

GUÍA DEL VOLUNTARIADO DEL NOROCCIDENTE DE ASTURIAS

HAZ VOLUNTARIADO
COLOREA TU VIDA
COLOREA LA DE LOS DEMÁS





ABHAL
Asociación Benéfica
Hospital Asilo de Luarca



Ayuntamiento de
Castropol
PRINCIPADO DE ASTURIAS



Ayuntamiento
de El Franco



Ayuntamiento
de Navia



Ayuntamiento
de Valdés





VOLUNTARIADO, ¿QUÉ ES?

Hace referencia a todas las actividades que se hacen en beneficio de una sociedad y que son realizadas por personas en relación con organizaciones públicas o privadas de forma libre, gratuita y solidaria.

Así, cuando hablamos de “persona voluntaria” hablamos de alguien que quiere **participar activamente con otros y otras, para mejorar el entorno en el que vive, desde una actitud solidaria y altruista, y en el marco de programas concretos llevados a cabo por organizaciones de voluntariado.**



HAY 5 PALABRAS QUE LO DEFINEN:

Libre	Tú decides cuándo, dónde, en qué...
Continuado	Requiere compromiso, no puntual
Organizado	En una entidad o colectivo organizado
Solidario	Para mejorar el entorno local y global
Altruista	Sin contraprestación económica a cambio



PORQUÉ HACER VOLUNTARIADO?

Cuando una persona decide hacer voluntariado, lo que **CAMBIA** es básicamente SU FORMA DE ESTAR EN RELACIÓN CON LAS DEMAS y **SU COMPROMISO CON SU COMUNIDAD**, aunque las motivaciones pueden ser distintas:

- razones ideológicas, éticas, morales y/o religiosas,
- razones de crecimiento personal: sentirse útil, conocer y vivir nuevas experiencias, formarse y desarrollarse como persona, de relacionarse y trabajar con los demás, formar parte de algo,...
- razones profesionales (formación, currículum...)
- Para ocupar su tiempo libre, sentirse ocupado, etc...



DE QUÉ TIPO ACTIVIDADES HABLAMOS:

- Las del ámbito de los servicios sociales y la salud.
- Las de protección civil.
- Las educativas, culturales, científicas y deportivas.
- Las de cooperación internacional.
- Las de defensa del medio ambiente.
- Las desarrolladas para promocionar la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.
- Las de promoción y desarrollo del voluntariado y de desarrollo de la vida asociativa.
- Las de defensa de los derechos humanos.
- Las de inserción sociolaboral...



YO CREO
~~EN UN~~

MUNDO MEJOR

¿Y tu?

Si crees, puedes. Ahora elige dónde...



ABHAL. ASOCIACIÓN BENÉFICA HOSPITAL ASILO DE LUARCA

- Villar s/n - 33700 Luarca (Asturias)
- Teléfono: 985642617
- web: www.abhal.es
- Correo.e: hospitalasilo@abhal.es

ABHAL es una entidad sin ánimo de lucro especializada en servicios residenciales de atención integral (bio-psico-social) a personas mayores y/o dependientes prestados con calidad y calidez por profesionales comprometidos con criterios éticos de solidaridad y responsabilidad social, bajo el prisma del humanismo cristiano, siendo los usuarios de nuestros servicios y sus familias, personas socias, voluntarias, colaboradoras, un punto clave de nuestra misión.

Si quieres hacer voluntariado **puedes participar en:**

1. Programa de **acompañamiento a los residentes:** paseos por el entorno, tertulias, lectura de periódico, actividades lúdicas, ...
2. Programa de apoyo al personal de la residencia en las terapias, **eventos festivos, salidas terapéuticas, actividades y talleres** que se llevan a cabo.
3. Programa de acompañamiento de residentes en **estancias hospitalarias.**
4. Apoyo en otras tareas: **actividades intergeneracio-**

nales, mantenimiento, informática...

Requisitos para participar como persona voluntaria: responsabilidad y compromiso adecuado para el desarrollo de la actividad, con ganas de aportar su granito de arena para mejorar la calidad de vida de las personas residentes en ABHAL.



