

PLAN DE FORMACIÓN DE ASAG



YO QUIERO, YO PUEDO, YO SOY CAPAZ

Nos puedes encontrar en:

C/ Industria 86, bajo interior, 39610 Astillero.

Días y horario de apertura del local:

Lunes de 17:30 a 20:00 h.

Miércoles de 10:30-13:00 h.

Teléfono: 619 320 323

Email: somos.asag@gmail.com

Pág. Web: <https://somasasag.wixsite.com/asag>

Redes sociales:

Facebook: ASAG

Instagram: ASAG_YOPUEDOYOSOYCAPAZ

Twitter: ASAG_AG

ÍNDICE:

1. Introducción

2. Objetivos generales de la formación

3. La institución

4. Misión, visión, objetivos y compromiso de la Asociación

5. La importancia del voluntariado

6. Marco Legislativo:

- **Ley 45/2015 de 14 de octubre, de Voluntariado**
- **Carta Europea**
- **Código Ético**
- **Otros**

7. A qué ámbitos dedicamos nuestra acción solidaria

8. Perfiles de las personas destinatarias de nuestras acciones

9. Actividades que se desarrollan en ASAG

10. Problemas que se pueden presentar durante el voluntariado

11. Decálogo de la persona voluntaria

12. Documentación básica

13. Bibliografía

14. Otras:

Medidas específicas de la entidad para motivación, prevención y solución de conflictos:

- **Formación básica (2 horas) de Mediación.**
- **Formación básica (2 horas) de Coaching y PNL**

INTRODUCCIÓN

Según la Plataforma del Voluntariado en España (PVE), la formación se ha convertido en un derecho para las personas voluntarias y una obligación para las entidades de voluntariado tras la entrada en vigor de la Ley de Voluntariado de octubre 2015. Esta norma no hace más que poner en valor de forma oficial una práctica fundamental para el crecimiento de la acción voluntaria.

Este crecimiento ha de girar en torno a la capacitación de las personas voluntarias, el fortalecimiento de las entidades de voluntariado y el acercamiento de la práctica solidaria a la sociedad.

Por lo tanto, la formación es una parte imprescindible en cualquier actividad que se precie y en el movimiento del voluntariado no podía ser menos. En nuestra asociación, apostamos cada año por mantener compromisos que favorezcan una actividad continuada de formación a través de diferentes actividades y/o cursos.

Presentamos este Plan de Formación para Voluntarios con el fin de prestarles una herramienta que sirva para conocer nuestra Asociación, nuestro compromiso, misión, visión y valores de esta, así como para adquirir un compromiso participativo de voluntariado adecuado a la normativa actual.

Cuando nos referimos a Formación del Voluntariado estamos hablando de un proceso constante de transformación, en el que el voluntario con su grupo de acción va dialogando con la realidad, va aprendiendo de ella, va sistematizando sus conocimientos, sus hábitos de trabajo y sus habilidades. Significa, por tanto, una revisión, un ahondamiento y una transformación de sus actitudes. La formación será el espacio propicio para que, gracias a la reflexión sobre la acción, sus motivaciones iniciales vayan creciendo hacia un "modo de ser", hacia "una manera diferente de ver la vida", hacia una búsqueda más sólida de "mejorar la calidad de vida" de una "transformación de la sociedad".



La formación: un derecho del voluntario. En el desarrollo y realización de su acción el voluntario tiene derecho a ser informado, apoyado, asesorado, acompañado y enriquecido por y para este diálogo constante con la realidad. Situar al voluntario en la responsabilidad de una tarea para la que no está capacitado sería violar un derecho, sería conducirlo a un hacer sólo intuitivo, a un hacer ineficaz, o quizás, a una desmotivación personal, a un abandono..., a un retirar su participación.

El voluntarismo, entendido como la voluntad de ayudar a los demás basándose en lo que resulta deseable, es una actitud loable, pero puede tener efectos secundarios si no se desarrolla con la preparación necesaria. Por ello, las personas voluntarias requieren de una formación adecuada para el correcto desempeño de las tareas.

2.- OBJETIVOS GENERALES DE LA FORMACIÓN

De lo dicho en el apartado anterior se desprenden las finalidades de nuestra formación. De acuerdo con ella, es preciso destacar como objetivos generales dentro del voluntariado social y a través de la formación para obtener:

A. Conocimiento (el "saber").

- 1º. Conozca el entramado social, sus problemas, desigualdades y recursos.
- 2º. Conozca el lugar de la acción voluntaria en su contexto.
- 3º. Conozca la institución o asociación a la que pertenece.
- 4º. Conozca los campos y actividades en los que puede ofrecer su tiempo y su persona.
- 5º. Conozca el colectivo específico en el que prestará su servicio.

B. Habilidades (el "saber hacer").

- 1º. Adquiera hábitos de participación.
- 2º. Posea instrumentos apropiados de trabajo.
- 3º. Programe la acción interactuando con otros.
- 4º. Participe en la organización y programación de las actividades de la asociación.
- 5º. Adquiera hábitos de dinamización y animación de la comunidad.

