

hoy...

1

Agradezco la posibilidad de ser, junto a muchas personas en América Latina, el Caribe y otras regiones, una parte de la construcción de un mundo más justo, con paz y sin pobreza.

2

Me recuerdo que posiblemente no lograré resolver hoy todos los problemas y asuntos pendientes, así que trataré de priorizar adecuadamente.

3

Con afecto y respeto diré “No” o “Ahora no puedo hacerlo” cuando sea necesario, y pediré ayuda a mis colegas, sin dudarlo, cuando la necesite.

4

Cuidaré mi cuerpo mientras trabajo, tomaré un recreo cuando lo necesite y me alimentaré en forma sana. Trataré de hacer ejercicio y tener un buen descanso.

5

Si me preparo para hacer un viaje, planificaré, delegaré, pediré ayuda y coordinaré tareas de manera que me pueda ir y volver en paz.

6

Si estoy viajando, trataré de concentrarme en la tarea por hacer y en apreciar la riqueza de mis colegas y de las organizaciones y comunidades que visitaré.

7

Trataré de tener un gesto amable con los miembros de mi equipo y estaré atento/a a reconocer su trabajo, esfuerzo y compromiso.

8

Intentaré reservar tiempo, fuerzas y voluntad para hacer algo que me guste o haya postergado por algún tiempo, como llamar, visitar o escribir a algún ser querido o ir de paseo a algún lugar especial.

9

Al planificar, presupuestar o revisar un programa o actividad nueva o en curso, tendré en cuenta la seguridad y el bienestar físico, emocional y espiritual de los y las trabajadores humanitario/as, así como sus derechos.

10

Recordaré y celebraré que soy una persona única, valiosa e importante que hoy está cumpliendo una tarea maravillosa y que hace una diferencia en el mundo.