ASOCIACIÓN CARIDAD VEGADENSE (RESIDENCIA LA MILAGROSA)



- C/ La Milagrosa, 18 - 33770 Vegadeo (Asturias)
- Teléfono: 985 634 052
- Correo.e: caridadvegadense@hotmail.com

La actividad principal de la asociación es la atención a personas mayores y dependientes en la Residencia de la Tercera Edad,


Puedes participar en las diferentes facetas de atención a personas mayores: **acompañamiento, ocio, actividades recreativas, lúdicas y culturales, mejora de imagen**, etc. cooperando con la dirección y trabajadores de la residencia, para que los usuarios reciban una atención grupal o individualizada, contribuyendo a una mejor calidad de vida de los residentes y a su inserción activa en el entorno.

Requisitos para participar como persona voluntario: Personas mayores de edad responsables y comprometidas que puedan colaborar, de forma asidua o puntual.



SOLO FALTAS



- 
- Villamil, 1 – Serantes 33749 Tapia de C.
 - Tfno: 985623907 / Fax: 985471039
 - Web: www.asociacionfraternidad.org
 - Correo.e: fraternidad@occidente.com

Fraternidad es una Asociación sin ánimo de lucro orientada a brindar una atención integral a personas con discapacidad intelectual mayores de 16 años. Surge por iniciativa de un grupo de padres en 1981 cuyo **OBJETIVO** era “Mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias, así como promover el cambio de actitudes sociales hacia ellas”.

Programa de voluntariado Fraternidad-Plena Inclusión

A través de este programa tendrás la oportunidad de participar en la comunidad mejorando la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias. Experiencias enriquecedoras que contribuyan a tu crecimiento personal, a través de la relación con personas con discapacidad intelectual, del trabajo en equipo, de la vida asociativa...

Cuentas con respaldo en tu acción voluntaria con un apoyo profesional.

Requisitos para participar como persona voluntaria:

Va dirigido a todas las personas, de cualquier edad, desde

los jóvenes hasta la 3ª edad, que deseen colaborar desinteresadamente en el trabajo con nuestro colectivo.



AFESA, ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL DE ASTURIAS




- C/ Emilio Llaneza, 3-5 Oviedo
- **Delegación Occidente:** 985115142
- web: www.afesasturias.org
- Correo.e: administracion@afesasturias.org

AFESA Salud Mental ASTURIAS es una asociación sin ánimo de lucro cuya Misión es la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental, sus familias y personas allegadas. En el Noroccidente (Área I), contamos con un Servicio de Información y Orientación y un programa de Acompañamiento Integral en el entorno para personas en seguimiento en los servicios públicos de Salud Mental

Programa de Voluntariado AFESA Asturias:

La entidad desarrolla un programa de formación, dirigido a **personas adultas con sensibilidad hacia la salud mental**, y que tiene como objetivo favorecer y motivar la incorporación de personas voluntarias a la entidad. Si estás interesada/o en formar parte del colectivo salud mental, ponte en contacto con nuestra organización.

A close-up photograph of a hand holding a lit matchstick. The matchstick is held horizontally, and a bright, yellow-orange flame is burning at the tip. The background is a plain, light-colored surface. The matchstick has a dark, charred tip and a lighter, unburnt section. The hand is visible on the right side of the frame, with fingers gripping the matchstick.

Antes de que se acabe

ACTÚA



- González del Valle, 5 de Oviedo
- web: www.caritas.es
- Correo.e: web@caritas.as
- Tfno. NorOccidente: 679849745 (Mónica)

Cáritas es el organismo oficial de la Iglesia para la acción caritativa y social en sus diversos niveles (parroquial, diocesano, regional y nacional). Tiene por objeto **ayudar a la promoción y desarrollo integral de todas las personas** desde la acción social en diferentes ámbitos y a determinados colectivos:

Programas de Voluntariado:

- **Acogida y acompañamiento:** Es un espacio de escucha, orientación, asesoramiento, ayuda y apoyo a personas y familias. Los equipos de acogida están formados por personas voluntarias con apoyo técnico de profesionales y están presentes en cada Cáritas Parroquial.
- **Infancia y Familia:** El trabajo con la infancia y la familia desarrolla acciones integrales, participativas y comunitarias desde los derechos de los niños, niñas, adolescentes y las familias.
- **Personas Mayores:** La intervención con las personas mayores y dependientes se centra en el acompañamiento

afectivo y la escucha en domicilios y residencias con personas voluntarias.

