

# GUÍA DEL VOLUNTARIADO



**INFORMACIÓN:**

Fundación Patronato Europeo del Mayor y de la Solidaridad Intergeneracional (PEM)  
C/ Lealtad, 13 principal derecha  
39002 Santander  
Tfno.: 942 22 89 22  
Fax: 942 22 89 93  
fpem@fundacionpem.org  
www.fundacionpem.org



Que la vida no te jubile....  
¡Hazte voluntario!

**¡HAZTE VOLUNTARIO!..... 03**  
**¿QUÉ ES SER VOLUNTARIO?..... 04**  
**DERECHOS Y DEBERES..... 05**  
**ACTITUDES..... 07**  
**¿EN QUÉ CAMPOS DE ACCIÓN PARTICIPAN LOS  
VOLUNTARIOS?..... 09**  
**¿QUÉ TE OFRECE LA FUNDACIÓN PATRONATO  
EUROPEO DEL MAYOR?..... 10**  
**ALGUNAS ENTIDADES EN LAS QUE PUEDES  
COLABORAR..... 11**  
**TESTIMONIO..... 16**



## ¡HAZTE VOLUNTARIO!

Con el devenir de los años las personas mayores hemos asumido y construido un nuevo rol activo y participativo como forma de permanecer integrados en nuestras familias y comunidades. Hoy por hoy podemos afirmar que los mayores, dado el tiempo libre de que disponemos, las experiencias personales que poseemos, nuestros intereses y dedicación, los conocimientos adquiridos a lo largo de toda la vida, constituimos un grupo de población con un potencial humano inestimable que es necesario valorar y aprovechar.

Lo realmente importante y diferenciador de este proceso madurativo es la actitud de cada uno de nosotros, pues el envejecimiento, además de ser un fenómeno global, es un fenómeno individual que cada uno debemos afrontar de forma activa y saludable. Una de las formas de envejecimiento activo es la participación social y solidaria a través de programas de voluntariado. Éste constituye a su vez un recurso de carácter preventivo que nos permite un buen envejecer y una mejora en nuestra calidad de vida, pues nos aporta una gran satisfacción personal, un profundo sentimiento de autoestima y la posibilidad de que establezcamos nuevas relaciones sociales.

A diario somos testigos pasivos de situaciones de injusticia e inequidad. Para luchar contra ellas es necesaria la contribución de todos nosotros, también de las personas mayores, en un ejercicio permanente de solidaridad compartida. El voluntariado es un pilar básico para la inclusión social de aquellas personas que por circunstancias de la vida se han visto desplazadas y marginadas de la sociedad. Por ello te animamos a que dediques algo de tu tiempo a aquellos que más te necesitan, según tus inquietudes, habilidades y disponibilidad de tiempo.

### **¿QUÉ ES SER VOLUNTARIO?**

1. Una forma de participación social.
2. Una manera de acercarnos de forma altruista a los problemas de los demás con respeto y una actitud responsable.
3. Es un camino para ejercer la solidaridad sin caer en la cómoda tentación de calificar los problemas de nuestro tiempo como inevitables.
4. Dedicar nuestro tiempo, de forma consciente, gratuita y estable, a las necesidades de otras personas y a la mejora de la sociedad.
5. Una forma de vivir la vida siendo conscientes de que nuestro destino está, de algún modo, ligado al de los demás.



## DERECHOS Y DEBERES

La ley 6/1996 del voluntariado, en su artículo 6 determina los **derechos** de las personas voluntarias. Son los siguientes:

1. Recibir, tanto con carácter inicial como permanente, la información, formación, orientación, apoyo y en su caso, medios materiales necesarios para el ejercicio de las funciones que se les asignen.
2. Ser tratados sin discriminación, respetando su libertad, dignidad, intimidad y creencias.
3. Participar activamente en la organización en que se inserten, colaborando en la elaboración, diseño, ejecución y evaluación de los programas, de acuerdo con sus estatutos o normas de aplicación.
4. Ser asegurados contra los riesgos de accidente y enfermedad derivados directamente del ejercicio de la actividad voluntaria, con las características y por los capitales asegurados que se establezcan reglamentariamente.
5. Ser reembolsados por los gastos realizados en el desempeño de sus actividades.
6. Disponer de una acreditación identificativa de su condición de voluntario.
7. Realizar su actividad en las debidas condiciones de seguridad e higiene en función de la naturaleza y características de aquélla.

8. Obtener el respeto y reconocimiento por el valor social de su contribución.

La Ley del voluntariado, en su artículo 7 determina los **deberes** de las personas voluntarias. Son los siguientes:

1. Cumplir los compromisos adquiridos con las organizaciones en las que se integren, respetando los fines y la normativa de las mismas.
2. Guardar, cuando proceda, confidencialidad de la información recibida y conocida en el desarrollo de su actividad voluntaria.
3. Rechazar cualquier contraprestación material que pudieran recibir bien del beneficiario o de otras personas relacionadas con su acción.





