌نفره درست کن.

کامپیوتر تنها راه ارتباط با مردم سراسر جهان نیست. هر روزه مدارس بیشتر از پیش مشغول نصب و راه‌اندازی و تنظیم این رادیو ها هستند. از معلم علوم‌تان یا از یک باشگاه رادیویی. تک نفره‌ی محلی بخواه که به شما کمک کنند. باید چند تایی آزمون بگذرانی تا بتوانی مجوز بهره‌برداری‌ات را بگیری. آن وقت می‌توانی در سراسر جهان با سایر بهره‌برداران رادیوهای غیر حرفه‌ای صحبت کنی.

85) برای یک گروه کار داوطلبانه در یک کشور خارجی نیازمند، سفری را سازماندهی کن.

سازمان‌های بسیاری وجود دارند که می‌توانند به تو کمک کنند به سراغ مردمی بروی که نیاز به تو دارند. فقط یکی از این سازمان‌ها، سازمان داوطلبان آی-توآی است (www.i-to-i.com) که می‌توانی از آن‌ها کمک بگیری تا در اتصال تو به کار داوطلبانه، کارورزی و غیره، کمکات کنند. سازمان i-to-i با خیریه‌ها، نهادهای دولتی و سازمان‌های اجتماعی منطقه در زمینه‌ی یافتن داوطلب همکاری می‌کند. می‌توانی کاری را که می‌خواهی انجام بدهی، خودت انتخاب کنی: پروژه‌های توسعه و شهرسازی منطقه، حفاظت از محیط زیست، آموزشی، ساختمان‌سازی، یا آموزش زبان انگلیسی.

86) آیا هنرمندی؟

صدها کودک محروم وجود دارند که دسترسی به کلاس‌های هنر یا مواد هنری دسترسی ندارند. بعضی از کلاس‌های هنری‌ات را پس از کلاس‌های هنر مدرسه در یکی از مدارس، YMCAها یا مراکز محله‌ای فقیرتر منطقه‌ات برگزار کن. مواد و لوازم کار را آماده کن و آنچه را که بلدی به کودکان بیاموز. در پایان کلاس‌ها نمایشگاهی برگزار کن که کارهای بچه‌های کلاس را عرضه کنی. از اهالی محل و رسانه‌ها دعوت به بازدید کن. دنیا را از راه هنر به دنیایی بهتر تبدیل کن- در های دنیای هنر را به روی کودکانی باز کن که بدون تو به‌رویشان بسته بود.

87) روز یادبود هالوکاست را در ماه آوریل برگزار کن.

یکی از وحشتناکترین رویداد های تاریخ کنونی‌مان، رخداد هالوکاست در آلمان از سال 1933 تا 1945، یعنی در حدود 70 سال پیش بوده است. این روزها تعداد بازماندگان این واقعه هر روزه کمتر و کمتر می‌شوند تا برای‌مان از تجربه‌های آن دوران سخن بگویند، اما لازم است به یاد داشته‌باشیم که بیش از 6 میلیون نفر تحت عنوان آفرینش نژاد برتر ریشه‌کن و نابود شدند². از موزه‌ی اینترنتی. یادبود قربانیان هالوکاست کشور آمریکا به آدرس www.Ushmm.org بازدید کنید تا اطلاعات بیشتری بدست آورید.

88) بر ضد هالوکاست فعلی. دارفور در سودان آفریقا سخن‌پراکنی کن.

موزه‌ی یادبود قربانیان هالوکاست در سال 2004 در دارفور سودان وضعیت اضطراری نسل‌کشی را اعلام کرد. تا امروز در حدود 2.5 میلیون غیر نظامی از خانه‌های‌شان رانده‌شده‌اند و بیش از 300 هزار نفر هم به نام پاکسازی نژادی کشته‌شده‌اند. هزاران نفر هرماهه در حال مرگ‌اند. موزه‌ی یادبود هالوکاست در آمریکا و شرکت گوگل، تیمی سازمان داده‌اند تا بتوانید با آدرس WWW.Ushmm.org/googleearth تصاویر پر کیفیتی از آنچه که در دارفور می‌گذرد ببینید. پایان‌بخشی به این گونه نسل‌کشی‌ها نیازمند علاقه و اقدام شهروندان مسئول و دل‌نگران است- آدم‌هایی درست مثل خود تو! به این آدرس برو تا دقیقاً ببینی چه کارهایی از تو ساخته‌است و خانواده و دوستانت را همراه خود کنی: www.Ushmm.org/Conscience/Alert/Darfur/What