- **Migrantes:** Acogemos y acompañamos a las personas migrantes desde los servicios de acogida correspondientes; realizamos acciones de sensibilización.
- **Personas Sin Hogar:** Acompañamos a personas que no disponen de una vivienda digna, con escasos recursos, y falta de redes de apoyo y familiares.

Si quieres hacer voluntariado en Cáritas, puedes contactar a través del **correo, web o contacto telefónico o puedes dirigirte a tu Cáritas Parroquial**. En la parroquia más cercana a tu domicilio, encontrarás a las personas voluntarias de Cáritas que ya están colaborando, y a ellas les podrás ofrecer tu participación, para el desarrollo de las actividades que, desde allí, o en esa zona, se estén realizando.

Requisitos para participar como persona voluntaria: No se requiere ninguna cualificación específica.





MUCHAS SON LAS PUERTAS
QUE TE LLEVAN AL VOLUNTARIADO
ESCOJE LA TUYA



web: <https://www2.cruzroja.es/>

Asamblea Local Luarca:

- C/Nicanor del Campo, 5 33700 Luarca
- Correo.e: luarca@cruzroja.es; tfno.: 985641676

Asamblea Local de Tapia

- El Muelle, S/n, 33740 Tapia de Casariego
- Correo.e: tapia@cruzroja.es; tfno.: 985471005

Asamblea Local del Eo

- C/La Fuente, S/n 33760 Castropol
- Correo.e: figueras@cruzroja.es; tfno: 985636167

Cruz Roja es una organización humanitaria de carácter voluntario. Su misión es estar cada vez más cerca de las personas vulnerables en los ámbitos nacional e internacional a través de acciones integradas, realizadas por voluntariado y con una amplia participación social.

La fuerza de Cruz Roja radica en sus voluntarios y voluntarias: son ellos quienes **actúan para que las personas mayores se sientan lo menos aisladas posible, educan a jóvenes en valores, trabajan con la infancia para combatir el absentismo y fracaso escolar, colaboran en la inserción social de personas inmigrantes, participan en programas de atención a mujeres víctimas de violencia**

de género, atienden a las víctimas de accidentes y participan en rescates... en definitiva, luchan por una sociedad más justa y solidaria.

Consulta en **la asamblea más cercana a tu localidad** para conocer las diferentes áreas de intervención y proyectos en los que puedes desarrollar tu actividad voluntaria:

- Intervención e Inclusión social
- Socorros y emergencias
- Promoción de la Salud
- Educación
- Medio ambiente
- Cruz Roja Juventud

Requisitos para participar: La decisión debe ser resultado de una reflexión personal y de un **deseo de mejorar la calidad de vida en la sociedad en que vivimos** en consonancia los 7 principios fundamentales que guían nuestra actuación. ¡Contacta y te informaremos!

Cualquier persona que desee hacer voluntariado en Cruz Roja asume un **compromiso de permanencia y dedicación** que se deberá respetar. Este compromiso será **el que tú decidas libremente**, en función de tu disponibilidad y las necesidades de la asamblea local.



DEJA DE PENSARLO...



...¡ Y HAZLO !



- El Cabillón s/n. 33740 Tapia de Casariego
- web: www.fundacionedes.org
- Tel.98562192/Fax.985628047
- Correo.e: otl@fundacionedes.org;

La Fundación Edes es una entidad sin ánimo de lucro formada por personas con **discapacidad psíquica e intelectual**, familias, profesionales y personas voluntarias que se unen para **contribuir a que cada persona con discapacidad mejore su calidad de vida**. Trabaja en el noroccidente asturiano y la mariña lucense desde 1999, ofreciendo servicios especializados y apoyos que garanticen el **ejercicio de los derechos, el acceso a los recursos y la inclusión social** de cada persona con discapacidad en este medio rural.

