

PLANNING FOR THE HOLIDAYS

For those that celebrate and come together during the holiday season it can be exceptionally challenging to think about this time of year without your loved one. Media, advertisements, songs and movies played on television can bring on a surge of memories and emotions. We invite you to consider the below suggestions as you recall the past memories and embrace the new ones.

- Consider a completely different plan this year for Hanukkah, Christmas, Kwanzaa, and/or New Year's Eve. Give yourself the option to create a new tradition and/or ritual.
- Allow others to support you by verbally communicating that they can support your choices to do things differently this year.
- Know that people always have opinions, and try to spend time with those that welcome hope and inspire you.
- Encourage a supportive environment: every member of a family is unique; therefore, their wishes for the holidays, their grief, and their ways of coping with feelings are also unique.
- Help yourself by having an agenda available to write down invitations and events you plan to attend.
- Prioritize with intention; ask yourself if the events you chose to attend are aligned with your grief journey and positive supports. Will attending these help improve your situation?
- Know that it's ok to plan a healthy distraction from the sadness of missing your loved one. Enjoying moments of happiness does not mean you're being disloyal to your loved one's memory.



Memory card basket

- Give some thought to the challenges you will encounter this holiday season. Consider ahead of time what may be expected of you, both socially and emotionally, and what your preferences are.
- Perhaps honor your loved one by attending a holiday event your loved one was fond of or by wearing your loved one's favorite holiday sweater.
- Talk about the holiday memories you shared with your loved one with people you trust.
- Consider what your loved one might have wanted for you this holiday season.
- Include your loved one in your holiday planning, for example, make a special wreath, candle, picture frame or ornament as a memorial.
- If you plan to have company over, set a basket out with index cards and pens at your entry way. Encourage guests to share a memory of your loved one or something your loved one did that impacted the guest's life. You can read these during the celebration, or treasure them for you or your family to share privately at a later time.
- Lastly, practice continuous self-compassion--if you need quiet time alone, take it.



The OneLegacy Aftercare team is thinking of you this holiday season. Front row (L to R): Paige Brown, Jennie Axelrod, Beth Welch, Luz Diaz. Back row: Lilia Quiñonez, Tracy Chang, Michelle Post, Deborah Tanner, Kari Kozuki, Anna Binder.

We at OneLegacy will be thinking of you and wish you peace and hope. We offer additional support if needed including a surviving the holidays craft workshop and class in November. Contact Donor Family Aftercare at 800-423-7220 or familycare@onelegacy.org to learn more about our programs.

FALL DO-IT-YOURSELF (DIY) MEMORIAL PROJECT— MEMORY LANTERN OR MEMORY BAG

By: Beth Welch, MS, MA (courtesy of www.whatsyourgrief.com)

Supplies Needed:

- Mason Jar or Paper Bag (white recommended)
- Tissue Paper
- Scissors
- Markers/Colored Pencils/Crayons
- Mod Podge or Glue
- Small Paint Brush
- LED candle



Memory Lantern Jars can be created either individually or as a family/group. The time during this activity could be used as a time to talk about the upcoming holiday and how it will be different since the person who died will not be physically present. These lanterns are not just for decoration; they are also an opportunity to share good memories of the person who died.

Instructions:

1) Start by letting everyone choose the color(s) tissue paper they want to decorate their jar. (Tip: lighter colored tissue paper is best used for this activity.) Cut some into small pieces, but cut at least 3 or 4 large pieces – big enough to write or draw on. Just make sure your pieces are not too big for the jar you are using.



2) If you are creating your jar with someone else or in a group, ask everyone to share a few memories of the person that died that they are especially grateful for.

3) Have everyone either write their memory or draw their memory on the tissue paper. (It is tough to write on tissue

with anything but marker which we recommend using. If your tissue paper is a light color you may be able to use crayon or colored pencil, but those have a tendency to tear the tissue paper.)

4) Repeat this with several different favorite memories.

5) Once you have them done, paint a small area of your jar with glue or mod podge (yes, you can use mod podge on glass!). Cover it with some of the small pieces of tissue.

6) Repeat until you have the jar covered.

7) Brush a light coat of glue or mod podge on top of the tissue and place the large “memory” tissue pieces on top, smoothing them with a clean foam brush. Be careful not to use too much glue or mod podge, as it could cause the ink to bleed.