² - در تعداد قربانیان و مدت زمان این فاجعه، شک و تردیدهایی در خود اروپا مطرح شده‌است. برخی مدعی‌اند در این فاجعه، نهادهای سازمان‌یافته‌ی صهیونیست، در ائتلافی [حداقل] نانوشته و ضمنی با نازی‌ها، در ایجاد وحشت بیشتر و کمک به تکمیل راه حل نهایی نازی‌ها (پاکسازی قومی-نژادی اروپا از یهودیان) نقش داشته‌اند و توانسته‌اند سیل مهاجران بی پناه یهودی را به سوی سرزمین موعود فلسطین آن روزگار به‌راه بیاندازند. طبیعی است که این ادعا در هر صورت، نمی‌تواند نافه شناسایی رفتار نازیسم و نازی‌ها به عنوان جنایت بر ضد بشریت باشد. (م.)

89) به افرادی که پول ندارند تا حسابدار مالیاتی استخدام کنند، کمک کن.

به حسابداری و حرفه‌های بازرگانی علاقه مندی؟ پس ببین "برنامه‌ی اشتغال منطقه‌ای" شما، آیا برنامه‌ای برای کمک داوطلبانه به محاسبه‌ی مالیات بر درآمد دارد یا نه. دوستان را دور هم جمع کن که با هم آموزش ببینند و سپس وقتی که آزمون گواهی‌نامه می‌دهید، یکدیگر را تشویق کنید تا خودتان مشتاق کمک به مردم در پرکردن فرم مالیات‌شان شوید. از ماموران اداره مالیات بخواهید تا حضور داشته‌باشند و فرم‌های پر شده را چک کنند. بیشتر اظهارنامه‌های مالیاتی احتمالاً می‌توانند مستقیماً از طریق کامپیوتر ثبت و وارد شوند.

90) در یک گود اکتشافی باستان‌شناسی فعالیت کن.

اول ببین آیا در منطقه‌تان گود باستان‌شناسی‌ای کشف شده‌است (با دانشگاه یا انجمن تاریخ شهرتان تماس بگیر) به خاطر ساخت و سازهایی که مصنوعات بشری را به ناگهان از زیر خاک آشکار می‌کنند، بسیاری از مناطق، ازین گونه اکتشافات حتماً دارند. در این گودها فرصتی دست می‌دهد که تاریخ را به شکلی بی‌همتا و پراهمیت "لمس" کنی.

91) درختی بکار.

درختان برای بهداشت منطقه‌هایمان پراهمیت‌اند. درختان CO₂ را از هوا می‌گیرند و به مبارزه با گرمایش زمین کمک می‌رسانند. اکسیژن پخش می‌کنند، خانه‌ی پرندگان می‌شوند و خوراک حیات وحش را تامین می‌کنند. درخت خانه و محله را هم خنک می‌کند، بادهای سرد را می‌شکند و هزینه‌های گرمایش را کم می‌کند. از تارنمای بنیاد روز ملی درختکاری (www.Arborday.org) بازدیدکن و یک عالمه اطلاعات و منابع رایگان را ببین. اگر در شهر زندگی می‌کنی، تلاش کن تا شهرت این روز را جشن بگیرد و درخت شهر آمریکا بشود. همه‌ی اطلاعاتی که نیازی در این تارنما هست.

92) اداره‌ی آموزش و پرورش منطقه را تشویق کن که در اتوبوس‌های مدرسه‌ات زیست-سوخت دیزلی مصرف کنند.

زیست-سوخت دیزلی جایگزین کم آلوده‌سازی است و در 50 ایالت آمریکا، دم دست است. قدری بر روی تارنمای زیست-سوخت دیزلی "تحقیق" انجام‌ده (www.biodiesel.org) تا بتوانی شواهد و آماری را به اداره‌ی آموزش و پرورش منطقه ارائه‌دهی

(www.biodiesel.org/buyingdiesel.org/buyingbiodiesel/guide/default.shtm)، اطلاعاتی که بسیار مفید است. حتی نقشه‌ای باذکر شهرها وجود دارد که می‌توانی آن را بخری.

93) داوطلب مجازی باش.