Si quieres sumarte al voluntariado te esperamos para participar en:

1. Programa de voluntariado de Ocio y Tiempo Libre para jóvenes hasta los 21 años, facilitando que las personas con discapacidad disfruten de su tiempo libre contribuyendo al desarrollo de su autonomía personal. Junto a otras personas jóvenes voluntarias, acompaña réis a jóvenes con discapacidad realizando actividades de ocio durante los fines de semana.

Requisitos para participar como persona voluntaria: Tener más de 18 años (o 16 con autorización paterna) y menos de 30 años, sin relación familiar ni profesional directa con alguno de los participantes; ser una persona responsable y con compromiso adecuado para el desarrollo de su actividad y traer ganas de disfrutar.

2. Programa de voluntariado de apoyo a la inserción social y laboral. En este programa se prestarán apoyos y acompañamientos en el entorno laboral y social de las personas con discapacidad.

Requisitos para participar como persona voluntaria: Tener más de 20 años, sin relación familiar ni profesional directa con alguno de los participantes, ser una persona responsable y con compromiso adecuado para el desarrollo de su actividad y con ganas de disfrutar

3. Banco de talentos: colabora con nuestra entidad haciendo aquello que te gusta y sabes hacer. Tú propones la naturaleza y forma de colaboración voluntaria y buscamos cómo encajar (desde una actividad artística, artesana, deportiva,... hasta el apoyo en tareas organizativas o de comunicación (también podría ser en formato telemático).



Engánchate a la red del voluntariado



CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE CASTROPOL



- Servicios Sociales del Ayto. de Castropol
- Pz. del Ayuntamiento, 133760 Castropol
- Telf: 985 637 387
- Correo.e: serviciosociales@castropol.es

Programa de Voluntariado

En el municipio de Castropol podemos participar en varias actividades de voluntariado que buscan mejorar del bienestar de las vecinas y vecinos del municipio de Castropol.

Si quieres ser voluntario-a, puedes participar en actividades de voluntariado social a través de la colaboración con el **ropero solidario** y talleres de ocio y **acompañamientos** en el centro rural de apoyo diurno de Tol

Requisitos para participar como persona voluntaria: No se requiere ninguna cualificación específica



CENTRO MUNICIPAL DE SERVICIOS SOCIALES DE EL FRANCO



- Servicios Sociales del Ayto de El Franco
- Tfno.: 985478728
- Correo electrónico: ssociales@elfranco.es
- Horario: martes y miércoles de 9 a 13 horas

Programa de Voluntariado:

“Los martes a bailarr...”


En el Centro Rural de Apoyo Diurno de El Franco un grupo de voluntarias acuden a bailar con las personas usuarias del Centro, proporcionando un **espacio de participación y movimiento muy divertido y valorado** por el conjunto de participantes.

Para unirse solo tienes que acudir a los Servicios Sociales municipales y allí te informarán de los pasos a seguir.

Requisitos: ganas, alegría y disponibilidad para participar los miércoles de 11 a 12,30 horas.



Red de Asociaciones del Noroccidente de Asturias

A photograph of two hands clasped together against a white background. The hand on the left is light-skinned, and the hand on the right is dark-skinned. The fingers are interlocked, symbolizing unity and commitment.

No importa tu origen, sino tus acciones

ME COMPROMETO



- c/ Barrio Nuevo, 14 33700- Luarca - Valdés
- Correo.e: ssociales.programa@ayto-valdes.es
- Teléfono: 985470176

Programa de acompañamiento del Servicio Municipal de **Ayuda a Domicilio** y del programa **Rompiendo Distancias** del Ayuntamiento de Valdés

Las personas voluntarias prestan su ayuda a personas beneficiarias de los servicios en **acompañamiento** en el domicilio y en salidas, paseos, charla...

Requisitos: Personas mayores interesadas en colaborar.



