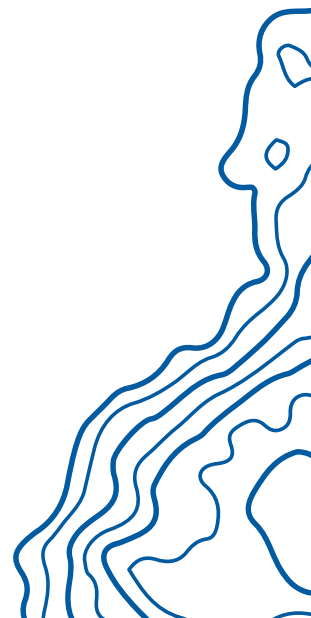




CONFEDERACIÓN ESTATAL DE MAYORES ACTIVOS

BANCO DE BUENAS PRÁCTICAS EN VOLUNTARIADO

Documento que recopila, sistematiza y analiza “Siete Buenas Prácticas” en el ámbito del voluntariado andaluz.



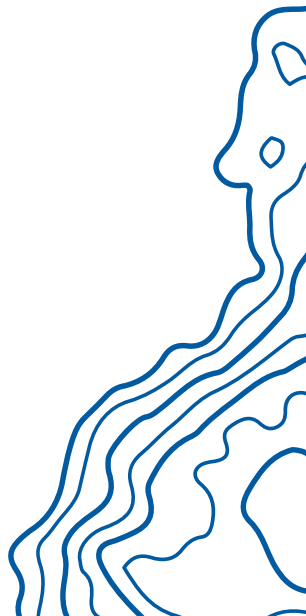


TABLA DE CONTENIDO

01. ¿Qué es CONFEMAC?	4
02. Fines del Banco de Buenas Prácticas	5
03. Siete buenas prácticas en voluntariado	6
Práctica 1. Proyecto Jubilados Activos y Solidarios: Taller de cooperación al desarrollo	7
Práctica 2. Voluntariado y participación social en actividades de ocio y tiempo libre.....	13
Práctica 3. Vínculos que cuidan: envejecimiento activo, saludable y soledad acompañada en Polígono Sur, Sevilla	19
Práctica 4. Programas de envejecimiento activo y prevención de la soledad no deseada	25
Práctica 5. Voluntariado cultural en el Festival de Cortometrajes Sociales EDITA	31
Práctica 6. Alegrando corazones: acompañamiento a personas con enfermedad cardiovascular	38
Práctica 7. Más apoyos, más oportunidades: voluntariado y ocio inclusivo	44
04. Claves compartidas para un voluntariado con impacto	50
05. Datos de contacto	55



¿Qué es CONFEMAC?

La Confederación Estatal de Mayores Activos (CONFEMAC) es una entidad estatal sin ánimo de lucro dedicada a promover el envejecimiento activo EMISOR y defender los derechos de las personas mayores, con especial atención a la promoción del buen trato y a la prevención, detección e intervención ante situaciones de abuso y/o maltrato.

Su trabajo parte de una visión del envejecimiento como una etapa de participación, autonomía y compromiso social, en la que las personas mayores no solo reciben apoyos, sino que también son agentes activos de cambio en sus comunidades. Desde este enfoque, desarrolla programas de voluntariado sénior, sensibilización, formación y proyectos intergeneracionales orientados a favorecer un envejecimiento participativo y con sentido, y una sociedad más inclusiva y solidaria.

El trabajo directo y continuado con personas mayores permitió a CONFEMAC conocer de primera mano sus inquietudes, necesidades y posibles situaciones de vulneración de derechos, ampliando progresivamente su ámbito de actuación. Así, la participación activa de las propias personas mayores se ha convertido también en una herramienta para sensibilizar, prevenir y avanzar hacia una sociedad en la que la edad no implique pérdida de derechos, autonomía o capacidad de decisión.