اگر ترک خانه برایت مشکل آفرین است، اما به کامپیوتر دسترسی داری، امکان‌های داوطلب مجازی بودن در اینترنت جستجو کن. در اینجا مسئله‌ی مهم این است که مطمئن شوی نهادی که با آن تماس می‌گیری، نهادی **مشروع** باشد. اگر از تو پول خواستند خیلی مراقب باش- فرصت خوبی است و در نظر دارند نقشه‌ای را بر روی اجرا کنند. از آنجایی که کارت، داوطلبی مجازی است، تماس‌هایت بیشتر با ایمیل انجام می‌گیرد، هر چند که ممکن است از تلفن برای تماس با سرپرست خود و برای کنفرانس تلفنی استفاده‌کنی. ممکن است لازم شود مقاله بنویسی، آرایی تارنماها را طراحی کنی، و ممکن است حتی در استخدام سایر داوطلبان کمک کنی و در بسیاری از موارد می‌توانی ایده‌ها و طرح‌های خودت را در مورد کارهایی که برای کمک به سازمان می‌توانی انجام‌دهی بیافرینی و راه‌حلهایی از سوی

خودت ارائه دهی. و بهترین پاره‌ی کار آن‌جاست که داوطلبی‌ات را هر موقع که خواهی می‌توانی انجام دهی- حتی با زیر شلوار، که هیچ‌کس هم از آن با خبر نخواهد شد! برای آشنایی و ایده گرفتن از بعضی از انواع داوطلبی به این سایت نگاه کن: (www.DoSomething.org/Volunteer/Virtual)

94) به نمایش‌گاه مراقبت‌های بهداشتی و پزشکی کمک کن.

با مرکز امدادی (اورژانس، صلیب سرخ، هلال احمر) منطقات تماس بگیر و داوطلب کمک به نمایش‌گاه مراقبت‌های بهداشتی و پزشکی (یا هر اسم دیگری) بشو. انواع کار در این نمایش‌گاه‌ها وجود دارد. پخش برگه‌ی تراکت، راهنمایی مردم در پیدا کردن غرفه‌ها، کمک به رفتار خودروها در پارکینگ، پوسترسازی، کمک به راه اندازی، کمک به پاکسازی پس از افتتاح و برگزاری و غیره.

95) به پلیس محلی و/یا نیروی مردمی شهرت امور جوانان ببیوند.

اگر منطقه‌تان از قبل نیروی مردمی ندارد، چندین نفر از دوستانت را بردار و به اداره‌ی پلیس برو تا با کمک پلیس این نیرو را تشکیل دهی. راه‌های مختلف بر هم‌کنش مثبت جوانان و پلیس با یکدیگر را بررسی و کندوکاو کن تا در محله‌تان یا منطقه‌تان تغییر بوجود آوری. نقشه این است که جوانان و افسران پلیس را وادار کنی تا تک به تک با هم روبرو شوند تا به شکستن تصورات کلیشه‌ای و قالبی از یکدیگر کمک شود. و هنگامی که نوجوان و افسران نیروی مردمی همدیگر را بشناسند و بیاموزند که پلیس و جوانان دشمن هم نیستند، بلکه هر دو در عمل یک چیز را می‌خواهند: محله‌ی امن، میل به کمک به دیگران، و غیره. مسابقه والیبال یا بسکتبال جوانان و پلیس راه بیاندازید و برایش تبلیغ و اطلاع‌رسانی کنید. بعد از آن، جوانان و پلیس‌هایی را که روبروی هم صف‌کشیده‌بودند، به گفت‌گوهایی مختصر در مورد همکاری، احترام و غیره وادار کنید تا آنانی که شاهد جریان بوده‌اند، نیز یاد بگیرند. جوانان را تشویق کن تا به‌نوبه‌ی خود، به افسران ببیوندند. البته، این‌کار پیش از عملی‌شدن نیازمند قدری آموزش به جوانان است. بعضی وقت‌ها بچه‌ها لازم است سوار ماشین ماموریت شوند- البته بسته به نوع تلفن و ماموریت. در مواقع دیگر ممکن است بچه‌ها بصورت عملی با افسران در خیابان‌ها گشت بزنند. هر کاری از دست‌تان برمی‌آید انجام دهید تا روابط میان جوانان و پلیس را در محله‌تان هر چه مثبت‌تر و سازنده‌تر کنید.

96) در یک خط تلفن اضطراری، مشاور جوانان شو.

جوانان برای مراجعین خط تماس اضطراری کودکان جوانان دیگر، مشاوران عالی‌ای هستند. آموزش هم وجود دارد و در صورتی که نیازی به بزرگسالان وجود داشته‌باشد و کاری باشد که نتوانید از پس اش برآید، آنان در کنار شما هستند. بچه‌هایی که پرخاش‌گر یا خود آسیب‌زن هستند، گاهی اوقات فقط نیازمند صحبت با کسی هستند که دغدغه‌شان را داشته باشد کسی که تو می‌باشی!