8) Let the lantern dry and place LED candle inside. Alternately, you can fill it with battery-powered string lights.

Memory Bag – Adaptation

Draw pictures or write messages on the paper bags, you can still insert an LED candle inside to light up the bag. Note: DO NOT USE REAL FIRE FLAME CANDLES. This is a fire hazard. Safety first!

Paper bags come in different colors at many grocery stores, \$.99 Cent Stores, or art supply stores.

Feel free to use the memory lantern or memory bag with the battery-operated candle in it for a center piece or at the place setting at the table where your deceased loved one may have sat during holiday time. See our tips on surviving the holidays article for more ideas.

DEDICATE A ROSE ON THE 2017 DONATE LIFE ROSE PARADE FLOAT “TEAMMATES IN LIFE”

The Donate Life Dedication Garden offers donor families and transplant recipients the opportunity to dedicate roses placed on the Donate Life Rose Parade float. Every dedicated rose is placed in a vial that carries a personal message of love, hope and remembrance. Each year these dedicated roses create a living memorial on the float.



If you would like to dedicate a rose, go to www.DonateLifeFloat.org and click “Rose Dedications” and then “Dedicate A Rose” or you can contact us in Donor Family Aftercare at 800-423-7220 or familycare@onelegacy.org for a dedication form. There are two packages to choose from: The Honor Package is \$35 and the Inspire Package is \$100 and includes a float rendering signed by the float’s designer.



You can personally place your dedicated rose onto the float in Pasadena on December 30th. However, there are a limited number of placement times; as a result, we encourage you to complete your dedication early if you would like to place your rose.

SAVE THE DATE! FORM YOUR TEAM!

The 2017 Donate Life Run/Walk will be held on Saturday, April 29th, in Fullerton, California. If your team participated this past April, we will mail your team captain a registration packet in January. If you want to form a new team or if your address has changed, please contact us and we can send a donor family registration packet to you.

If you’d like Save the Date postcards to send out to family, friends and co-workers, please contact Lacey Wood at 213-356-5231 or lwood@onelegacy.org and provide your name, mailing address and the number of postcards you’d like to receive by mail.

If you have questions or if you want to be on our list to receive a registration packet, contact Kari Kozuki in Donor Family Aftercare at 800-786-4077, x5647 or kkozuki@onelegacy.org.

We hope you’ll join us!



The Circle of Life Garden is a place of honor and reflection. Families submit photos and words of love and remembrance, which make the Garden a truly beautiful part of our annual Donate Life Run/Walk.



Donor families form teams of all sizes to honor their loved ones. Registered participants receive a personalized shirt with their loved one’s image on the back. Team Forever Twenty Two honors Adrian Joseph Jimenez.

MANAGER'S CORNER: NEW STAFF ANNOUNCEMENTS

by Michelle A. Post, MA, LMFT, Manager of Donor Family Aftercare (DFAC)

Once again, our Donor Family Aftercare team is not immune to changes in this fall season. However, for this *Companion* edition we have a few positive changes and additions to our team. I am pleased to officially introduce to you our two newest team members, Beth Welch and Paige Brown, and to share last name changes for Jennie and Lilliana.

Elizabeth "Beth" Welch joins our team as an After-care Specialist focused on coordinating our online Donor Family Facebook Support group, donor family requests for updates on your loved one's organ, eye and tissue donations, and providing phone and face-to-face grief support counseling. Beth has been a registered Marriage and Family Therapy Intern with the CA Board of Behavioral Sciences since June 2015 following her completion of a Masters in Psychology Marriage and Family Therapy from Phillips Graduate Institute May 2015. Beth also holds a M.S. Degree in Child Life from University of La Verne (Feb 2007), and a B.S. Early Childhood Education from University of Illinois Urbana-Champaign. She is also a certified Grief Recovery Specialist.



Beth Welch
Aftercare Specialist

Some of you may know Beth from working with her on donor cases at Northridge Hospital where she has been a Certified Child Life Specialist since 2009. She also previously trained at Childrens Hospital Los Angeles and Western Medical Center (now Orange Global). She has already been a great support to many of our donor families during their hospital-based donation process and that has continued in her work with us since she joined the team. In addition, Beth has a passion for volunteering with Comfort Zone Camp – a free camp for children and teens grieving the death of a parent, guardian or sibling.