CONFEMAC cuenta, además, con servicios especializados como el Teléfono contra el Abuso y Maltrato a las Personas Mayores (900 65 65 66), que ofrece orientación profesional, acompañamiento y derivación ante posibles situaciones de riesgo. Esta labor se complementa con herramientas de análisis, generación de conocimiento, contenidos y campañas de sensibilización de ámbito estatal, así como con la participación en redes y alianzas con entidades sociales, universidades y administraciones públicas para mejorar las prácticas de intervención y promover una cultura basada en el respeto, la dignidad y el buen trato.



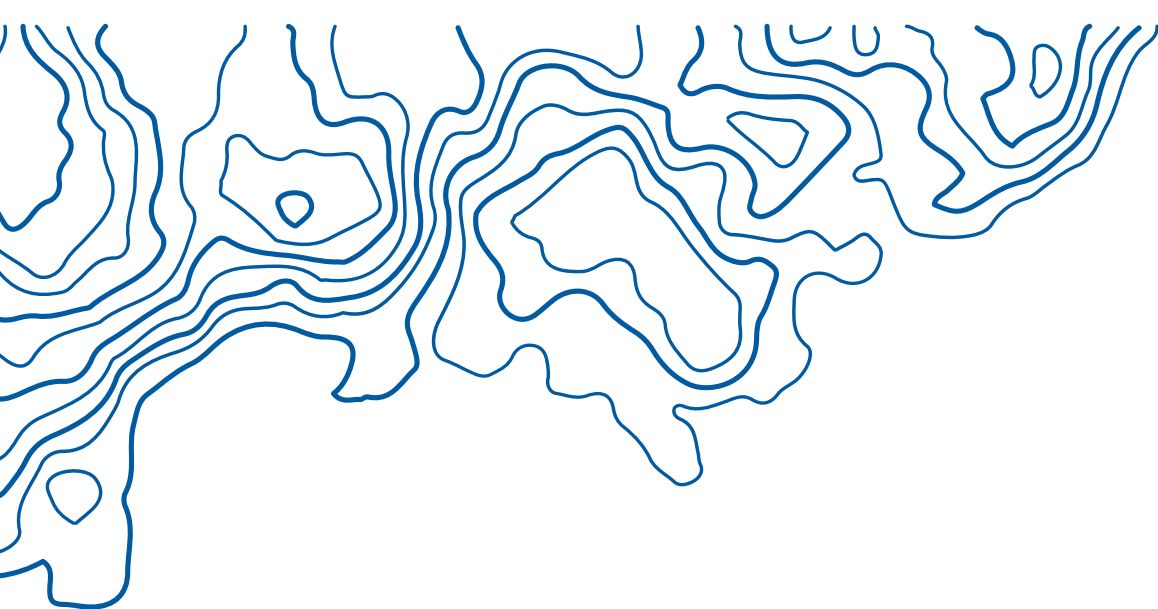
Fines del Banco de Buenas Prácticas:

El objetivo de este documento es que sirva como espacio organizado donde se recopilan, ordenan y comparten experiencias, proyectos, actuaciones y modelos de intervención que, por sus resultados, metodología, capacidad de innovación o potencial de transferencia, constituyen referencias de interés dentro del ámbito del voluntariado.

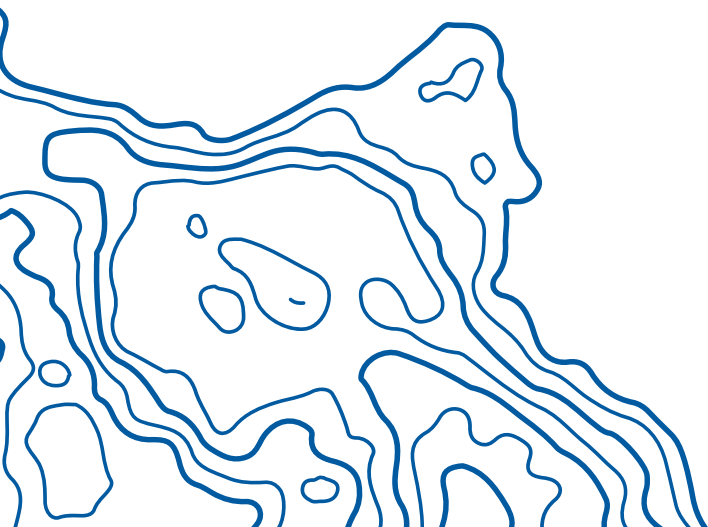
Documentar estas prácticas sirve como guía o base para otras entidades u organizaciones sociales a la hora de emprender acciones o actividades similares, además de servir como herramienta para la evolución de las mismas y fuente de conocimiento colectivo.