97) در تربیت گل و گیاه استعداد ذاتی داری؟

یک پناهگاه اضطراری یا سازمان ناسودبر کم درآمد را انتخاب کن که پولی برای دادن به باغبان ندارد تا از گل و گیاه فعلی‌شان مراقبت کند. حتی اگر این ساختمان‌ها کنار خیابان باشند، معمولاً گیاهانی دارند که مراقبت خواهند. اگر

نداشتند، چند نفر از دوستان را دور هم جمع کن و آن محل را با گل و گیاه گلدانی و ظرفی آراسته کن. بعد از آن هم حتماً هر هفته (با به قدر لازم) به آن‌ها سر بزن تا آب و کودی بدهی و مراقبتی بکنی.

98) یوگا، تایچی یا کاراته بلدی؟

چرا به کلاس رایگانی در YMCA یا تالار همایش شهرت آموزش نمی‌دهی؟ خیلی‌ها هستند، از کودک گرفته تا بزرگسال، که از این کلاس‌ها لذت می‌برند، اما پول رفتن به آن‌ها را ندارند. به مردم کمک کن تا با ورزش هیکل‌شان خوش‌ترکیب‌تر بماند، بدهی‌ات را به اهالی منطقه‌ات پس بده، و در ازای وقتی که می‌گذاری، هم‌هنگام، دوستانی تازه هم پیدا کن.

99) اگر استعداد دوستی با حیوانات داری، در درمان‌گاه دامپزشکی منطقه‌ات داوطلب شو.

همیشه قفس‌هایی هست که باید تمیز شوند، زخم‌هایی هست که باندشان باید عوض شود، و حیواناتی وجود دارند که صاحب‌شان را از دست داده‌اند یا گم کرده‌اند و چشم برایشان هستند؛ همگی این‌ها از کلام دوستانه‌ی و قدری نوازش، لذت می‌برند. احتمال بسیار زیادی وجود دارد که فعالیت‌های دیگری نیازمند کمک تو باشند، مثلاً کمک در درمان‌گاه‌های، و در پناه‌گاه و نگهداری حیوانات خانگی منطقه‌تان و کارهایی از این قبیل.

100) یک شهروند ارشد تنها را (به‌عنوان مادر بزرگ یا پدر بزرگ) بپذیر.

می‌توانی با شیرخوارگاه، خانه‌های سالمندان، مراکز بازپروری و نوتوانی، عبادت‌گاه منطقه، و حتی بخش کهن‌سالان بیمارستان‌های منطقه‌تان تماس بگیری، تا کسی را پیدا کنی که به دوست نیاز داشته‌باشد. وقتی به سراغ‌شان می‌روی، واقعاً نیازی نداری که حتماً چیزی برای‌شان با خودت ببری، جز لبخندی و قلبی پذیرا و دل‌سوز. ترتیبی بده که هر هفته با دوست سال‌مندت دیداری داشته‌باشی. می‌توانی خواندن کتابی را برای‌شان شروع کنی، برای‌شان یادداشت بنویسی، نامه‌های‌شان را بخوانی، برای‌شان کمی خرید کنی، یا فقط بنشین و با آنان نمایش محبوب تلویزیونی‌شان را تماشا کنی و در مورد نمایش با آنان گپی بزنی.

101) داوطلب پدر-مادرخواندگی حیوانی خانگی شو.

اگر خانواده‌ات از حیوان خانگی خوش‌شان می‌آید، از والدین/خانواده‌ات بپرس که آیا اجازه داری که داوطلب شوی، حیوان یتیم یا ره‌اشده به خانه بیآوری و به عنوان عضو خانواده از آن نگهداری کنی تا زمانی که موسسه‌ی واگذارکننده، خانه و صاحبی دائمی برایش پیدا کند. تو به همه‌ی نیازهای حیوان باید رسیدگی کنی – درست مثل این‌که مال خودت است. با پناه‌گاه محلی حیوانات تماس بگیر و ببین برنامه‌ای برای این خدمت تو دارند یا نه. معمولاً پناه‌گاه خوراک و داروی حیوان را تامین می‌کند. اگر در منطقه‌تان بازار حیوانات یا فروشگاه حیوان خانگی وجود داشته باشد که حیوان واگذار می‌کند، با آنان تماس بگیر و اطلاعاتی در مورد دامپزشکان و/یا پناه‌گاه‌هایی بگیر که خدمات واگذاری دارند.

