



«Ayudar a los demás es la mejor panacea contra la depresión»

Carmen colabora con Ayuda en Acción desde su jubilación, hace más de 10 años, como voluntaria en el Área de Publicidad.

«Ayudar a los demás es la mejor panacea contra la depresión»

«Esta frase va dirigida especialmente a los que se jubilan: No dejéis pasar el tiempo pensando qué vais a hacer ahora que estáis libres, pero a veces con la sensación de que os han aparcado y ya servís para poco. ¡Qué error!.

«Somos necesarios. Estáis en las mejores condiciones para poner todos vuestros conocimientos a trabajar. Hay muchos que os están esperando y dependen de todos nosotros. Os puedo asegurar que es mucho más gratificante dar que recibir y es algo que se sigue experimentando aunque lo hagáis toda la vida. Animaros, que en Ayuda en Acción o en cualquier sitio donde queráis ayudar os están esperando.»

Carmen

Monforte