Two of our current staff have changed their names since their weddings earlier this year. Lilliana Tavares is now Lilliana Quiñonez and Jennie De Vries is now Jennie Axelrod.

Paige Brown, who also was married this year, has joined us as an Aftercare Coordinator to help with our downtown Los Angeles office Ambassador program, sending donor families copies of their authorization forms, helping enroll tissue donor families into our Aftercare program, coordinating incoming and outgoing correspondence from donor families/recipients and many other projects.



Paige Brown
Aftercare Coordinator

Paige holds two B.A. Degrees: the 1st in Theater and Dance and the 2nd in African and African Diaspora Studies both from University of Texas at Austin. Paige has a variety of work which has equipped her with excellent organizational and technology skills. In addition, she has heartfelt volunteer experience with the Boys and Girls Club of America.

To help you get to know Beth and Paige a little bit: Beth's hobbies include reading, Pilates and her dog, a Yorkie Terrier. Paige loves to read and write, and she enjoys theatre, singing, dancing, volunteer work, surfing, traveling and studying Renaissance Theatre.

Help us welcome Beth Welch and Paige Brown to OneLegacy and please make note of Lilliana's and Jennie's new last names. If any of us can be of support to you during the changes in your life that you are adjusting to after the death of your loved one, please do not hesitate to contact us.

LETTER FROM THE CEO



The moment when every dessert and caffeinated drink in sight is renamed with the prefix "pumpkin-spiced" and the aromas that permeate our local grocery stores and coffee shops are infused with cinnamon is the one that signals the start of the holiday season, especially here in Southern California! What lends this time of year its unique charm is the togetherness that it stimulates, near and far. Families all around the world make plans to join one another and celebrate the inseparable bond made possible because of familial love and support. Yet, what we often tend to take for granted is that each and every loved one will be present for these intimate and merry occasions, in full health and just as robust as ever, when sadly, the reality for many of us is that a relative, significant other

or friend is unable to be there. In the midst of such a dose of reality, however, lies the encouraging fact that countless deceased family members have opted to contribute the greatest gift that anyone can ever give: the gift of life. As challenging as it is to celebrate the holidays without our lost loved ones, I would like to take a moment and urge you to focus on the inspirational and life-changing decision that they made. To take it one step further, to all of you who made the choice to authorize organ, eye and/or tissue donation on behalf of a deceased family member, significant other or friend, I would like to commend you on making such a life-altering decision and remind you of how you demonstrated the ultimate display of altruism and generosity in doing so.

The good that comes out of organ, eye and tissue donation stems from the self-initiative to make an immeasurable impact on the quality of life of those seeking in need of a transplant. I, the entire OneLegacy family, the recipients themselves and all others touched by your selflessness and noble decisions are infinitely grateful for the hope that you leave behind that cannot possibly be measured, and that resonates for eternity.

Lastly, I would like to thank all of you who have shared your precious time, devotion and energy, and exhibited such self-sacrifice in the process, as OneLegacy Ambassadors (Embajadores). What an incredible display of humility you have shown and the fruits of your labor reverberate in every life that you have touched.

Happy Holidays everyone,

Tom Mone, CEO
OneLegacy

SPECIAL UPCOMING EVENTS



Free Grief Support Monthly Workshops on Saturday Mornings

All ages welcome (children starting at age 3 ½).

English or Spanish speaking adults welcomed.

Topics:	Downtown Los Angeles:	Orange or Redlands:
Holiday Coping (with Crafts)	11/12/16	11/19/16
Community/Peer Support in Grief "Teammates in Life"	12/10/16	12/17/16
Self-care and Stress Management	1/14/17	1/21/17
Thoughts That Affect Grief (mood and behaviors)	2/11/17	2/18/17

Contact us for more information or to RSVP: 800-423-7220 or familycare@onelegacy.org.



PRÓXIMOS EVENTOS ESPECIALES



Talleres Mensuales de Apoyo Gratis los Sábados por la Mañana

Todos son bienvenidos (niños mayores de 3 ½ de edad).

Adultos que hablen inglés o español son bienvenidos.