En definitiva, funciona como una especie de memoria viva del trabajo social: ayuda a mejorar la calidad de las intervenciones, a innovar con base real y a extender aquello que realmente funciona, en lugar de depender solo de la intuición o la improvisación.





SIETE BUENAS PRÁCTICAS EN VOLUNTARIADO



PRÁCTICA

Nº 1





EXPERIENCIA: Taller de Cooperación al Desarrollo de CONFEMAC.

ENTIDAD: Confederación Estatal de Mayores Activos.

TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Provincias de Sevilla y Córdoba.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

El objetivo de esta experiencia es ofrecer a las personas mayores de las zonas de ejecución del programa, nuevas e innovadoras vías de participación social mediante un voluntariado de personas mayores formado, organizado y coordinado.

- **Resumen y metodología:**

El proyecto promueve el envejecimiento activo de personas mayores mediante un voluntariado formado, coordinado y organizado. La iniciativa ofrece a este colectivo, oportunidades reales de participación social en su entorno cercano con efecto en otros países, favoreciendo que sigan aportando a la comunidad y que puedan vivir esta etapa con sentido, utilidad, autoestima y conexión social.

Además de impulsar la acción voluntaria, el proyecto crea redes de apoyo entre personas del mismo barrio y con intereses comunes, contribuyendo a prevenir situaciones de soledad no deseada. Las personas participantes no solo se benefician por realizar voluntariado, sino porque descubren nuevas posibilidades de relación, aprendizaje, compromiso y vida comunitaria en su zona.

La experiencia se desarrolla principalmente en los barrios de Alcosa y Sevilla Este, donde CONFEMAC cuenta con una trayectoria consolidada de más de diez años impulsando grupos de personas mayores voluntarias. Además, este voluntariado también es realizado en la localidad de Los Blázquez (Córdoba).

A través de talleres, actividades solidarias, experiencias intergeneracionales y colaboraciones con entidades sociales, el proyecto refuerza la participación activa de las personas mayores y genera beneficios tanto para quienes realizan la acción voluntaria como para la comunidad que la recibe.



La metodología se basa en el trabajo en red, la formación previa, la coordinación continua y el acompañamiento de los grupos de voluntariado. CONFEMAC no solo anima a participar, sino que estructura la participación para que sea segura, útil, sostenible y conforme a la normativa vigente. La intervención parte de las capacidades, intereses y motivaciones de las personas mayores y conecta esos talentos con necesidades reales del entorno. La zona de ejecución se convierte así en un espacio de participación, encuentro y solidaridad cotidiana.

Uno de los ejes centrales del programa, es la realización de diferentes trabajos artesanales y manualidades, donde además, terminan compartiendo conocimientos, técnicas e ideas y participando activamente en todo el proceso de elaboración. Estas actividades permiten trabajar la creatividad, la destreza manual, la concentración y el aprendizaje, al mismo tiempo que generan un espacio agradable de encuentro y relación entre las personas participantes.

En la actualidad, la colaboración se realiza con la entidad ACOES, a través de la que las personas voluntarias hacen llegar los recursos obtenidos a zonas de necesidad de transformación social.

La coordinación permanente permite reforzar la cohesión de los grupos, resolver dificultades, mantener la motivación y evitar que las iniciativas dependan únicamente del impulso inicial.

Como resume la propia experiencia del proyecto, sin formación ni coordinación, los grupos de voluntariado tienen “fecha de caducidad”.

- **Personas destinatarias:**

El proyecto se dirige principalmente a personas mayores jubiladas o en edad de jubilación, especialmente aquellas que desean mantenerse activas, participar en su entorno, ampliar su red social y canalizar su motivación solidaria a través de una actividad voluntaria organizada.