## ACTITUDES Y APTITUDES

1. **Libertad:** Sólo es acción voluntaria aquella que se lleva a cabo de manera libre.
2. **Conciencia solidaria:** El voluntariado ha de tender hacia la mejora del bienestar de personas y grupos sociales vulnerables y marginados. Por ello, es preciso una entrega generosa de lo mejor de uno mismo.
3. **Gratuidad:** prestar al beneficiario una ayuda gratuita y desinteresada, sin esperar ni aceptar ningún tipo de compensación material.
4. **Compromiso:** firme y responsable, en cuatro frentes: el más importante es el que se contrae con el beneficiario del programa; en segundo lugar, el que se desprende de nuestra decisión personal libre; en tercer lugar, hacia la organización que pretende cumplir unos objetivos para los que necesita saber con qué recursos y con qué personas cuenta y por último, compromiso hacia la sociedad ya que el voluntario, en cierta manera, representa a ésta en los ambientes de la exclusión social.
5. **Respeto:** Hacia otros voluntarios (respetando su libertad y dignidad), hacia la persona marginada (reconociendo, respetando y defendiendo su dignidad personal) y hacia la organización (conociendo y asumiendo su ideario, estatutos, fines, programas, normas y métodos de trabajo).
6. **Necesidad de formación e información:** Formación técnica básica sobre el servicio específico a realizar y sobre actitudes y principios generales del trabajo voluntario.

Es conveniente una formación continua y ajustada a la acción, pues sin formación no existe voluntariado, sino voluntarismo. Información sobre la marginación y otras materias sociales e información sobre el medio en el que se desarrollará el trabajo voluntario y sobre la organización.

7. **Humildad:** El voluntariado es una forma más de solidaridad, muy importante, pero subsidiaria de otros medios formales e informales de ejercer la solidaridad.
8. **Participación:** Participación social en la construcción de alternativas y participación en proyectos, formación, reuniones y planes de la organización (sentido de equipo).
9. **Implicación personal:** Una sólida implicación no está reñida con los límites para poder llevarla a cabo. El voluntario no debe llegar a considerar como suyos los problemas de los otros en un sentido negativo.
10. **Disfrutar con la acción voluntaria.** El compromiso debe ser gustoso y agradable.
11. **No complejos de culpa:** No se deben confundir los sentimientos de responsabilidad con los sentimientos de culpa.
12. **Coherencia:** La acción voluntaria debe ser transformadora de actitudes negativas, en lo personal y en lo social.
13. **Huir de una actitud paternalista.** El voluntariado no puede ser una actividad paternalista que pretenda dirigir la vida de los marginados de una manera bondadosa.
14. **Sentido Común:** Para aplicar la teoría al trabajo diario con los voluntarios, siendo especialmente útil en situaciones que precisan de la toma de decisiones urgentes.



## **¿EN QUE CAMPOS DE ACCIÓN PARTICIPAN LOS VOLUNTARIOS?**

La acción voluntaria puede llevarse a cabo con diferentes colectivos socialmente vulnerables (personas sin hogar, inmigrantes, discapacitados, personas mayores,...) y en numerosos ámbitos. Enumeramos algunos de ellos:



## **¿QUÉ TE OFRECE LA FUNDACIÓN PATRONATO EUROPEO DEL MAYOR?**

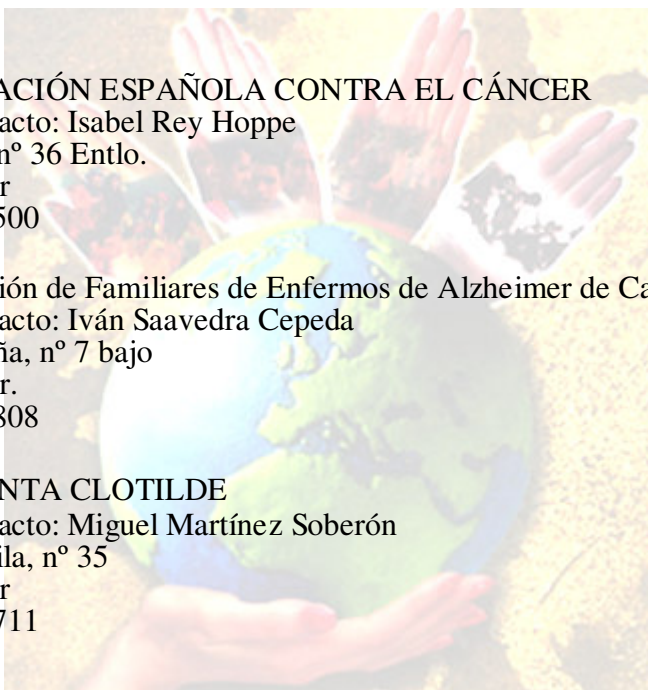
1. Te ofrecemos la oportunidad de colaborar en proyectos sociales de Cantabria con un acompañamiento y asesoramiento continuado.
2. La posibilidad de entrar en contacto con otras personas como tú dispuestas a trabajar para mejorar las condiciones de vida de los más desfavorecidos.
3. El reto de contribuir con tu dedicación y solidaridad, a la inclusión social de personas o colectivos que por diferentes circunstancias se han visto desplazadas de la sociedad.