Temas:	Centro de los Ángeles:	Orange o Redlands:
Sobrellevando las Fiestas (con manualidades)	11/12/16	11/19/16
Apoyo de Comunidad/Compañeros "Compañeros en Vida"	12/10/16	12/17/16
Autocuidado y Manejo de Estrés	1/14/17	1/21/17
Pensamientos que Afectan el Duelo (estado de ánimo y comportamientos)	2/11/17	2/18/17

Contáctenos para más información o para confirmar asistencia: 800-423-7220 o familycare@onelegacy.org.

PLANEANDO PARA LOS DÍAS FESTIVOS

Para aquellos que celebran y se reúnen durante la temporada de fiestas, puede ser excepcionalmente difícil pensar sobre esta temporada sin su ser querido. Los medios de comunicación, publicidad, canciones y películas presentadas en la televisión pueden ocasionar una ola de recuerdos y emociones. Les invitamos a que consideren las sugerencias mencionadas a continuación, mientras recuerdan las memorias del pasado y se forman nuevas memorias.

- Considere un plan totalmente diferente este año para Hanukkah, Navidad, Kwanzaa, y/o la Noche de Año Nuevo. Esté abierto a la oportunidad de crear una nueva tradición y/o ritual.
- Comuníquese a sus seres queridos que le gustaría recibir apoyo a su decisión de planear actividades diferentes este año.
- Sepa que las personas siempre tienen sus opiniones, y trate de pasar tiempo con aquellos que inspiren esperanza.
- Estimule un ambiente de apoyo: cada miembro de la familia es único; por lo tanto, sus deseos para las fiestas, su pena, y sus maneras de enfrentarse con sus sentimientos también son únicos.
- Ayúdese a sí mismo al utilizar una agenda para apuntar invitaciones y eventos a los cuales planea asistir.
- Dele prioridad a lo más importante; pregúntese a sí mismo si los eventos a los cuales usted planea asistir están alineados con su duelo y apoyo positivo. ¿Me ayudará a mejorar mi situación asistir a estos eventos?
- Sepa que está bien planear una distracción saludable a pesar de la tristeza de extrañar a su ser querido. Disfrutar momentos de felicidad no significa que usted es desleal a la memoria de su ser querido.



Canasta con tarjetas de recuerdos

- Dedique tiempo para pensar en los retos que podría enfrentar durante esta temporada. Considere por adelantado lo que se esperará de usted, tanto en el ámbito social, como en el emocional, y cuáles son sus preferencias.
- Quizás pueda hacerle honor a su ser querido al asistir a un evento que su ser querido apreciaba. Por ejemplo, puede ponerse el suéter festivo de su ser querido.
- Comparta las memorias de las festividades que usted compartió con su ser querido con personas de confianza.
- Piense en lo que su ser querido quería para usted en este tiempo.
- Incluya a su ser querido en sus planes sobre las festividades, por ejemplo, haga una corona especial, vela, marco para fotos, u ornamento como un memorial.
- Si usted planea tener visitas, coloque una canasta con tarjetas en blanco y bolígrafos en la entrada de su casa. Anime a sus invitados a que compartan una memoria de su ser querido o algo que su ser querido hizo que tuvo un impacto en las vidas de sus invitados. Usted puede leer estas memorias durante la celebración, o atesorarlas para usted y su familia para compartirlas después en un momento privado.
- Por último, practique el cuidado personal continuo—si usted necesita pasar un tiempo a solas, no dude en tomarlo.

Nosotros en OneLegacy estaremos pensando en ustedes y deseándoles paz y esperanza. Ofrecemos apoyo adicional si así lo requieren, incluyendo talleres con manualidades para sobrevivir la época de fiestas. Contacte al Departamento de Servicios a la Familia Donante al 800-423-7220 o escríbanos a familycare@onelegacy.org para más información sobre nuestros programas.



El equipo de Servicios a la Familia Donante de OneLegacy piensa en ustedes durante temporada de estas (l a D): Liliana Quiñonez, Tracy Chang, Michelle Post, Deborah Tanner, Kari Kozuki, Anna Binder. Primera Fila: Paige Brown, Jennie Axelrod, Beth Welch, Luz Diaz

PROYECTO DE CONMEMORACIÓN DE OTOÑO PARA HACER EN CASA – LINTERNA DE MEMORIAL O LUMINARIAS

por: Beth Welch, MS, MA (cortesía de www.whatsyourgrief.com)

Materiales Necesarios:

- Frasco de vidrio o bolsa de papel (se recomienda en blanco)
- Papel de seda
- Tijeras
- Marcadores – Lápices de colores – creyones de cera
- Pegamento Mod Podge o pegamento escolar
- Brocha pequeña
- Vela de luces LED



Las linternas realizadas con frascos de vidrio pueden ser hechas ya sea individualmente o en familia/grupo. Mientras realizan esta actividad, pueden conversar sobre los días festivos y cómo serán diferentes, ya que la persona fallecida no estará físicamente presente. Estas linternas no sólo sirven como decoración, sino que también les dan una oportunidad para compartir los buenos recuerdos de la persona fallecida.