C. Actitudes (el "ser").

- 1º. Posea una conciencia crítica de la sociedad.
- 2º. Profundice y crezca en sus motivaciones para la acción voluntaria.
- 3º. Madure su sentido de gratuidad y responsabilidad.
- 4º. Vaya adquiriendo un talante de vida alternativo al que existe en nuestra sociedad.
- 5º. Refuerce actitudes para la complementariedad con los profesionales de la acción social.

¿Qué opción formativa proponemos en ASAG?

<u>FORMACIÓN PERSONAL</u>	<u>FORMACIÓN INSTITUCIONAL</u>
+ Las motivaciones. + Las actitudes. + Las aptitudes. + El sentido de la responsabilidad. + El sentido de la gratuidad. + El "talante" voluntario.	+ La opción de la asociación o institución: sus objetivos. + Derechos y deberes. + Los campos de acción. + Las acciones posibles. + La acción voluntaria en este contexto. + Sensibilización y educación de la comunidad.

3.- LA INSTITUCIÓN

Nos formamos como asociación en 2013

Somos una asociación sin ánimo de lucro formada por personas con y sin discapacidad. Estamos motivados para resolver problemas a los que las personas con discapacidad tienen que enfrentarse a diario, también para orientar, informar, apoyar y colaborar con el resto del tejido asociativo tanto de nuestro municipio, como a nivel regional. Queremos contribuir de manera activa para conseguir una **Comunidad Inclusiva**, porque SOMOS capaces de aportar nuestro “granito de arena” en este campo. Nos avala el hecho de enfrentarnos diariamente a las dificultades que supone la exclusión por diferentes motivos: barreras arquitectónicas y mentales, falta de información, ignorancia social, etc. Queremos mostrar, y demostrar, que vivir con algún tipo de discapacidad no tiene por qué estar vinculado al sufrimiento, la opresión, la marginación y a asumir que otros decidan por nosotros. Las personas con discapacidad somos ciudadanos como el resto: trabajamos, estudiamos, creamos nuestra propia familia y colaboramos en la sociedad. Trabajamos en RED con otras asociaciones de personas con discapacidad de Cantabria y actualmente estamos federados en COCEMFE-CANTABRIA. Nuestro lema: “YO QUIERO, YO PUEDO, YO SOY CAPAZ”.

4.- MISIÓN, VISIÓN, VALORES, OBJETIVOS Y COMPROMISO DE LA ASOCIACIÓN

- **Misión:** Que la discapacidad esté presente en la agenda económica, educativa, política, cultural y social en el Municipio de Astillero-Guarnizo para conseguir que todos y todas tengamos las mismas oportunidades en todos los campos, utilizando los recursos de la comunidad en igualdad de condiciones, dando visibilidad a las personas con discapacidad como protagonistas, de sus vivencias, dificultades, derechos, capacidades, experiencias y conocimiento, eliminando barreras físicas y sociales. En definitiva, desde nuestra asociación trabajamos y luchamos para cambiar el paradigma en la Comunidad de Astillero-Guarnizo, y de la sociedad en general, en la manera de ser, entender y actuar en temas relacionados con DISCAPACIDAD
- **Visión:** Ser un REFERENTE en Astillero-Guarnizo en el ámbito de la Diversidad, trabajando y colaborando para tener un “municipio lo más universal posible”.
- **Valores:**
 - ✚ PIONEROS: Es la primera asociación de este tipo en el municipio.
 - ✚ RESPETO: Reconocemos a las personas y sus derechos. En ASAG trabajamos por el respeto como vía de convivencia y enriquecimiento.



PLAN DE FORMACIÓN DE ASAG

- + CERCANÍA: Trato directo con nuestros asociados y sus demandas.
- + EXPERIENCIA: Nos avala el hecho de ser personas con diferentes tipos de discapacidades.
- + RESPONSABILIDAD: Asumimos el valor de la responsabilidad como el compromiso hacia la sociedad y el entorno que nos rodea, y, en particular hacia las personas con discapacidad, sus familias y sus necesidades.
- + SOLIDARIDAD: Entendida como una adhesión voluntaria al trabajo y las reivindicaciones comunes a los objetivos de nuestra asociación.
- + COMPROMISO: Nuestro compromiso de actuación sigue las directrices de la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, el Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su inclusión social y demás las leyes vigentes.
- + EQUIDAD DE GÉNERO: Creemos en la igualdad de derechos entre mujeres y hombres ante la ley y por la justicia (equidad de oportunidades) en el acceso y control de los recursos, así como en la toma de decisiones en el ámbito de lo público y lo privado.

