

75 способов укрепить сообщество•

Сообщество становится сильнее благодаря сотням маленьких и больших дел, которые граждане совершают каждый день. Просматривая этот список...

- ✓ Поставьте галочку рядом с любым из этих действий, которые вы или член вашей семьи совершали в течение последнего месяца или около того, или, для действий, совершаемых реже, в течение последнего года или около того.
- + Поставьте знак плюс рядом с любым из этих действий, в выполнении которых вы оказывали поддержку человеку с ограниченными возможностями развития в течение последнего месяца или около того, или, для действий, совершаемых реже, в течение последнего года или около того.
- ? Поставьте вопросительный знак рядом с любым из этих действий, которые человеку с ограниченными возможностями развития, желающему их выполнить, будет сложнее осуществить из-за политики, текущей практики, расписания или условий работы организации, предоставляющей услуги.

1. Посетить политическое собрание.
2. Поддерживайте местных предпринимателей.
3. Предложите свои особые навыки какой-либо общественной организации.
4. Сдайте кровь (вместе с другом).
5. Работа в общественном саду.
6. Станьте наставником для человека другой этнической группы.
7. Сделайте приятный сюрприз новому или любимому соседу, угостив его едой.
8. Избегайте сплетен, которые могут навредить другим.
9. Помогите другому человеку вне вашего дома что-нибудь починить.
10. Посещайте местные школьные или детские спортивные мероприятия, спектакли и концерты.
11. Примите участие в скаутском движении.
12. Пойте в хоре
13. Посетите вечеринку у кого-нибудь дома
14. Познакомьтесь с продавцами и сотрудниками местных магазинов
15. Пройдите прослушивание в местный театр, помогите за кулисами или станьте волонтером-распорядителем
16. Посетите лекцию или концерт
17. Сделайте пожертвование в местный продовольственный или вещевой банк
18. Играйте в карты или настольные игры с друзьями или соседями
19. Участвуйте в благотворительных прогулках или велопробегах и знакомьтесь с другими людьми
20. Примите участие в политической кампании
21. Посетите местный фестиваль или парад
22. Найдите способ выразить личную благодарность человеку, который вносит вклад в развитие вашего местного сообщества
23. Тренируйте или помогайте в местных (молодежных) спортивных командах
24. Предложите соседу помощь в работе в саду, в покупках или подвезти его куда-либо.
25. Организуйте или примите участие в дискуссионной группе, книжном или киноклубе.
26. Организуйте или присоединитесь к совместным поездкам на автомобиле.
27. Спланируйте пешеходную экскурсию по местному историческому району.
28. Занимайтесь репетиторством или читайте детям, или пусть дети читают вам.
29. Баллотируйтесь на государственную должность.
30. Пригласите соседей на обед.
31. Устройте вечеринку.
32. Предложите свои услуги в каком-либо комитете вне работы.
33. Создайте группу для прогулок (или плавания) как минимум с одним человеком и поддерживайте друг друга.
34. Занимайтесь спортом.
35. Посещайте церковь.
36. Попросите пожилого человека научить вас чему-нибудь.
37. Устройте ужин в складчину.
38. Запишитесь на уроки танцев с другом.
39. Станьте членом попечительского совета.
40. Присоединитесь к какой-либо кампании и примите участие в мероприятиях, которые позволят вам общаться с другими людьми (не ограничивайтесь только пожертвованиями).
41. Соберите группу для уборки местного парка или кладбища.
42. Испеките что-нибудь для соседей или коллег по работе.
43. Посадите деревья.
44. Станьте волонтером в библиотеке или начальной школе.
45. Позвоните старому другу.
46. Запишитесь на курсы и познакомьтесь со своими однокурсниками.
47. Принять или продлить приглашение.

48. Выйдите из системы и сходите в парк.
49. Поздоровайтесь с незнакомцами.
50. Узнайте больше, поговорив с соседом, которого вы ещё плохо знаете.
51. Устройте вечер просмотра фильмов.
52. Помогите с выпуском информационного бюллетеня или создайте свой собственный.
53. Соберите устные истории, чтобы узнать об интересных вещах, которые делали люди.
54. Сократите время просмотра телевизора.
55. Помогите поднять что-нибудь тяжёлое.
56. Дарите своё время другим.
57. Приветствуйте людей.
58. Если вы думаете, что кому-то нужна помощь, спросите об этом и сделайте всё, что в ваших силах.
59. Исправьте поломку, даже если вы её не совершали.
60. Подберите мусор, даже если вы его не выбрасывали.
61. Посещайте открытия галерей и художественные выставки.
62. Организуйте распродажу вещей во дворе своего дома или в районе.
63. Регулярно читайте или слушайте местные новости.
64. Посетите общественное собрание или слушание и выскажите свое мнение.
65. Когда вас что-то вдохновит, напишите личное письмо или отправьте открытку друзьям.
66. Предложите присмотреть за домом соседа, пока его нет.
67. Помогите с раздельным сбором мусора.
68. Попросите посмотреть фотографии друзей.
69. Пригласите местного политика или чиновника выступить перед группой, к которой вы принадлежите.
70. Начните разговаривать с людьми, которых вы регулярно видите.
71. Послушайте детей, которых вы знаете, и узнайте, что для них важно.
72. Запланируйте встречу семьи, друзей или людей, с которыми у вас была особая связь.
73. Нанимайте местных молодых людей для выполнения разовых работ.
74. Напишите письмо в редакцию.
75. Присоединитесь к группе, которая, вероятно, позволит вам завести новых друзей разной национальности, вероисповедания, уровня дохода или жизненного опыта.