Instrucciones:

1) Comience escogiendo el color del papel de seda que desee utilizar para decorar sus frascos de vidrio. (Sugerencia: es mejor usar papel de seda de colores claros para esta actividad.) Recorte algunos en pequeñas piezas y también corte por lo menos 3 o 4 piezas adicionales que sean lo suficientemente grandes como para escribir o dibujar en ellas. Solo asegúrese



3) Pida que todos escriban o dibujen su memoria en el papel de seda. (Es difícil escribir en papel de seda, así que

recomendamos que utilicen los marcadores adecuados. Si su papel de seda es de un color claro, puede usar creyones o lápices de colores, pero esos tienen la tendencia de romper este tipo de papel.)

4) Repita esto con varias memorias favoritas.

5) Una vez que ha terminado, coloque pegamento o pegamento Mod Podge en uno de los lados del frasco (¡Se puede usar el pegamento Mod Podge en el vidrio!)

6) Repita el mismo paso, hasta que el frasco este cubierto por completo.

7) Aplique una capa leve de pegamento o pegamento Mod Podge sobre el papel seda y coloque las piezas grandes de “memoria”, alisándolas con una brocha de espuma limpia. Tenga cuidado de no usar mucho pegamento, ya que el exceso puede hacer que la tinta se despinte.



8) Permita que la linterna se seque y coloque la vela LED adentro. Alternativamente, puede llenar el frasco con luces de hilo de baterías.

Luminarias, o bolsas de luz – Adaptación

Dibuje fotos o escriba mensajes en las bolsas de papel y luego coloque las velas LED dentro, para iluminar la bolsa. Nota: NO USE VELAS REALES, ya que éstas podrían iniciar un incendio. ¡Tome precaución!

Las bolsas de papel vienen en distintos colores y están disponibles en muchos supermercados, tiendas de \$.99 centavos, o tiendas de artículos de arte.

Siéntase libre de usar su linterna o su luminaria con la vela operada por baterías como un adorno de mesa, o en el lugar donde su ser querido fallecido se sentaba durante la cena. Vea nuestras sugerencias para más ideas en el artículo titulado “Planeando para los días festivos.”

DEDIQUE UNA ROSA EN LA CARROZA DONE VIDA® DEL DESFILE DE LAS ROSAS 2017 “COMPAÑEROS EN VIDA”

El Jardín de la Dedicatoria Done Vida ofrece la oportunidad a familias donantes y receptores de trasplantes para dedicar rosas colocadas la Carroza Done Vida® del Desfile de las Rosas 2017. Cada rosa dedicada se coloca en el frasco que llevará un mensaje de amor, esperanza y recuerdo. Cada año estas rosas dedicadas crean un memorial viviente en la carroza.

Si a usted le gustaría dedicar una rosa, vaya a www.DonateLifeFloat.org y haga clic a “Rose Dedications” y luego a “Dedicate A Rose” o puede ponerse en contacto con el Departamento de Servicios a la Familia Donante al 800-423-7220 o familycare@onelegacy.org para pedir un formulario de dedicación. Hay dos paquetes para elegir: El costo del Paquete de Honor es de \$35 y el del Paquete Inspirar es de \$100 e incluye una representación de la carroza firmada por el diseñador.

Usted puede personalmente colocar su rosa dedicada en la carroza en Pasadena el 30 de diciembre. Sin embargo, hay un número limitado de horas de colocación; como resultado, les animamos a completar su dedicación temprano si le gustaría colocar su rosa.



El Jardín de Circulo de Vida es un Lugar de honor y reflexión. Las familias entregan fotos y palabras de amor y recuerdo, las cuales hacen del Jardín una parte verdaderamente hermosa de nuestra Carrera/Caminata Anual Done Vida.