▪ Nos dedicamos a:

- a) **Incidencia política:** Se entiende por incidencia política el conjunto de acciones de información, diálogo, presión y/o denuncia (mediante movilización social, participación en órganos representativos, etc.) que tenga como objetivo final influir, reformar y/o implementar políticas públicas, programas, actuaciones, comportamientos, posiciones y decisiones públicas y privadas que afectan a las personas con discapacidad.
- b) **Empoderar:** A través de formación, información, participación, etc. a un colectivo desfavorecido, en este caso al de personas con discapacidad, para que mediante su autogestión puedan acceder a los recursos materiales que les permitan incrementar la puesta en práctica de sus capacidades tanto personales como sociales para mejorar sus condiciones de vida.



▪ **Objetivos:**

- 1º. Conseguir que las personas con discapacidad tengan las mismas oportunidades en todos los campos, utilizando los recursos de la comunidad en igualdad de condiciones.
- 2º. Reivindicar a las administraciones que se cumpla la legislación vigente en relación con el colectivo.
- 3º. Informar, orientar y asesorar a familias y/o personas en temas relacionados con la discapacidad.

▪ **Compromiso: (Según nuestro Código Ético)**

- 1º.-Queremos manifestar nuestro compromiso de actuación siguiendo las directrices de la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, el Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de



noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su inclusión social y demás leyes vigentes.

- 2º.- Crear cultura y reivindicar la discapacidad desde diferentes actuaciones:

- ✚ **Desde el Lenguaje** no discriminatorio
- ✚ **Desde la Igualdad.** Las personas con Diversidad Funcional deben tener la posibilidad de acceder a todos los ámbitos de la vida en condiciones de igualdad con el resto de los ciudadanos.
- ✚ **Desde la Normalización.** Entendiendo la Discapacidad como un hecho normal, sin caer en la “tentación” de ser tratados mejores, ni peores.
- ✚ **Desde la Inclusión.** Entendida como la ausencia de discriminación y/o exclusión social.
- ✚ **Desde el Derecho.** Impulsando las normas de obligado cumplimiento que nada tienen que ver con la solidaridad o la beneficencia, aunque ello implique una adaptación que a su vez conlleve inversión, esfuerzo o implicación extraordinaria.
- ✚ **Desde la Concienciación.** Transmitiendo información para después interiorizarla y clasificarla como algo que nos concierne como seres humanos y como ciudadanos.

PLAN DE FORMACIÓN DE ASAG

- ✚ **Desde la Acción.** Involucrándonos en procesos y proyectos que nos enriquezcan como personas comprometidas en mejorar la vida de los miembros de la Asociación, y muy especialmente de las personas con Diversidad Funcional.
- ✚ **Desde la Honestidad.** Actuando con verdad, rectitud e integridad, respetando la voluntad de las personas que formamos la Asociación siempre y cuando esa voluntad no sea contraria a la Misión, Visión y Valores de la Asociación, ni dañe a terceros. Así mismo se guardará el debido secreto sobre la información relevante.



5.- LA IMPORTANCIA DEL VOLUNTARIADO

1º.-Concepto de voluntariado:

Según la Ley 45/2015 del 14 de octubre, se considera voluntariado todas aquellas acciones de interés general que contribuyen a enriquecer la calidad de vida de la sociedad en general y preservar el medio ambiente. Son acciones llevadas a cabo por individuos físicos y, en definitiva, deben cumplir con una serie de condiciones:

- Tener una naturaleza solidaria.
- Deben realizarse libre y voluntariamente por la persona, sin imposición u obligatoriedad de ningún agente u organización.
- No perciben retribución salarial ni ninguna otra de tipo material.
- Deben ser efectuadas dentro de una organización de voluntariado en nuestro territorio o fuera de él.
- Las actividades que no precisen asistencia física de la persona, como por ejemplo las que se realizan por medio de las TIC pero que estén vinculadas a organizaciones de voluntariado, también se incluyen dentro de esta categoría.

Pero también podemos añadir que el voluntariado es un medio/herramienta para la toma de conciencia social, la implicación y la participación de la sociedad civil en la mejora de las condiciones de vida de todos/as los/as ciudadanos/as. En este caso, se entiende que el voluntariado tiene poder de transformación social.

2º.- ¿Qué significa ser voluntario/a?

La realización de una actividad de voluntariado implica que exista una persona voluntaria, una organización de voluntariado y un entorno (otras organizaciones de voluntariado, personas beneficiarias, administración pública, sector privado, población en general...) en el que actúan tanto la persona voluntaria como la organización de voluntariado.

Estas piezas del voluntariado se relacionan entre sí, y por lo tanto, es necesario que exista una regulación que establezca un marco de actuación que todas las partes involucradas deben conocer.

- La persona voluntaria es aquella que, además de sus actividades personales, dedica parte de su tiempo libre, de manera continuada, a realizar actividades en favor de los/as demás y de intereses colectivos, de forma altruista, dentro de un proyecto que pretende erradicar o modificar las causas que provoca el problema social.
- El voluntariado debe convertirse en una actitud y en una sensibilidad ante la injusticia, la desigualdad o las situaciones de vulnerabilidad.
- No se necesita tener ninguna ideología específica, solo es necesario cuestionarse la realidad y tener la voluntad de mejorarla.
- Cualquier persona puede ser voluntaria, solo se necesita encontrar la actividad adecuada, recibir la formación necesaria y cumplir con el compromiso de una forma rigurosa.