También se benefician indirectamente otras personas y colectivos de la comunidad, así como entidades sociales del territorio con las que se colabora mediante actividades solidarias, intergeneracionales, formativas o de apoyo comunitario.



- **Actividades principales:**

El proyecto incluye acciones de información, formación, coordinación y acompañamiento de personas mayores voluntarias. La formación permite que las personas participantes conozcan sus derechos y deberes como voluntarias, actúen con seguridad y comprendan el sentido de la acción voluntaria organizada.

Tanto en la barriada de Alcosa, como en Los Blázquez, destaca el Taller de Cooperación al Desarrollo, en el que las personas voluntarias realizan labores artesanales que posteriormente se exponen y venden para recaudar fondos destinados a proyectos de la ONG ACOES Sevilla en Honduras. Esta actividad combina solidaridad internacional, encuentro vecinal, creatividad, participación social y prevención de la soledad.

Además, el proyecto ha incorporado colaboraciones con entidades como Redmadre Sevilla, Banco de Alimentos y otras iniciativas sociales surgidas a partir de necesidades detectadas en el barrio o por las propias personas voluntarias.

- **Beneficios a las personas participantes:**

- Ofrece la posibilidad de que las personas mayores continúen siendo un recurso beneficioso para la sociedad.
- Se refuerza la imagen positiva de la persona mayor y se desmontan estereotipos acerca de la vejez.
- Aumenta la autoestima de las personas que lo practican al darse cuenta de que siguen siendo útiles y necesarias para la sociedad.
- Los/as propios/as voluntarios/as ganan en BIENESTAR SOCIAL (salud, autoestima, participación social, alternativas para una jubilación en plenitud vital).
- La comunidad se beneficia de la acción voluntaria, pues todas las actividades están directamente relacionadas con la mejora, de una u otra forma de la sociedad.



- **Beneficios a la Comunidad:**

La comunidad recibe el valor de la acción voluntaria organizada: apoyo a entidades sociales, actividades intergeneracionales, colaboración con necesidades del entorno, generación de redes vecinales y fortalecimiento de la solidaridad local.

El proyecto demuestra que el voluntariado sénior no solo beneficia a quienes lo practican, sino que tiene un efecto multiplicador en el barrio y en el tejido social.

- **Valor añadido como buena práctica:**

Esta experiencia merece ser recogida como buena práctica porque combina envejecimiento activo, voluntariado organizado, prevención de la soledad no deseada, trabajo en red y fortalecimiento comunitario. Su valor no está solo en las actividades que realiza, sino en el modelo que propone: personas mayores protagonistas, formadas, acompañadas y conectadas con su barrio para seguir aportando a la sociedad.

Es una práctica sencilla en apariencia, pero poderosa en sus efectos: convierte el tiempo disponible tras la jubilación en tiempo con sentido, la experiencia acumulada en recurso comunitario y la solidaridad en una forma concreta de seguir creciendo a cualquier edad.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“Este grupo de voluntariado ha generado la creación de una gran familia y ratos de mucha felicidad”



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº 2



EXPERIENCIA: Voluntariado y participación social en actividades de ocio y tiempo libre.

ENTIDAD: Asociación ATUREM-Plena inclusión

TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Provincia de Sevilla.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

Promover el bienestar emocional, la inclusión social y la autonomía de las personas residentes de ATUREM mediante acciones de acompañamiento voluntario, favoreciendo su participación en paseos, salidas al entorno y actividades recreativas adaptadas a sus gustos, intereses y preferencias.

- **Resumen y metodología:**

La experiencia comenzó en junio de 2026 a partir de una propuesta de colaboración voluntaria con la Residencia ATUREM. Desde sus inicios, la iniciativa se orientó a dar respuesta a necesidades relacionadas con el acompañamiento, la conversación, la escucha activa y la participación de las personas residentes en actividades de ocio y tiempo libre.

La metodología se fundamenta en un acompañamiento cercano y centrado en la persona, respetando los gustos, intereses, ritmos y decisiones de quienes participan. Las personas residentes tienen un papel activo en la experiencia, pudiendo decidir libremente en qué actividades desean involucrarse y participando en propuestas que resulten significativas para ellas.