برای دیدن طرح‌هایی بیشتر از این 101 طرح، صفحه‌ی بعد را ببین:

طرح‌های فوق‌العاده

- (102)** از رفتن به تئاتر (یعنی از اجرای زنده) خوشتر می‌آید؟
داوطلب کمک رایگان شو، آن وقت است که در عوض می‌توانی نمایش را به رایگان ببینی. این داوطلب‌ها هستند که معمولاً به مردم خوشامد می‌گویند، بلیت‌ها را می‌گیرند، برگه‌ی برنامه‌ها را توزیع می‌کنند، در وقفه‌های میان نمایش، کمک به توزیع نوشابه و خوراکی می‌کنند، و به مردم اطلاع‌رسانی می‌کنند. خانواده و دوستانت را هم دست‌اندرکار کن، و با شبی رایگان، دمی خوش باش!
- (103)** هیچ وقت در مورد آرایش ویتترین مغازه‌ها فکر کرده‌ای؟
می‌دانی! وقتی از جلوی مغازه‌ای رد می‌شوی و به ویتترین‌شان نگاه می‌کنی، لابد به آرایش آن‌ها فکر نکرده‌ای. در یک فروشگاه ارزان‌فروش ناسود-بر داوطلب شو که دکور ویتترین و کف آن را انجام دهی.
- (104)** گروهی از دوستان را جمع کن و در طی تعطیلات تابستانی خانه‌ها را رنگ بزنید.
آدم‌های زیادی هستند که اصلاً قدرت مالی‌ای ندارند تا به رنگ‌کار حرفه‌ای اجرت بدهند و از دیدن جوانان دلسوزی که این کار را برای‌شان انجام دهند، بسیار نوقزده می‌شوند. با عبادت‌گاه محله‌تان تماس بگیرید.
- (105)** برای بچه‌های کم‌درآمد ترتیبی بده تا از باغ وحش یا پارک وحش محلی بازدید کنند.
بعضی کودکان هرگز از محله‌شان بیرون نمی‌روند، چرا؟ چون پدرمادرشان مجبورند 2 یا 3 شغل داشته‌باشند، و به همین خاطر وقت نمی‌کنند آنان را جایی ببرند. با پناهگاه اضطراری، مرکز همایش شهر، یا نمازخانه‌ی محل‌تان تماس بگیر تا در یافتن محل و برنامه‌ریزی و سازماندهی. این کار، کمک‌تان کنند. از پدرمادرها بخواه رانندگی و همراهی‌تان کنند. حتماً و حتماً برگه‌های امضاءشده‌ی رضایت نامه‌ی والدین را از هر یک از بچه‌ها بخواهید. سازمانی که با آن همکاری می‌کنید، یک نمونه از این برگه‌ها را دارد که می‌توانی از همان‌ها استفاده کنی.
- (106)** داوطلب ضبط خاطرات زندگی. بیماران بی‌درمان. رو به مرگ بشو.
آسایش‌گاه بیماران بی‌درمان برنامه‌ای است که در همراهی با افراد رو به مرگ اجرا می‌شود. این افراد همیشه داستانی دارند که از زندگی‌شان بگویند. تعدادی دوست را جمع کن، ضبط صوت بردارید و با آنان مصاحبه کنید و بگذارید داستان‌های‌شان را تعریف کنند. قدری خلاقیت هنری (مثلاً موسیقی متن) را با داستان گویی‌شان بیامیزید و پس از تکمیل، به خودشان بدهید تا با خانواده‌شان گوش دهند و لذت ببرند. شاید برنامه‌ی بیماران بی‌درمان هم نسخه‌ای بخواهد. پیش از این‌که پروژه‌تان را شروع کنید، آسایش‌گاهی که با آن همکاری دارید، از شما خواهد خواست آموزش‌هایی برای نحوه‌ی رابطه با آن افراد به شما بدهد.

بسیار خوب، به این ترتیب بیشتر از 101 طرح، در اختیارتان است، برای این که جوانان چگونه دنیا را دگرگون کنند، حتی اگر از هیچ یک از اینها استفاده نکنی، امیدوارم حداقل تو را وادار کنند که به پروژه‌هایی که می‌توانی و انجام خواهی داد، فکر کنی. اما یادت باشد که فقط در فکر کردن متوقف نشوی – بلکه آستینی بالا بزن. من به تو ایمان دارم.

سندی

Sandi@TogetherWeCanChangeTheWorld.com



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

 @karnil