3º Lo que no es voluntariado:

- a) Las acciones aisladas o esporádicas, periódicas o no, prestadas al margen de entidades de voluntariado.
- b) Las ejecutadas por razones familiares, de amistad o de buena vecindad.
- c) Las que se realicen en virtud de una relación laboral, funcionarial, mercantil o de cualquier otra mediante contraprestación de orden económico o material.
- d) Los trabajos de colaboración social a los que se refiere el Real Decreto 1445/1982, de 25 de junio, por el que se regulan diversas medidas de fomento del empleo.
- e) Las becas con o sin prestación de servicios o cualquier otra actividad análoga cuyo objetivo principal sea la formación.
- f) Las prácticas no laborales en empresas o grupos empresariales y las prácticas académicas externas.
- g) Otras acciones individuales.

Esta regulación de la actividad de voluntariado supone grandes ventajas:

- Favorece el libre desarrollo del voluntariado.
- Elimina posibles obstáculos para su ejercicio.
- Diferencia el trabajo voluntario del asalariado.
- Establece criterios para la resolución de conflictos entre las personas voluntarias y la organización.
- Determina medidas de apoyo al voluntariado.

6.- MARCO LEGAL: El marco legal nos proporciona una base sobre la que se asientan las formas de funcionamiento y participación de los voluntarios en la entidad.

Diferentes disposiciones legislativas:

- **Disposiciones de carácter internacional:** Declaración Universal sobre el Voluntariado 2001, Carta Europea para los voluntarios, en la Asamblea General Extraordinaria celebrada el 18 de noviembre de 2000, fue aprobado el Código Ético de las Organizaciones de Voluntariado.
- **El Marco Ético:** EL marco ético, es una parte importante que valoramos que ha de estar presente en nuestra acción voluntaria. Ya que la ética puede orientar nuestras acciones y ayudarnos a afrontar las distintas situaciones que acompañan nuestra práctica.
- **Nacional:** - A nivel estatal: Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado, publicada en el BOE de 15 de octubre de 2015.
<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2015-11072>
- **Leyes autonómicas de Voluntariado:** A nivel autonómico cada comunidad autónoma tiene atribuidas competencias para elaborar su normativa del voluntariado en su territorio. En Cantabria no existe ley de voluntariado como tal, solamente recogido el voluntariado cultural en el Decreto 59/2000, de 26 de julio, por el que se regula el voluntariado cultural en Cantabria.
<https://boc.cantabria.es/boces/verAnuncioAction.do?idAnuBlob=9790>



PLAN DE FORMACIÓN DE ASAG

Entre los aspectos más importantes que se abordan en la Ley del Voluntariado encontramos:

DERECHOS DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS	DEBERES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS
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.	Cumplir los compromisos adquiridos con las entidades de voluntariado en las que se integren, reflejados en el acuerdo de incorporación, respetando los fines y estatutos de estas.
Ser tratados sin discriminación, respetando su libertad, dignidad, intimidad y creencias.	Guardar la debida confidencialidad de la información recibida y conocida en el desarrollo de su acción voluntaria.
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.	Rechazar cualquier contraprestación material o económica que pudieran recibir bien de las personas destinatarias de la acción voluntaria, bien de otras personas relacionadas con su acción voluntaria.
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.	Respetar los derechos de las personas destinatarias de la acción voluntaria en los términos previstos en el artículo 16.
Ser reembolsados por los gastos realizados en el desempeño de sus actividades.	Actuar con la diligencia debida y de forma solidaria.
Disponer de una acreditación identificativa de su condición de voluntario.	Utilizar debidamente la acreditación y distintivos de la organización.
Realizar su actividad en las debidas condiciones de seguridad e higiene en función de la naturaleza y características de aquella.	Participar en las tareas formativas previstas por la entidad de voluntariado para las actividades y funciones confiadas, así como en las que con carácter permanente se precisen para mantener la calidad de los servicios que presten.
Obtener reconocimiento de la entidad de voluntariado, por el valor social de su contribución y por las competencias, aptitudes y destrezas adquiridas como consecuencia del ejercicio de su labor de voluntariado.	Seguir las instrucciones de la entidad de voluntariado que tengan relación con el desarrollo de las actividades encomendadas.
Que sus datos de carácter personal sean tratados y protegidos de acuerdo con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal.	Respetar y cuidar los recursos materiales que ponga a su disposición la entidad de voluntariado.
Cesar en la realización de sus actividades como voluntario en los términos establecidos en el acuerdo de incorporación.	Cumplir las medidas de seguridad y salud existentes en la entidad de voluntariado.
Realizar su actividad de acuerdo con el principio de accesibilidad universal adaptado a la actividad que desarrollen.	Observar las normas sobre protección y tratamiento de datos de carácter personal de acuerdo con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, y demás normativa de aplicación.