Las actuaciones se desarrollan de manera periódica y coordinada con el equipo profesional del centro. El voluntariado acompaña a las personas residentes durante paseos, salidas al entorno y diferentes actividades recreativas, proporcionando conversación, escucha y apoyo durante todo el proceso. De este modo, la relación voluntaria no se limita al acompañamiento físico, sino que incorpora también una dimensión relacional y emocional, generando vínculos de confianza y cercanía.

Para el desarrollo de las actividades se utilizan tanto las propias instalaciones de la residencia como diferentes espacios comunitarios cercanos, entre ellos parques, plazas y zonas de ocio del barrio, facilitando así que las personas participantes mantengan contacto con su entorno habitual y dispongan de mayores oportunidades de participación fuera del centro.



- **Personas destinatarias:**

La práctica está dirigida a las personas residentes de ATUREM, que participan en las diferentes propuestas de acompañamiento, ocio y participación desarrolladas con el apoyo del voluntariado.

Las personas destinatarias no desempeñan un papel meramente receptor, sino que participan activamente en la experiencia. Se tienen en cuenta sus gustos, intereses y preferencias personales para la organización de las actividades y se respeta su decisión sobre aquellas propuestas en las que desean participar. De esta forma, se favorece una intervención que reconoce su capacidad de elección y promueve su autonomía en la vida cotidiana.

Las actividades incluyen paseos, salidas culturales y diferentes propuestas de ocio, lo que permite generar oportunidades de relación social y disfrute más allá de las dinámicas habituales del centro. Esta participación contribuye además a mantener el vínculo de las personas residentes con los espacios comunitarios de su entorno.

- **Actividades principales:**

La experiencia se articula principalmente en torno al acompañamiento voluntario en paseos, salidas comunitarias y actividades recreativas, tanto de carácter grupal como individual.

Entre las actuaciones desarrolladas se encuentran los paseos por el entorno próximo, la participación en salidas culturales y actividades de ocio, así como diferentes propuestas recreativas adaptadas a los intereses de las personas residentes. Todas ellas se planifican y realizan de forma periódica y en coordinación con el equipo técnico de la residencia.

Junto a estas actividades, constituye una parte esencial de la experiencia el tiempo dedicado a la conversación y la escucha activa. El voluntariado acompaña, conversa y comparte espacios cotidianos con las personas residentes, favoreciendo relaciones más cercanas y ofreciendo oportunidades para expresar intereses, compartir experiencias y disfrutar de momentos de convivencia.

El desarrollo de las actividades en espacios exteriores, como parques, plazas y otras zonas de ocio, permite además ampliar las oportunidades de participación y favorecer una mayor conexión con el entorno social y comunitario.



- **Beneficios a las personas participantes:**

La experiencia está generando beneficios especialmente relacionados con el bienestar emocional, la participación social y el disfrute de las personas residentes.

Desde su puesta en marcha se ha observado una buena acogida y una elevada implicación en las actividades. Las personas participantes muestran motivación ante las salidas y propuestas realizadas y disfrutan especialmente de aquellas actividades que les permiten salir de la rutina cotidiana, compartir tiempo con otras personas y realizar actividades acordes con sus preferencias.

Las propias observaciones realizadas durante el desarrollo de la experiencia reflejan una mejora en el estado de ánimo y en el bienestar general de las personas participantes. Los paseos, las salidas y los momentos compartidos generan espacios de disfrute, conversación y relación interpersonal, favoreciendo experiencias positivas dentro de su vida cotidiana.

Asimismo, la posibilidad de elegir las actividades en las que desean participar contribuye a reforzar su autonomía y a situar sus preferencias personales en el centro de la experiencia.

La práctica también aporta beneficios a las personas voluntarias. El acompañamiento y la relación que se establece con las personas residentes genera una experiencia de satisfacción y realización personal. Desde la propia experiencia de voluntariado se destaca precisamente el valor transformador que puede producir ayudar y acompañar a otras personas.

- **Beneficios a la Comunidad:**

La experiencia favorece la conexión entre la residencia y su entorno, facilitando que las personas residentes participen en paseos, salidas y actividades desarrolladas en espacios comunitarios.