## ALGUNAS ENTIDADES EN LAS QUE PUEDES COLABORAR

### SANTANDER

1. AECC. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER  
Persona de contacto: Isabel Rey Hoppe  
C/ Magallanes, nº 36 Entlo.  
39007 Santander  
Tfno.: 942 235 500
2. AFAC. Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Cantabria.  
Persona de contacto: Iván Saavedra Cepeda  
C/ Rosario Acuña, nº 7 bajo  
39008 Santander.  
Tfno.: 942 370 808
3. HOSPITAL SANTA CLOTILDE  
Persona de contacto: Miguel Martínez Soberón  
C/ General Dávila, nº 35  
39006 Santander  
Tfno.: 942 217 711



4. AMPROS

Persona de contacto: José Manuel Ruiz Cuesta  
C/ Federico Vial, nº 5  
39009 Santander  
Tfno.: 942 363 617

5. ASOCIACIÓN BANCO DE ALIMENTOS DE CANTABRIA

Persona de contacto: Francisco del Pozo Blanco  
C/ Fernando de los Ríos, nº 65 bajo  
39006 Santander  
Tfno.: 942 314 468

6. ASOCIACIÓN CANTABRIA ACOGE

Persona de contacto: Inmaculada Ureña Ureña  
C/ Monte Caloca s/nº  
39008 Santander  
942 364 445



7. CÁRITAS DIOCESANA DE SANTANDER

Persona de contacto: Nicolás López Ochoa  
C/ Rualasal, nº 5  
39001 Santander  
Tfno: 942 227 809

8. COCINA ECONÓMICA HERMANAS SAN VICENTE DE PAÚL

Persona de contacto: M<sup>a</sup> Dolores Jiménez Muro  
C/ Tantín, nº 27  
39001 Santander  
Tfno: 942 211 963

9. CRUZ ROJA ESPAÑOLA

Persona de contacto: Marta Blanco Díaz y  
Lorena Pérez Mantecón  
C/ Los Acebedos, nº 1 (Alisal)  
39011 Santander  
Tfno: 942 360836

10. UNICEF CANTABRIA  
Persona de contacto: Flor López González  
C/ Hernán Cortes, nº 7 – 1º B  
39003 Santander  
Tfno.: 942 214 595

11. ASCASAM  
Persona de contacto: Alfonso Tazón Alonso  
Pasaje de Astillero, nº 3 bajo  
39001 Santander  
Tfno: 942 364 115

#### **TORRELAVEGA**

1. AMICA  
Persona de contacto: Carmen Narváez Ruiz  
Barrio Sierra Pando, nº 508  
39300 Torrelavega  
Tfno.: 942 895 209





2. FUNDACIÓN AMIGÓ-CASA DE LOS MUCHACHOS

Persona de contacto: Félix Martínez Ortega  
Pintor Varela, casería nº 8  
39300 Torrelavega  
Tfno.: 942 882 954

3. FUNDACIÓN ASILO

Persona de Contacto: Carlota Sierra  
San Román  
Avda. Fernando Arce, nº 18  
39300 Torrelavega  
Tfno.: 942 882 141

**REINOSA**

1. RESIDENCIA SAN FRANCISCO

Persona de contacto: Juan José  
Lázaro González  
Paseo Dr. Jiménez Díaz, nº 5  
39200 Reinoso  
Tfno.: 942 750 400



**Emiliano García Torices, 76 años.**

*Si cuento lo que yo vivo, me digo: “es bueno y provechoso”.*

*Hace unos pocos años, cinco quizás, comencé mi labor de voluntario en Padre Menni.*

*A mí esta experiencia me ha venido bien pues recojo satisfacciones al ver que con tan poco esfuerzo logro que otras personas, que por sus circunstancias y soledad, sientan mi compañía como algo suyo y que gracias a mi “trabajo” se sientan un poco menos vacías. Si esto que explico hace que alguien se anime, a por ello que el que más renta le saca al asunto es quien dedica su tiempo “sobrante” a repartir alegría a quienes más lo necesitan.*



