

Actívate: 8 pasos hacia el voluntariado



La convención sobre los derechos de las personas con discapacidad de las Naciones Unidas recoge el derecho a la participación y la accesibilidad.

El voluntariado es una forma de participar en la comunidad de manera libre y altruista.

Altruista:

Una persona altruista es aquella que mira por el beneficio de los demás sin esperar nada a cambio.

¿Para qué sirve este documento?

Este es un documento de apoyo que ofrece pautas y recomendaciones para acompañar en el voluntariado.

¿A quién va dirigido?

- A las personas que quieren iniciar un voluntariado.
- A las personas referentes de la entidad que acompañan a las personas voluntarias.
- A las personas referentes de la entidad que acogen a las personas voluntarias.

Paso 1:

Explícame las ideas importantes del voluntariado

Ayúdame a entender el significado de compromiso y los derechos y deberes como persona voluntaria.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Conociendo otras experiencias de voluntariado.
- Conociendo testimonios de otras personas voluntarias.
- Mirando vídeos de otros proyectos de voluntariado.
- Leyendo el documento de compromiso de voluntariado y de derechos y deberes. Estos documentos deben estar en lectura fácil.
- Participando en una sesión informativa.



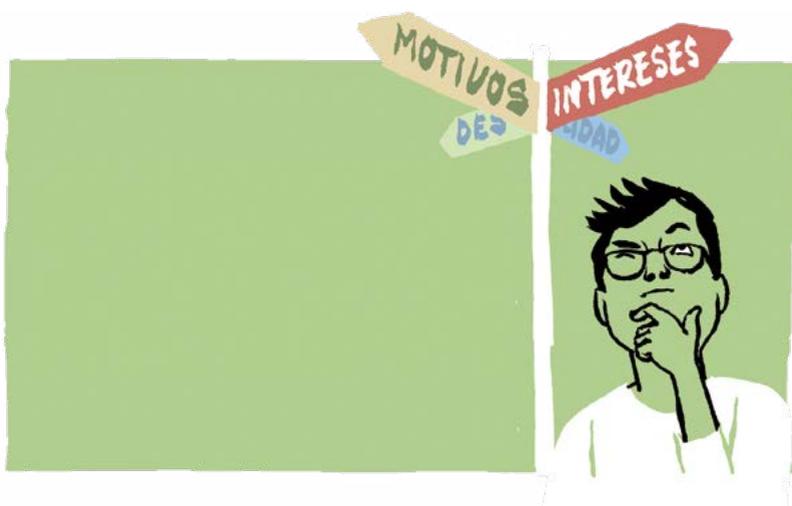
Paso 2:

Escucha cuáles son mis preferencias, ayúdame a escoger mi voluntariado y cómo quiero hacerlo

Acompáñame a conocer cuáles son mis motivos, intereses, puntos fuertes, deseos y disponibilidad para iniciar el voluntariado.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Haciendo una entrevista.
- Completando un cuestionario.
- Haciendo una lista de mis intereses y mis preferencias.



Paso 3:

Explícame qué voluntariados puedo hacer dentro de la entidad o en la comunidad

Ayúdame a recoger toda la información que necesito para decidirme.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Escuchando testimonios de otros voluntarios y voluntarias.
- Conociendo otras experiencias de voluntariado.
- Buscando información de entidades donde pueda hacer el voluntariado que me interese.
- Podemos consultar:
 - Una lista de recursos y entidades.
 - Direcciones web.
 - Folletos informativos.



Paso 4:

Decido el voluntariado que quiero hacer y planificamos los pasos a seguir

Organizamos conjuntamente con los referentes de las entidades:

1. El contacto con la entidad de voluntariado.
2. Una reunión con las personas referentes de esa entidad.
3. La planificación de mi voluntariado: definimos tareas, acordamos horarios y conocemos la normativa a seguir.
4. Los apoyos que necesito.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Contactando con la entidad a través de una llamada, un correo, una visita, etc.
- Haciendo una reunión en la misma entidad, en un espacio comunitario, por videoconferencia, etc.
- Planificando el voluntariado por teléfono, por correo, en una reunión presencial, etc.



Paso 5:

Una vez he decidido el voluntariado, valoramos los apoyos que necesito para hacer el voluntariado que he escogido

Concretamos los tipos de apoyos.

¿Cómo puedo hacerlo?

Revisamos si necesito:

- Información adaptada, como por ejemplo documentos en lectura fácil, un calendario o los datos de contacto.
- Apoyos personales, como por ejemplo un familiar, un referente de voluntariado, un asistente personal o un referente comunitario.
- Apoyos tecnológicos, como por ejemplo documentos con audiodescripción o una aplicación para el teléfono móvil.



Paso 6:

Ofréceme la formación adecuada

Garantízame que la formación que estoy haciendo sobre el voluntariado sea accesible.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Con una formación inicial.
- Con una formación específica.
- Con una formación complementaria.



Paso 7:

Quedemos y hablemos sobre cómo va mi voluntariado

- Hacemos seguimiento del voluntariado.
- Evaluamos cómo va el voluntariado.
- Si conviene hacer cambios: revisamos los apoyos, los horarios, las tareas que realizo, etc.

¿Cómo puedo hacerlo?

- Hacemos una reunión conjunta.
- Hacemos una llamada.
- Hacemos una videoconferencia.
- Hacemos una encuesta de valoración y seguimiento.



Paso 8:

Acompáñame a finalizar mi voluntariado

Para acabar mi voluntariado, me despido de la entidad donde he hecho el voluntariado, de la forma que me haga sentir más cómodo.

Si no sé cómo hacerlo, pido ayuda.

¿Cómo puedo hacerlo?

- De forma presencial.
- Con una llamada.
- Con una carta de despedida.
- Con un correo de despedida.



Después de tu experiencia, recuerda que el voluntariado es una forma de participar en la comunidad.

Te puedes comprometer con el voluntariado siempre que quieras.



Contacto:

Joan Güell, 90-92 | 08028 Barcelona

Teléfono: 93 490 16 88 | Fax: 93 490 96 39

info@dincat.cat | www.dincat.cat

 @grupdincat  /grupdincat



© Lectura Fácil Europa. Logo: Inclusion Europe
Más información en www.easy-to-read.eu

Con el apoyo de:



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies**

**Este documento ha sido posible
gracias a la colaboración de:**



som
—fundació