Al mismo tiempo, pone en valor el voluntariado como una forma de acompañamiento y participación social, generando nuevas oportunidades de relación y convivencia que complementan la actividad habitual del centro.



- **Valor añadido como buena práctica:**

Uno de los principales valores de esta experiencia es que demuestra cómo acciones aparentemente sencillas pueden generar un impacto significativo en el bienestar de las personas. Acompañar en un paseo, mantener una conversación, participar conjuntamente en una actividad o facilitar una salida al entorno puede convertirse en una experiencia especialmente relevante cuando se realiza desde la cercanía, la escucha y el respeto a las preferencias individuales.

La práctica destaca igualmente por su enfoque centrado en la persona. Las actividades no se plantean únicamente desde lo que puede ofrecer la entidad o el voluntariado, sino desde aquello que interesa y resulta significativo para las propias personas participantes. Se favorece así su capacidad de decisión y se promueve una participación voluntaria y activa.

Otro de sus elementos de interés es la coordinación entre voluntariado y equipo profesional, que permite integrar las actividades dentro de la dinámica del centro y ofrecer un acompañamiento adecuado durante su desarrollo.

Se trata, además, de una experiencia con posibilidades de ser reproducida en otros centros y entidades, ya que se sustenta fundamentalmente en el compromiso de las personas voluntarias, la coordinación con el equipo profesional y el aprovechamiento de los recursos existentes tanto dentro del centro como en su entorno comunitario.

La experiencia pone de relieve, en definitiva, el beneficio mutuo del voluntariado: genera bienestar, participación y oportunidades de relación para las personas residentes y, al mismo tiempo, proporciona a quienes realizan la acción voluntaria una experiencia de enriquecimiento humano y realización personal.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“Todos tenemos derecho a tener una vida activa.”



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº 3



EXPERIENCIA: Proyecto “Vínculos que cuidan: envejecimiento activo, saludable y soledad acompañada en Polígono Sur, Sevilla”.

ENTIDAD: Asociación Familiar La Oliva.

TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Barriada Polígono Sur (Sevilla).

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

Implantar un modelo de envejecimiento activo y saludable que favorezca la inclusión social de las personas mayores residentes en el Polígono Sur de Sevilla, prestando una atención específica a aquellas que experimentan situaciones de aislamiento social o soledad no deseada.

La práctica busca prevenir las consecuencias negativas que estas situaciones pueden tener sobre el bienestar emocional, físico, cognitivo y social de las personas mayores. Para ello, promueve el acompañamiento personalizado, el fortalecimiento de las relaciones sociales, la creación de vínculos emocionales estables y la participación activa de las personas mayores en la vida de su comunidad.

Asimismo, pretende complementar las actividades grupales de envejecimiento activo que ya se venían desarrollando en el territorio con una intervención más personalizada, capaz de llegar también a quienes tienen mayores dificultades para salir de sus viviendas, acceder a los recursos comunitarios o mantener relaciones sociales frecuentes.

- **Resumen y metodología:**

El proyecto “Vínculos que cuidan: envejecimiento activo, saludable y soledad acompañada en Polígono Sur, Sevilla” surge de la experiencia acumulada durante décadas por la Asociación La Paloma de la Tercera Edad en el trabajo con personas mayores del Polígono Sur, vinculada a la entidad.

A través de los programas de envejecimiento activo desarrollados previamente, se detectó que muchas personas mayores, especialmente aquellas que viven solas o en viviendas con barreras arquitectónicas, se encontraban en situaciones de aislamiento social y soledad no deseada. Estas circunstancias se veían agravadas, en algunos casos, por la escasez de redes familiares, los bajos ingresos económicos, los problemas de movilidad y las dificultades para acceder a los recursos comunitarios.



La experiencia combina dos líneas de actuación complementarias. La primera consiste en la realización de acompañamientos individualizados en el domicilio, dirigidos principalmente a personas mayores que presentan dificultades para salir de casa debido a problemas de movilidad, aislamiento o barreras arquitectónicas. Estos acompañamientos permiten ofrecer cercanía, escucha, apoyo emocional y seguimiento a personas que, de otro modo, podrían quedar al margen de las actividades comunitarias.