PLAN DE FORMACIÓN DE ASAG

La acción voluntaria: La acción voluntaria organizada es aquella que se desarrolla dentro de una organización sin ánimo de lucro por personas físicas que, de manera altruista y solidaria, intervienen con las personas y la realidad social, frente a situaciones de vulneración, privación o falta de derechos u oportunidades para alcanzar una mejor calidad de vida y una mayor cohesión y justicia social como expresión de ciudadanía activa organizada (Definición de la PVE).

VALORES DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA	PRINCIPIOS DE LA ACCIÓN VOLUNTARIA
Los que inspiran la convivencia en una sociedad democrática, participativa, justa, plural y comprometida con la igualdad, la libertad y la solidaridad.	La libertad como opción personal del compromiso tanto de los voluntarios como de las personas destinatarias de la acción voluntaria.
Los que promueven la defensa del bien común y de los derechos fundamentales recogidos en la Constitución Española, interpretados de conformidad con la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención de los Derechos del Niño de Naciones Unidas y la Convención de Naciones Unidas sobre Derechos de las Personas con Discapacidad, la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea y la Carta Social Europea.	La participación como principio democrático de intervención directa y activa en el espacio público y en las responsabilidades comunes y como generadora de ciudadanía activa y dimensión comunitaria.
Los que contribuyen a la equidad, la justicia y la cohesión social.	La solidaridad con conciencia global que exige congruencia entre las actitudes y compromisos cotidianos y la eliminación de injusticias y desigualdades.
Los que fundamenten el despliegue solidario y participativo de las capacidades humanas.	La complementariedad respecto a las actuaciones de las administraciones públicas, entidades sin ánimo de lucro o profesionales que intervienen en cada uno de los ámbitos del voluntariado.
	La autonomía e independencia en la gestión y la toma de decisiones.
	La gratuidad del servicio que presta, no buscando beneficio económico o material.
	La eficiencia que busca la optimización de los recursos pensando tanto en las personas destinatarias de la acción voluntaria, como en la acción voluntaria en su conjunto, en aras de la función social que ha de cumplir.
	La igualdad de oportunidades de mujeres y hombres en todos los ámbitos de actuación del voluntariado.
	La no discriminación de los voluntarios por razón de nacionalidad, origen racial o étnico, religión, convicciones ideológicas o sindicales, enfermedad, discapacidad, edad, sexo, identidad sexual, orientación sexual o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
	La accesibilidad de las personas con discapacidad, de las personas mayores y de las que están en situación de dependencia.

7.- ÁMBITOS A LOS QUE DEDICAMOS NUESTRA ACCIÓN SOLIDARIA

Diferentes ámbitos de actuación del voluntariado

- a. Voluntariado social
- b. Voluntariado internacional de cooperación para desarrollo
- c. Voluntariado ambiental
- d. Voluntariado cultural
- e. Voluntariado deportivo
- f. Voluntariado educativo
- g. Voluntariado sociosanitario
- h. Voluntariado de ocio y tiempo libre
- i. Voluntariado comunitario
- j. Voluntariado de protección civil

Nosotros estamos en el ámbito del Voluntariado Social y, dentro de este, en el apartado de personas con discapacidad.

Voluntariado Social: Es una actividad compuesta por ciertas características que, una vez unidas, son capaces de influenciar positivamente en la mentalidad de las personas.

Características del voluntariado social

-  **Voluntariedad:** Cuando hablamos de voluntariado, nos referimos a la acción que realiza una persona por su propia elección y sin la necesidad de recibir ninguna remuneración a cambio.
Esto no quiere decir que estemos hablando de desinterés, todo lo contrario, las personas voluntarias están envueltas en un gran interés por, no solo aportar una ayuda a la vida de otras personas, sino también a convencer al mundo de que todos somos iguales y merecemos las mismas oportunidades.
-  **Solidaridad:** El voluntariado social es una labor que cumple la función de dar respuesta a múltiples problemas e intereses sociales y no a una finalidad personal que pueda satisfacer sus propios intereses.
Esto significa que las acciones voluntarias están llamadas a mejorar el entorno colectivo de las personas de cualquier parte del mundo en el que se encuentren.
-  **Acción:** El voluntariado social, más allá de predicarlo, se realiza sin muchas excusas. Esto se debe a que este servicio no se puede quedar únicamente en el pensamiento y en las ganas de contribuir a trabajar por un mundo mejor.
-  **Organización:** El voluntariado social es una causa que debe ser organizada, ya que de esta manera se podrá contar con un mayor número de personas, organizaciones y fundaciones que estén dispuestas contribuir de la manera que quieren en llevar a cabo esta labor.

