

## Qué es el voluntariado

Cuando hablamos de la persona voluntaria hablamos de la persona que quiere **participar activamente con otros y otras, para mejorar el entorno local y global en el que vive, desde una actitud solidaria y altruista, y en el marco de programas concretos llevados a cabo por organizaciones de voluntariado.**

### En 5 palabras

Libre	Tú decides
Continuado	Participar en un programa
Organizado	Con otros y otras
Solidario	Para mejorar el entorno local y global
Altruista	Sin esperar una contraprestación económica

## Porque lo hacemos

Cuando Decides Participar En Un Programa Con Otros Y Otras, Para Mejorar El Entorno Local Y Global Sin Esperar Una Contraprestación Económica, es decir, decides ser Voluntaria...lo que **CAMBIA** básicamente es, **TU RELACIÓN CON EL ENTORNO**, la posibilidad de aportar para cambiar aquello que no te gusta, que te parece injusto, **TU PARTICIPACIÓN**, y con ella **TU COMPROMISO** con otros y otras.

## ¿Y porqué aceptar este compromiso?

Hay muchas razones, cada uno y cada una tenemos la nuestra:

- Por razones ideológicas, éticas, morales y/o religiosas
- Por razones de crecimiento personal: sentirse útil, conocer y vivir nuevas experiencias, formarse y desarrollarse como persona, de relacionarse y trabajar con los demás...
- Por razones profesionales, formación, currículum...
- Para ocupar su tiempo libre
- Por satisfacción personal
- Etc...

En el camino, con el tiempo y el trabajo, las motivaciones varían.

Piénsalo ¿Empiezas a Creerlo?

Tú puedes hacer algo...

Bienvenido-a y ahora consulta con quién en esta guía de entidades de voluntariado.



## Fundación Edes

El Cabillón s/n. 33740 Tapia de Casariego · Tel.: 985 628 192 · Fax: 985 628 047

[otl@fundacionedes.org](mailto:otl@fundacionedes.org) • [voluntariado@fundacionedes.org](mailto:voluntariado@fundacionedes.org) • [www.fundacionedes.org](http://www.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 la zona rural del nor-occidente asturiano y la maraña 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 el medio rural.

### Si quieres ser voluntario-a te esperamos para participar en:

#### 1. Programa de voluntariado de Ocio y Tiempo Libre para jóvenes menores de 21 años

Facilitando que las personas con discapacidad disfruten de su tiempo libre contribuyendo al desarrollo de su autonomía personal, desde los propios espacios en los que se desenvuelve la vida de las personas. Un equipo de jóvenes voluntarios y voluntarias, acompaña a jóvenes con discapacidad realizando actividades de ocio durante los fines de semana.

#### Requisitos para participar como voluntario-a:

Tener más de 18 años, o los 16 con autorización del padre/madre/tutor-a y menos de 30 años. Sin relación familiar ni profesional directa con alguno de los participantes. Personas responsables y con compromiso adecuado para el desarrollo de su actividad como monitor/a de tiempo libre Y con 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. Para ello se ponen en marcha actividades de ocio y tiempo libre, taller de teatro y se podrán realizar apoyos en el entorno laboral.

#### Requisitos para participar como voluntario-a:

Tener más de 20 años, sin relación familiar ni profesional directa con alguno de los participantes. Personas responsables y con compromiso adecuado para el desarrollo de su actividad y con ganas de disfrutar (para el taller de teatro se requiere experiencia en la propia actividad).

También contamos con algunas iniciativas de voluntariado virtual, acércate y pregunta por ellas.

## Asociación Fraternidad

Villamil,1 - Serantes. 33749 Tapia de Casariego

Tel.: 985 623 907 · Fax: 985 471 039

[fraternidad@occidente.com](mailto:fraternidad@occidente.com)

[www.occidente.com/fraternidad](http://www.occidente.com/fraternidad)

Fraternidad es una Asociación sin ánimo de lucro orientada a defender el acceso de las personas con discapacidad intelectual en condiciones de igualdad a la educación, formación continua, cultura y ocio. Promover la creación por parte de los poderes públicos de aquellos servicios que mejoren la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Trabajar por el reconocimiento de los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

### Programa De Voluntariado FEAPS

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 voluntario-a:

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.