La segunda línea se basa en el desarrollo de actividades grupales semanales dirigidas a favorecer el envejecimiento activo y saludable. Estas actividades trabajan aspectos como el entrenamiento cognitivo, las habilidades sociales, la alfabetización digital, los hábitos saludables, el ejercicio físico adaptado, la participación cultural, las relaciones intergeneracionales y la implicación en la vida comunitaria.

La metodología es integral, ya que aborda de manera conjunta las dimensiones emocional, física, cognitiva y social de las personas participantes. Tras una valoración inicial, cada persona puede incorporarse a las actividades grupales, recibir acompañamiento individualizado o participar en ambas modalidades, en función de sus necesidades y circunstancias.

Las personas mayores tienen, además, un papel activo dentro del proyecto, colaborando en la planificación, organización y evaluación de las actividades. La intervención se apoya igualmente en la participación de personas voluntarias y en la coordinación entre entidades sociales, administraciones públicas, recursos sanitarios y otros agentes comunitarios del territorio.

- **Personas destinatarias:**

La práctica está dirigida principalmente a personas mayores residentes en el Polígono Sur de Sevilla, especialmente en la barriada de La Oliva. Se trata, en muchos casos, de personas jubiladas con bajos ingresos, que viven solas, presentan problemas de movilidad, residen en edificios sin ascensor y cuentan con escasas redes de apoyo social.

Las personas participantes acceden al proyecto mediante derivación de los Servicios Sociales Comunitarios, centros de salud, asociaciones del barrio o por iniciativa propia. Se prevé intervenir directamente con alrededor de 100 personas mayores, de las cuales unas 40 recibirán acompañamiento domiciliario y 60 participarán en actividades preventivas grupales.



- **Actividades principales:**

El proyecto combina acompañamientos individualizados en el domicilio para personas mayores en situación de aislamiento o con dificultades de movilidad, junto con seguimiento telefónico y apoyo emocional.

De forma complementaria, se desarrollan actividades grupales semanales de entrenamiento cognitivo, habilidades sociales, alfabetización digital, promoción de hábitos saludables y ejercicio físico adaptado. También se organizan actividades culturales, salidas, encuentros intergeneracionales y espacios de participación comunitaria.

Las personas voluntarias colaboran en los acompañamientos domiciliarios, el desarrollo de las actividades grupales, la organización de talleres y salidas y la creación de vínculos personales duraderos con las personas mayores.

- **Beneficios a las personas participantes:**

Entre los principales beneficios esperados se encuentra la reducción de la soledad no deseada y del aislamiento social que experimentan algunas personas mayores del territorio.

El acompañamiento domiciliario y la participación en las actividades grupales favorecen la creación de nuevas relaciones personales y redes de apoyo, ofreciendo a las personas mayores espacios de escucha, convivencia y contacto social continuado.

La experiencia contribuye también a mejorar el bienestar emocional, incrementar la autoestima y reforzar la percepción de apoyo y pertenencia a la comunidad. La creación de vínculos personales estables permite que las personas participantes se sientan acompañadas y conectadas con otras personas y con los recursos de su entorno.

Las actividades de entrenamiento cognitivo, habilidades sociales, alfabetización digital, hábitos saludables y ejercicio físico adaptado favorecen el mantenimiento y fortalecimiento de las capacidades cognitivas, físicas y sociales.

La participación en actividades culturales, encuentros intergeneracionales y espacios comunitarios facilita que las personas mayores amplíen sus relaciones sociales, salgan de situaciones de aislamiento y tengan una presencia más activa en la vida del barrio.

Otro beneficio relevante es que las personas mayores no son consideradas únicamente receptoras de apoyo. Su implicación en la planificación, organización y evaluación de las actividades permite que asuman un papel protagonista dentro del proyecto.



- **Beneficios a la Comunidad:**

La práctica refuerza la cohesión comunitaria del Polígono Sur mediante la creación de redes de colaboración y apoyo en torno a las personas mayores. La coordinación entre asociaciones, Servicios Sociales Comunitarios, centros de salud, entidades vecinales, parroquias, bibliotecas, centros cívicos y grupos de voluntariado mejora la detección de situaciones de aislamiento y permite ofrecer respuestas más coordinadas.