Familias donantes forman equipos de todos tamaños para honrar a sus seres queridos. Los participantes registrados recibirán una camiseta personalizada con la imagen de su ser querido. El equipo “Por Siempre Veintiuno” honra a Adrian Joseph Jimenez.

¡RESERVE LA FECHA! ¡FORME SU EQUIPO!

La Carrera/Caminata Done Vida de 2017 se celebrará el sábado, 29 de abril, en Fullerton, California. Si su equipo participó este pasado abril, nosotros le mandaremos por correo un paquete de registración al capitán de su equipo este enero. Si usted quiere formar un nuevo equipo o si su dirección ha cambiado, por favor contáctenos y nosotros le enviaremos un paquete de registración para familias donantes.

Si desea tarjetas de Reserve la Fecha para enviar a familiares, amigos y compañeros de trabajo, por favor contacte a Lacey Wood al 213-356-5231 o lwood@onelegacy.org

y deje su nombre, dirección postal y el número de tarjetas que desea recibir por correo.

Si usted tiene preguntas o si quiere estar en nuestra lista para recibir un paquete de registración, contacte a Kari Kozuki en el Departamento de Servicios a la Familia Donante al 800-786-4077, x5647 o kkozuki@onelegacy.org.

¡Esperamos que nos acompañe!

LA ESQUINA DE LA GERENTE: ANUNCIOS SOBRE NUEVO PERSONAL

de Michelle A. Post, MA, LMFT, Gerente de Servicios a la Familia Donante (DFAC)

Una vez más, nuestro personal no es inmune a los cambios durante esta temporada de otoño. Sin embargo, para esta edición del *Compañero* tenemos algunos cambios positivos y algunas incorporaciones a nuestro equipo. Es un placer presentarles oficialmente nuestros dos miembros nuevas, Beth Welch y Paige Brown, y el compartirles el cambio de apellidos de Jennie y Liliana.



Beth Welch
Especialista de Duelo

Elizabeth "Beth" Welch se une a nuestro equipo como una Especialista de Duelo para coordinar nuestro grupo de Apoyo para Familias Donantes en Facebook, asistir a las familias a pedir información sobre los receptores de órgano y donación de ojo y tejido, y proveer consejería a quienes están en duelo por teléfono y en persona. Beth ha estado registrada como una Interna en Terapia de Matrimonio y Familia con el Comité de Ciencias de Comportamiento de CA desde junio 2015 después

de completar su Maestría en Psicología de Terapia en Matrimonio y Familia del Instituto de Postgrado Phillips en mayo 2015. Beth también tiene una Maestría en Ciencias en Vida Infantil de la Universidad de La Verne (Feb 2007), y un Bachillerato en Ciencias en Educación Prescolar de la Universidad de Illinois Urbana-Champaign. También está certificada como una Especialista de Recuperación de Duelo.

Puede ser que algunos de ustedes ya conozcan a Beth por haber trabajado con ella en los casos de donación en el Hospital Northridge donde ella fue una Especialista Certificada en Vida Infantil desde el 2009. También ella anteriormente entrenó en el Hospital de Niños de Los Angeles y el Centro Médico Western (ahora conocido como Orange Global). Ella ya ha sido un gran apoyo para muchas de nuestras familias donantes durante el proceso de donación basado en el hospital y eso continua en su trabajo con nosotros desde que se unió a nuestro equipo. Además, Beth tiene una pasión por ser voluntaria en *Comfort Zone*

Camp- un campamento gratis para niños y adolescentes que han sufrido la muerte de un padre, guardian legal o hermano(a).

Dos miembros de nuestro personal actual han cambiado sus apellidos debido a que se casaron. Liliana Tavares es ahora Liliana Quiñonez y Jennie De Vries es ahora Jennie Axelrod.

Paige Brown, quien también se casó este año, se ha unido a nosotros como una Coordinadora en nuestro departamento para ayudarnos con el programa de Embajadores en nuestra oficina en el centro de Los Ángeles, enviando copias de autorizaciones y ayudando a inscribir a familias donantes de tejido para recibir servicios. También ella asiste a coordinar correspondencia entrante y saliente de nuestras familias donantes/receptores y muchos otros proyectos.