8.- PERSONAS DESTINATARIAS DE NUESTRAS ACCIONES

1. Atención al colectivo de personas con discapacidad y dependencia.
2. Atención a familias con personas con discapacidad y dependencia.
3. Inclusión social.
4. Actividades de sensibilización.
5. Participación comunitaria.
6. Empoderamiento de nuestros socios.
7. Fomento y formación de voluntarios.

¿Qué entendemos por discapacidad?: Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social dice:

Artículo 2, a). A efectos de esta ley se entiende por discapacidad: una situación que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias previsiblemente permanentes y cualquier tipo de barreras que limiten o impidan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás.

Artículo 4.1). Son personas con discapacidad aquellas que presentan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales, previsiblemente permanentes que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.

Principios de las personas con discapacidad: La Convención sobre los Derechos de las personas con discapacidad, en su art.: 3 enumera los principios generales:



Principal marco normativo en discapacidad

● **Ámbito internacional:**

- Declaración Universal de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas (artículos 1 y 7).
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (artículos 2.1, 14 y 26).
- Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (artículo 2.2).



Legislación referente al ámbito de la discapacidad:

- Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.

● **Ámbito europeo:**

- Tratado de la Unión Europea (artículo 9).
- Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (artículos 20 y 21).
- Convenio para la Protección de los Derechos Humanos y de las Libertades Fundamentales, CEDH, Consejo de Europa (artículo 14).
- Carta Europea de Salvaguarda de los Derechos Humanos en la Ciudad (artículo 2).

● **Ámbito estatal:**

- Constitución Española (artículos 1.1., 9.2. y 14).
- Estatuto de los Trabajadores (artículos 4, 17, 24 y 28).
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, por la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres (artículos 3, 4 y 5).



Legislación referente al ámbito de la discapacidad:

- Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, mediante el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social
- Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de Autonomía Personal y de Atención a las Personas en Situación de Dependencia.
- Ley Orgánica 1/2017, de 13 de diciembre, de modificación de la Ley Orgánica 5/1995, de 22 de mayo, del Tribunal del Jurado, para garantizar la participación de las personas con discapacidad sin exclusiones.
- Ley Orgánica 2/2018, de 5 de diciembre, por la modificación de la Ley Orgánica 5/1985, de 19 de junio, del Régimen Electoral General para garantizar el derecho de sufragio de todas las personas con discapacidad.

Diferentes tipos de discapacidad:

- a) **Discapacidad física:** Es aquella que limita o impide el desempeño motor de la persona.
- b) **Discapacidad orgánica:** Patologías que pueden no ser visibles ya que afectan a órganos internos.
- c) **Discapacidad sensorial:** Afecta a los sentidos y por tanto pueden llevar a dificultades de comunicación (ceguera, sordera). Corresponde al tipo de personas que han perdido total o parcial su capacidad visual o auditiva
- d) **Enfermedad mental:** Es una condición o trastorno que afecta al curso normal del pensamiento, teniendo además un gran impacto en la emotividad, estado de ánimo, función cognitiva y conducta del individuo.
- e) **Discapacidad intelectual:** La discapacidad intelectual implica una serie de limitaciones en las habilidades que la persona aprende para funcionar en su vida diaria y que le permiten responder ante distintas situaciones y lugares (definición de Plena Inclusión).
- f) **Trastornos del espectro autista:** El autismo es una alteración que se da en el neurodesarrollo de competencias sociales; comunicativas; lingüísticas y de las habilidades para la simbolización y la flexibilidad (definición de ASPAU).

9.-ACTIVIDADES QUE SE DESARROLLAN EN ASAG

La organización y gestión adecuada del voluntariado debe estar orientada a apoyar el proyecto de vida de cada persona. El voluntariado contribuye a mejorar la calidad de vida de la persona con discapacidad desde la relación personal y generando oportunidades en la comunidad.

1. Acompañar.
2. Apoyar de forma desinteresada y crear un clima de confianza.
3. Aportar seguridad y servicio a la persona con discapacidad y sus familias mejorando su bienestar personal y/o emocional.
4. Fomentar la autonomía e independencia de cada persona con discapacidad.
5. Apoyar el desarrollo personal y la autoestima.
6. Intercambio de experiencias.
7. Hacerles presentes, defender sus derechos y sensibilizar a la sociedad mediante la acción.
8. Acompañar y colaborar en actividades de sensibilización.

10.-PROBLEMAS QUE SE PUEDEN PRESENTAR DURANTE EL VOLUNTARIADO

Cuando la persona voluntaria se incorpora a una organización de voluntariado debe tener en cuenta que, durante su actividad como voluntario/a, pueden presentarse algunos problemas. Es bueno pensar en estas situaciones o circunstancias de forma anticipada para que, en caso de que se produzcan, se sepa cómo resolverlas o abordarlas y, sobre todo, tener en cuenta que siempre hay una solución o alternativa para cualquier situación que se presente.

Dependencia: Puede producirse una relación de dependencia entre la persona o colectivo atendido y la persona voluntaria, y viceversa. Los vacíos afectivos, la soledad, la necesidad de amigos favorecen la confusión entre voluntariado y amistad. Esta situación desemboca en una dependencia que merma o anula la capacidad de decisión y enturbia la actividad de la persona voluntaria.