## Special Olympics

Avda. de la Playa, 8, 3ªA

33740 Tapia de Casariego

Tel.: 609 827 037 · Fax: 985 471 039

[susabustiello@hotmail.com](mailto:susabustiello@hotmail.com)

Special Olympics España es una organización sin ánimo de lucro que nace en 1991 como plataforma de promoción y fomento del deporte para personas con discapacidad intelectual con el objetivo de mejorar su calidad de vida.

### Si quieres ser voluntario-a te esperamos para participar en:

Las actividades de entrenamiento, organización y planificación nuestros Campeonatos a lo largo de todo el estado.

### Requisitos para participar como voluntario-a:

No se requiere ningún requisito específico.

## Asociación Benéfica Hospital Asilo de Luarca (ABHAL Residencia)

Villar s/n. 33700 Luarca · Tels.: 985642617 - 666 589 587 · Fax: 985 470 698

[hospitalasilo@abhal.es](mailto:hospitalasilo@abhal.es) • [www.abhal.es](http://www.abhal.es)

ABHAL Residencia es una Entidad con una intensa historia ajena a todo ánimo de lucro inspirada en los valores del humanismo cristiano, la solidaridad y el compromiso social.

Trabajamos en una línea de mejora continua aportando a la sociedad recursos sociales, dinamismo y valores éticos.

Pertenece a un sector solidario, sólido y significativo destacando el valor añadido de los profesionales que atienden los servicios.

Prestamos atención integral y espiritual a personas dependientes, semi-dependientes y no dependientes mayores de 65 años. Asimismo, disponemos de plazas para personas con discapacidad mayores de 50 años.

Ofrecemos la oportunidad de formarse no solo en materia de voluntariado si no también en el plan de formación que la Entidad oferta a su personal cualificado, participar del conocimiento y las experiencias de nuestros mayores, apoyo por parte de los profesionales de la Entidad.

### Si quieres ser voluntario-a te esperamos para participar en:

- Apoyar al personal de la Residencia en las terapias, actividades y talleres que realizamos.
- Acompañar en el día a día de los residentes: paseos por el entorno, tertulias, lectura de periódico, actividades lúdicas... Acompañamiento de los residentes en estancias hospitalarias.
- Apoyar en otras tareas: mantenimiento, informática...

### Requisitos para participar como voluntario-a:

No se requiere ningún requisito específico.



## CENTRO DE VOLUNTARIADO Y PARTICIPACIÓN SOCIAL NOROCCIDENTE - AREA I. Fundación Edes

El Cabillón s/n  
(Apartado De Correos 50). 33710 Tapia de Casariego  
Tel.: 985 628192 · Fax: 985 628047  
E-mail: [voluntariado@fundacionedes.org](mailto:voluntariado@fundacionedes.org)  
Blog: <http://cvps1.otroccidente.org/>  
[www.fundacionedes.org](http://www.fundacionedes.org) • [www.otroccidente.org](http://www.otroccidente.org)



## Programa Rompiendo Distancias Oscos-Vegadeo

Plaza de las Infantas s/n  
33777 San Martín de Oscos  
Tels.: 985 626 000 - 646 232 953  
[rompiendodistanciasoscos@yahoo.es](mailto:rompiendodistanciasoscos@yahoo.es)

Rompiendo Distancias es un programa de la Consejería de Bienestar Social y Vivienda 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 ser voluntario-a te esperamos para participar en:** 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 voluntario-a:** Participar en la formación necesaria para la realización del voluntariado.

## Centro Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valdés

c/ Barrio Nuevo, 14. 33700 Luarca - Valdés  
Tel.: 985 470 176  
[ssociales.programa@ayto-valdes.es](mailto:ssociales.programa@ayto-valdes.es)

## Centro de Día de mayores dependientes y Centro social de Luarca

C/ Pilarín 7-8. 33700 Luarca - Valdés · Tel.: 985 640 486

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

**Programa de acompañamiento del Servicio Municipal de Ayuda a Domicilio del Ayuntamiento de Valdés.**

**Si quieres ser voluntario-a te esperamos para** participar realizando labores de apoyo y acompañamiento a mayores, personas dependientes y familias en situación de necesidad que carecen de apoyo familiar y otro tipo de apoyos siendo beneficiarios del Servicio de Ayuda a Domicilio de los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valdés. Los/las voluntarios/as prestan su ayuda a personas beneficiarias del SAD en diferentes aspectos: acompañamiento en el domicilio y en salidas, paseos, charla...