- C/ Real nº 6 Navia CP 33710
- Tfno 985630094
- Correo electrónico css@ayto-navia.es

El **Programa de voluntariado** está dando sus primeros pasos en el concejo. Las personas voluntarias hacen **acompañamiento de salidas, paseos, charlas**, etc... con l@s usuari@s de la **residencia de mayores**. Tenemos puesta la ilusión en que el proyecto pueda consolidarse y reunir a mas personas

Requisitos: personas que quieran colaborar



volunt**ASTUR**.ORG



VOLUNTARIADO



UN JUEGO EN EL QUE SIEMPRE GANAS



CENTRO DE APOYO A LA INTEGRACIÓN DE CANERO

- Ctra. Anguileiro, N°1. 33785. Canero. Valdés.
- Teléfonos: 684.63.76.69 / 985.47.50.07
- Correo electrónico: caidecanero@abhal.es



El Centro de Apoyo a la Integración es un recurso especializado de **atención y formación de personas adultas con discapacidad intelectual y/o dependencia**, y abierto a la comunidad, cuyo objetivo principal es favorecer la integración social, fomentar la autonomía e independencia e incrementar su calidad de vida y bienestar.

El CAI oferta **actividades de promoción de la salud, participación sociocomunitaria y acciones formativas/ ocupacionales** para dotar a las personas usuarias de las herramientas necesarias para desarrollar su propio proyecto de vida.

Toda la programación está inmersa en la metodología basada en la atención integral centrada en la persona partiendo del respeto a la dignidad y derechos, intereses y preferencias de las personas y contando con la participación efectiva a través de los Planes Personalizados de Apoyo (PPAs).

Si tienes inquietudes y quieres participar como voluntario en el CAI de Canero, ponte en contacto con nosotros.



PROGRAMA ROMPIENDO DISTANCIAS OSCOS - VEGADEO



- Plaza las Infantas s/n 33777 S.Martín Oscos
- tfnos.: 985.62.60.00 / 646.23.29.53
- Correo: rompiendodistanciasoscos@yahoo.es

El programa “Rompiendo Distancias” es un programa de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar del Principado de Asturias, ubicado en los Servicios Sociales Municipales, que proporciona **atención integral a las personas mayores que habitan en núcleos rurales de población dispersa**.

Si quieres hacer voluntariado te esperamos para participar en el Programa de Voluntariado en las Residencias de Personas Mayores de los Oscos, principalmente realizando funciones de **acompañamiento a los Residentes**. Semanalmente se realiza una función de acompañamiento en las Residencias de Personas Mayores de los Oscos, en tareas principalmente de **ocio y entretenimiento**. En la actualidad se realiza una vez a la semana durante 2 horas.

Requisitos para participar como persona voluntaria: participar en la formación necesaria para la realización del voluntariado.

A close-up photograph of a person's hands planting a small green seedling into dark soil. The person is wearing a purple long-sleeved shirt. The background is a blurred green field. The text 'VOLUNTARIADO' is overlaid on an orange banner in the upper left, and 'LA SEMILLA DEL CAMBIO' is written in green letters across the bottom of the image.

VOLUNTARIADO

LA SEMILLA DEL CAMBIO



CENTRO SOCIAL DE PERSONAS MA- YORES Y CTRO. DE DÍA DE LUARCA



- C/ Pilarín 7-8.33700 Luarca. Valdés.
- Teléfono. 985640486.
- Responsable: Trabajadora Social

Los centros sociales de personas mayores son recursos sociales abiertos a la comunidad que se dirigen a **promover el envejecimiento activo**, favoreciendo **el desarrollo personal, la convivencia y la participación social**.

Si quieres participar haciendo voluntariado puedes hacerlo:

1. **Acompañando a las personas usuarias** del Centro de Día de Luarca:

- En actividades y salidas organizadas.
- Compartiendo saberes con las personas usuarias: costura, informática, pintura, interpretación, etc.
- Animar y compartir celebraciones y fiestas señaladas.

2. **En actividades intergeneracionales** organizadas con centros educativos del concejo de Valdés, **proporcionando saberes a otras generaciones**, a través del intercambio de conocimientos y experiencias.

Requisitos para participar como persona voluntaria: **personas mayores socias del Centro Social de Luarca** interesadas en colaborar con el programa.

El horario de actuación **suele ser en horario de mañana** de lunes a viernes, en función del programa de actividades.