Situaciones inesperadas o fuera de control: En numerosas ocasiones la persona voluntaria se encuentra en situaciones totalmente imprevisibles, por lo que es posible que tenga que improvisar y echar mano de su imaginación: pueden producirse reacciones inesperadas de las personas, falta de recursos y materiales necesarios, una agresión o mala contestación, un malentendido que desemboque en una discusión o conflicto...



Implicación: La implicación personal es una actitud que debe caracterizar a las personas voluntarias, pero debe tenerse precaución, ya que, si esta implicación es mal interpretada por parte de la organización o las personas beneficiarias, puede suponer un problema o un motivo de abandono a medio plazo. Al empezar el voluntariado se debe ir con calma y poco a poco, evitando llevar los problemas del voluntariado a casa. De no ser así se corre el riesgo de acabar agotado en pocos días. La actividad de voluntariado es algo que debe disfrutarse con responsabilidad, y hay que tener claro que el compromiso, el afecto, el cariño y el apoyo no pueden convertirse en un daño para la persona voluntaria. Por esto, es necesario que, además de la implicación, existan unos límites a esta implicación. La persona voluntaria debe tener claros cuáles son esos límites y comunicarlo a la organización y a las personas beneficiarias.

Apatía y rutina: Después de un tiempo de participar como voluntario/a en una organización puede caerse en la rutina y la apatía porque la actividad deja de ser novedosa, hay pocas sorpresas y puede incluso dejar de ser interesante. Para muchas personas aquí es donde el voluntariado empieza a ser realmente eficaz, porque la situación se ha normalizado. Según otras muchas personas, el voluntariado tiene mucho potencial como para que se caiga en la rutina y el aburrimiento, de tal manera que puede ser una fuente de creatividad e ingenio, y esta potencialidad hay que aprovecharla involucrando a las personas voluntarias en la planificación de las actividades e incluso en la toma de decisiones dentro de la organización. De esta forma la persona voluntaria sentirá que la organización escucha sus ideas y las valora, lo que dará lugar a un mayor compromiso con las actividades que realice.

Prejuicios, juicios de valor y juicios morales: La persona voluntaria puede correr el riesgo de juzgar a la persona a la que atiende en base a su situación personal, su comportamiento o su imagen social.

Esperar resultados: Vivimos en una sociedad en la que lo normal es trabajar bajo presión por lograr unos objetivos en un plazo de tiempo determinado. Todos/as estamos acostumbrados/as a trabajar de esta forma y, en numerosas ocasiones, cuando se desarrolla la acción voluntaria también. Asimismo, hay que tener en cuenta que a veces son las personas con las que se trabaja quienes fijan sus propios objetivos y su temporalidad, siendo la persona voluntaria la que apoya durante el proceso.

No sentirse capaz: Uno de los principales miedos que tienen las personas voluntarias al empezar su voluntariado es la inseguridad de no sentirse capaz de realizar su actividad. Es totalmente normal sentir este tipo de inseguridad al enfrentarse a una situación nueva. En todo caso, la persona voluntaria debe ser responsable a la hora de elegir su voluntariado, pues solo ella sabe cuáles son sus capacidades y habilidades. El elegir un voluntariado de forma poco responsable puede suponer frustración y desmotivación, perjudicando a la persona voluntaria y a las personas con las que se trabaja.

Falta de equipo: En este sentido pueden darse varias circunstancias: que la organización no gestione bien su equipo de personas voluntarias o que la nueva persona voluntaria no se adapte bien al grupo de voluntarios/as, ya sea por su personalidad, por el propio funcionamiento del grupo o porque las características de la acción voluntaria no permiten que el trabajo se haga en grupo.

Metodología y organización del trabajo: En muchas organizaciones de voluntariado no se cuenta con un área de voluntariado o una persona responsable del equipo de voluntariado, lo que se traduce en una mala organización de las actividades o una metodología que no conduce a ninguna parte. Esto puede desembocar en la frustración de las personas voluntarias, ya que pueden sentir que están perdiendo el tiempo, con la consiguiente desvinculación por parte de estas. Las personas voluntarias deben exigir a la organización profesionalidad y buena gestión del equipo de voluntarios/as, porque la acción voluntaria no significa que las cosas se hagan de cualquier manera.

No sentirse útil: Con bastante frecuencia las personas voluntarias sienten que su trabajo no beneficia a nadie ni directa ni indirectamente, lo que puede condicionar su trabajo y su actitud. Algunas veces tienen razón y otras veces es una percepción equivocada de la realidad que puede estar influenciada por un problema interno de la persona (cansancio, impotencia, rutina...).

A veces, la causa está en que la persona voluntaria tiene una visión reducida y muy parcial de todo el proceso, no conoce los precedentes y los objetivos a largo plazo. Tener una visión general de todo hace que la persona vea cómo contribuye su esfuerzo. Esto solo se logra involucrando a las personas voluntarias en los procesos de planificación y decisión que lleven a cabo las organizaciones.