**Requisitos para participar como voluntario-a:** Personas mayores interesadas en colaborar con el programa. No se requiere una cualificación específica para colaborar. El horario de actuación se desarrolla semanalmente, un día a la semana entre 1-2 horas de acompañamiento en función de la disponibilidad horaria del voluntario.

## Cruz Roja Española - Asamblea Local de Luarca

Avd. de la Argentina, nº14 · 33700 Luarca · Tels.: 985640210 - 985 642 621 · Fax: 985 642 621  
[luarca@cruzroja.es](mailto:luarca@cruzroja.es) • [www.cruz-roja.es](http://www.cruz-roja.es)

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: son ellos quienes actúan para que las personas mayores se sientan lo menos aisladas posible, educan a jóvenes en valores, trabajan con niños para combatir el absentismo y fracaso escolar, juegan con niños en centros hospitalarios, colaboran en la inserción social de personas inmigrantes, participan en programas de atención a mujeres víctimas de violencia doméstica, atienden a las víctimas de accidentes y participan en rescates... en definitiva, luchan por una sociedad más justa y solidaria.

## En la asamblea local de Luarca te esperamos para participar en:

### Proyectos de intervención social

- Alimentos para la Solidaridad
- Llamamiento "Ahora + Que Nunca"

- Promoción del éxito escolar en niños y niñas en dificultad social
- Teleasistencia domiciliaria
- Ayuda a domicilio

### Requisitos para participar como voluntario-a:

En general para la mayoría de los proyectos se requiere ser mayor de 18 años con motivación y empatía con los colectivos con los que se va a colaborar. Las actividades tiene carácter continuo en horario de mañana y/o tarde, mínimo 2 horas semanales.

### Plan de Intervención en Socorros y Emergencias

- Intervención en emergencias. Equipos de respuesta inmediata en emergencias
- Preventivos
- Salvamento marítimo

### Requisitos para participar como voluntario-a:

En estas actividades cabe indicar que se requiere una formación muy específica (primeros auxilios, socorrismo acuático, técnico sanitario, etc...) que se determinará en cada caso.

## ASOCIACIÓN CARIDAD VEGADENSE.- Residencia La Milagrosa

C/ La Milagrosa, nº 18. 33770 Vegadeo  
Tel.: 985 634 052  
[caridadvegadense@hotmail.com](mailto:caridadvegadense@hotmail.com)

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

**Si quieres ser voluntario-a te esperamos para** participar en las diferentes facetas de atención a personas mayores: Acompañamiento, ocio, alimentación, actividades recreativas y culturales, etc.

**Requisitos para participar como voluntario-a:** No se requiere ningún requisito específico.



## Centro de Día de Personas Mayores de Vegadeo

C/ La Galea, 1. 33770 Vegadeo  
Tels.: 985 476 761 · 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 ser voluntario-a te esperamos para** tareas de acompañamiento a usuarias y usuarios 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 voluntario-a:** No se requiere ninguna cualificación específica. Se necesitan personas con disponibilidad de al menos, dos horas a la semana en horario de mañana.

## Proyecto de Voluntariado de Castropol

Servicios Sociales del Ayuntamiento de Castropol  
Pz. del Ayuntamiento, 1. 33760 Castropol  
Tels.: 985 637 387  
[serviciosociales@castropol.es](mailto:serviciosociales@castropol.es)

Desde 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 voluntario-a:** No se requiere ninguna cualificación específica.

## Caritas

[arciprestazgo.eo@caritas.as](mailto:arciprestazgo.eo@caritas.as)  
[arciprestazgo.villaoril@caritas.as](mailto:arciprestazgo.villaoril@caritas.as)  
[animacion.occidente@caritas.as](mailto:animacion.occidente@caritas.as)

Cáritas es el organismo oficial de la Iglesia para la acción caritativa y social en sus diversos niveles (parroquial, diocesano, regional y nacional). Están alimentadas y fundamentadas desde las dimensiones del ministerio de la caridad.

**Si quieres ser voluntario-a,** 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 voluntario-a:** No se requiere ninguna cualificación específica.

## GUIA DEL VOLUNTARIADO DEL NOROCCIDENTE DE ASTURIAS



# VOLUNTARIADO