CENTRO SOCIAL DE PERSONAS MA- YORES Y CTRO. DE DÍA DE VEGADEO



- C/ La Galea, 1; 33770 Vegadeo
- Telf: 985 476 761 y Fax: 985 476 762

El Centro de día es un servicio dependiente de la Consejería de bienestar social y vivienda que **proporciona atención especializada a personas mayores dependientes**. Si quieres hacer una actividad de voluntariado en nuestro centro te esperamos para tareas de **acompañamiento a personas usuarias** del Centro en **pequeñas compras, gestiones sencillas, visitar a algún familiar** o amigo/a, realizar alguna **actividad lúdica** (visitar una exposición, ir a misa...), dar un paseo, tomar un café...

Requisitos para participar como persona voluntaria: no se requiere **ninguna cualificación** específica. Se necesitan personas con disponibilidad de al menos, **dos horas a la semana en horario de mañana**.



Mucha gente PEQUEÑA
en lugares PEQUEÑOS
haciendo cosas PEQUEÑAS
puede cambiar ...

el mundo





AGRUPACIONES MUNICIPALES DE VOLUNTARIADO DE PROTECCIÓN CIVIL

- Para consultar la Agrupación Municipal de Voluntariado de Protección Civil de tu municipio puedes consultar en tu ayuntamiento o en <http://www.112asturias.es/>



El Voluntariado de Protección Civil el **conjunto de actividades de protección civil desarrolladas por personas físicas agrupadas en entidades de voluntariado**, de modo libre, solidario y altruista, sin buscar beneficio material alguno.

Se rige, además de por la legislación de voluntariado, por la Ley 2/85, sobre protección civil, que recoge que: "corresponde a las Administraciones Públicas la promoción y apoyo de la vinculación voluntaria y desinteresada de los ciudadanos a la protección civil, a través de organizaciones que se orientarán principalmente a la **prevención de situaciones de emergencia que puedan afectarles, en el hogar familiar, edificios para uso residencial y privado, manzanas, barrios y distritos urbanos, así como el control de dichas situaciones**, con carácter previo a la actuación de los Servicios de Protección Civil o en colaboración con los mismos". Cada agrupación municipal tiene su propio reglamento que regula su funcionamiento.



OTRAS FORMAS DE HACER VOLUNTARIADO

Además de las Entidades y programas de voluntariado social anteriores, en el Noroccidente hay muchas asociaciones de ámbitos y actividades diversas con las que puedes colaborar altruistamente de forma organizada y solidaria para contribuir a transformar la realidad y mejorar la calidad de vida a nivel local y global.

Y si no existe, desde el **Centro de Voluntariado y Participación Social te podemos ayudar en el proceso de diseño y puesta en marcha** de un nuevo programa y/o entidad desde la que hacer transformar tu entorno.

Más información en:

- www.otroccidente.org: portal de asociaciones del NOcc
- www.voluntastur.org: Portal del Voluntariado de Asturias
- www.plataformavoluntariado.org: Plataforma de Voluntariado de España

Normativa:

- Ley [45/2015](#) de 14 de octubre de Voluntariado
- Ley Orgánica [1/2002](#), de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación
- Ley del Principado de Asturias [10/2001](#) de 12 de noviembre de Voluntariado
- Ley del Principado de Asturias [6/2019](#) de 29 de marzo de participación y promoción juvenil.

CENTRO DE VOLUNTARIADO Y PARTICIPACIÓN SOCIAL DEL NOROCCIDENTE DE ASTURIAS

Fundación EDES. El Cabillón s/n . 33747 Tapia de Casariego

www.fundacionedes.org / www.otroccidente.org

<http://cvps1.otroccidente.org>

voluntariado@fundacionedes.org / T. 985 628192



ABHAL
Asociación Benéfica
Hospital Asilo de Luarca



Cruz Roja



fundación
EDES **COCEDER**
CONSEJO REGULADOR DE ABOGADOS



Ayuntamiento de
Castropol
PRINCIPADO DE ASTURIAS



Ayuntamiento
de Navia



asociación
Fraternidad



Ayuntamiento
de El Franco



Ayuntamiento
de Valdés



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE DERECHOS SOCIALES Y BIENESTAR