Excesos, defectos y errores en la formación: Otra de las sensaciones que puede tener la persona voluntaria es no tener suficiente formación para realizar su voluntariado. Esto sucede a veces porque algunas personas sienten constantemente que no están preparadas para una labor concreta, aun habiendo recibido la formación necesaria, lo que puede ser reflejo del miedo a no sentirse capaz de realizar adecuadamente su voluntariado.



Decálogo de la persona voluntaria

1. Nadie es perfecto.

Ni te pedirán que lo seas. Tú tienes tus defectos y virtudes, como todas las personas. Pero tu solidaridad es mayor a la de muchas otras personas.

2. Solo con voluntad no es suficiente.

Es el punto de partida, luego tenemos que participar en una entidad de voluntariado que se ocupará de formarnos y en la que formaremos parte de un equipo de voluntariado de una organización que te dará apoyo, y en la que nuestra acción ganará eficacia y no se perderá.

3. No puedes hacerlo tú solo/a.

Cargarse en exceso agota. Cuando una persona ha tirado demasiado del carro se queda sin fuerzas y abandona. Por esta razón es muy importante formar parte de un equipo de personas voluntarias de una organización que te dé apoyo y en la que las diversas funciones se repartan de forma equilibrada.

4. Trabajo en equipo.

Un equipo de voluntariado llega allí donde no creáis posible llegar y encuentra las fuerzas para continuar en el momento que llega la desmotivación y el desánimo. Es apoyarse, es compartir y es aprender del que trabaja a tu lado.

5. Tú no eres el/la protagonista de la acción voluntaria.

La protagonista es la persona hacia la cual dirigimos nuestra acción

6. Si lo haces es porque quieres hacerlo.

No tienes que esperar que nadie te dé las gracias. Si eres voluntario/a es porque crees en lo que haces y no esperas más recompensa que la de ver los resultados de tu trabajo.

7. Que nada ni nadie te desanime.

Los cambios necesitan mucho tiempo para que se produzcan, y no debemos desesperarnos ni darnos por vencidos/as. Algunas cosas saldrán bien y otras mal, y de éstas últimas es de las que hay que aprender para hacerlas mejor en la siguiente oportunidad.

8. Sonríe.

Afrontar la tarea de voluntariado con alegría y buen humor es fundamental. Nuestra actitud influye más de lo que pensamos en las personas con las que nos relacionamos y trabajamos.

9. Una cosa es lo que te gustaría hacer y otra es lo que es necesario hacer.

Recuerda que lo importante es la ayuda a las personas, apoyarlas en su proceso de mejora y trabajar juntos/as para lograr las soluciones. Nunca debemos imponer nuestras soluciones, ideas o visiones.

10. Comprométete.

Ahora cuentan contigo las personas beneficiarias, tu grupo de voluntariado, la organización con la que colaboras... una vez has dicho que sí, no les digas que no. El compromiso debe ser sincero, auténtico y real. No es necesario que le

DOCUMENTACIÓN BÁSICA

- Código ético de organizaciones de voluntariado
- Código ético del voluntariado
- Carta europea del voluntariado
- Declaración Universal sobre el voluntariado
- Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado, publicada en el BOE de 15 de octubre de 2015.
- Declaración Universal de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas
- Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad
- Constitución Española
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, por la Igualdad Efectiva de Mujeres y Hombres
- Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, mediante el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social
- Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de Autonomía Personal y de Atención a las Personas en Situación de Dependencia.
- Ley Orgánica 1/2017, de 13 de diciembre, de modificación de la Ley Orgánica 5/1995, de 22 de mayo, del Tribunal del Jurado, para garantizar la participación de las personas con discapacidad sin exclusiones.
- Ley Orgánica 2/2018, de 5 de diciembre, por la modificación de la Ley Orgánica 5/1985, de 19 de junio, del Régimen Electoral General para garantizar el derecho de sufragio de todas las personas con discapacidad

Bibliografía

Agut, M. P. (2016). *LEY 45/2015, DE 14 DE OCTUBRE*. València: ISSN: 1698-4404.

Aulafácil.com. (s.f.).

Ecom. (2021). *Vulneraciones de derechos y discapacidad física y/o orgánica*. Obtenido de www.ecom.ca.

España., P. p. (1998). Obtenido de

https://www.solucionesong.org/ficheros/4c8ce4c308d66/04_LA_FORMACION_DEL_VOLUNTARIADO_SOCIAL.pdf

FEAPS. (s.f.). *EL VOLUNTARIADO EN FEAPS*. Madrid: FEAPS.

PLATAFORMA DEL VOLUNTARIADO DE ESPAÑA. (s.f.). *GUÍA “QUIERO HACER VOLUNTARIADO*.

PVE. (s.f.). *Guía para la formación en voluntariado*. Madrid: PVE.