Paige tiene dos Bachilleratos en Humanidades: el 1^o en Teatro y Baile y el 2^o en Estudios de Diáspora Afroamericanos ambos de la Universidad de Texas en Austin. Paige tiene variedades de experiencia la cual la ha equipado con excelentes habilidades organizativas y de tecnología. Además, tiene experiencia, cercana a su corazón, como voluntaria en el *Boys and Girls Club of America*.

Para ayudarles a conocer un poco más a Beth y Paige: Los pasatiempos de Beth incluyen leer, ejercicios Pilates, y su perro, un Yorkie Terrier.

A Paige le encanta leer y escribir, y disfruta el teatro, cantar, bailar, trabajar como voluntaria, surfear, viajar y estudiar Teatro de la época de Renacimiento.

Acompañémos a darles la bienvenida a Beth Welch y Paige Brown a OneLegacy y asegúrese de tomar nota de los nuevos apellidos de Liliana y Jennie. Si podemos ser de alguna ayuda durante los cambios en su vida después de la muerte de un ser querido, por favor no dude en contactarnos.



Paige Brown
Coordinadora de Servicios a la Familia Donante

CARTA DEL DIRECTOR EJECUTIVO



El momento cuando se nota en las cafeterías y mercados que incluyen bebidas y postres con especies de calabaza y canela es señal del comienzo de la temporada de festividades, ¡especialmente aquí en el Sur de California! Lo que le da a esta temporada su encanto es el compartir en familia con los nuestros cerca y lejos. Familias de todo el mundo hacen planes para juntarse y celebrar el amor y apoyo familiar. Aun así, lo que usualmente damos por hecho es que nuestros seres queridos estarán presente en estas ocasiones íntimas y felices, con salud total y fuertes como siempre, cuando tristemente, la realidad para muchos de nosotros es que ese pariente, pareja o amigo no estará. En medio de esa realidad, sin embargo, se encuentra el hecho de que incontables

miembros de familia que han fallecido han optado por contribuir el mayor regalo que cualquier persona pudiera dar: el regalo de la vida. Tan difícil es celebrar las fiestas sin nuestros seres queridos que hemos perdido, por eso quiero tomar un momento y invitarlos a concentrarse en la decisión inspirante que ellos tomaron. Para añadir, todos ustedes que tomaron la decisión de autorizar la donación de órgano, cornea y/o tejido en nombre de su miembro de familia fallecido, pareja o amigo, quiero elogiarlos por tomar tal decisión que cambia vidas y recordarle que por hacerlo usted ha demostrado la máxima muestra de altruismo y generosidad.

Lo importante de la donación de un órgano, cornea y/o tejido se deriva de iniciativa y tener un impacto en la calidad de vida de aquellos que necesitan un trasplante. Yo, la familia OneLegacy, los receptores mismos y todos los demás que han sido tocados por decisiones nobles estamos agradecidos por la esperanza que han dejado la cual no se puede medir, y que resonará por una eternidad.

Finalmente, me gustaría agradecer a todos ustedes que han compartido su tan preciado tiempo, devoción, energía, y han mostrado sacrificio propio en el proceso, como Embajadores de OneLegacy. Que gran muestra de humildad han mostrado y el fruto de su trabajo resonará en cada vida que ustedes han tocado.

Felices Fiestas a todos,

Tom Mone, Director Ejecutivo, OneLegacy



221 S. Figueroa Street, Suite 500
Los Angeles, CA 90012

NON-PROFIT
U.S. POSTAGE
PAID
LOS ANGELES CA
PERMIT #32574

www.onelegacy.org

If you **do not** wish to receive “The Companion” and would like your name removed from our newsletter mailing, please call **213-229-5647**. Thank you.

Si prefiere no ser incluido en la distribución de este boletín, favor de comunicarse con nosotros al **800-423-7220**. Gracias.

Versión en español empieza en la página 7

THE COMPANION

We consider it a privilege to be a companion to you in your journey through grief and healing. In accompanying you, we learn so much from each of you—about your loved one, what this experience is like for you, and the impact he or she has made in your life. We hope to support you through your journey and also hope to reassure you that you are not alone.

Our goal with The Companion is to help connect donor families through stories and shared experiences, to provide articles that address grief and the healing journey, and to provide donor families with information about events related to organ and tissue donation and transplantation. We hope that The Companion is helpful to you and your family.