Asimismo, impulsa una imagen positiva del envejecimiento activo, fortalece la solidaridad y la participación ciudadana y favorece las relaciones intergeneracionales. También sensibiliza sobre la soledad no deseada y promueve una respuesta comunitaria más estable y sostenible.

- **Valor añadido como buena práctica:**

El principal valor de la experiencia es la combinación de acompañamiento individualizado, actividades grupales, participación comunitaria y voluntariado. Este modelo permite atender tanto a personas mayores que participan en actividades colectivas como a aquellas que, por problemas de movilidad, aislamiento o barreras arquitectónicas, necesitan apoyo en su domicilio.

La práctica no se limita a ofrecer actividades de ocio, sino que promueve vínculos afectivos estables, autonomía y participación activa. Las propias personas mayores colaboran en la planificación, organización y evaluación de las actividades, mientras que el voluntariado desempeña un papel esencial en los acompañamientos, el seguimiento y las actividades grupales.

El trabajo en red permite aprovechar los recursos del territorio y ofrecer una respuesta integral. Además, se trata de un modelo adaptable a otros barrios o territorios con necesidades similares.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“Combatir la soledad no deseada significa crear vínculos que convierten a la comunidad en una nueva familia elegida”.



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº 4



EXPERIENCIA: Programas de envejecimiento activo y prevención de la soledad no deseada.

ENTIDAD: NEXO por la integración.

TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Comunidad de Andalucía y Comunidad de Madrid. Apoyo telefónico a nivel estatal.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

El objetivo principal de implantar un voluntariado con personas mayores es favorecer su bienestar, autonomía, participación social y relaciones comunitarias, especialmente en aquellos casos que presenten situaciones de soledad no deseada o aislamiento.

A través del voluntariado se pretende generar espacios de acompañamiento y relación que permitan a las personas mayores mantener y ampliar sus vínculos sociales, participar en actividades y sentirse parte activa de su entorno.

La práctica también pretende sensibilizar a las personas voluntarias sobre el envejecimiento, prevenir actitudes edadistas y proporcionarles herramientas para realizar un acompañamiento respetuoso y adecuado.

Para ello, NEXO contempla una formación específica sobre personas mayores y soledad no deseada, que aborda el envejecimiento activo, la autonomía, el buen trato, el edadismo, la escucha, el acompañamiento y la identificación de posibles señales de riesgo.

- **Resumen y metodología:**

La experiencia plantea un modelo organizado de voluntariado de acompañamiento a personas mayores integrado en los programas y actividades de NEXO. Parte de un enfoque de derechos, respeto a la autonomía y buen trato, evitando planteamientos paternalistas y promoviendo relaciones basadas en la escucha, el respeto y la participación activa de la propia persona mayor.



La metodología contempla un itinerario estructurado para las personas voluntarias que incluye acogida inicial, información sobre la entidad y sus funciones, formación común y, cuando corresponde, formación específica sobre personas mayores y soledad no deseada. Posteriormente, cada persona es asignada a un proyecto o actividad concreta, con funciones definidas y una persona de referencia dentro del equipo de NEXO. La frecuencia y duración de las actuaciones se adaptan a las características de cada proyecto y a la disponibilidad de las personas participantes y voluntarias.

El voluntariado se concibe como una labor de acompañamiento y apoyo, sin sustituir la intervención profesional. Cuando se detecta alguna necesidad que requiere atención especializada, esta se comunica al equipo profesional de referencia.

- **Personas destinatarias:**

La práctica está dirigida principalmente a personas mayores de 55 años, especialmente a aquellas que pueden encontrarse en situaciones de soledad no deseada, aislamiento social, reducción de sus redes de apoyo o dificultades para mantener una participación activa en su entorno.

En la experiencia participan también las personas voluntarias, cuya incorporación se realiza teniendo en cuenta su perfil, disponibilidad, formación, territorio y las características concretas de cada actividad.



- **Actividades principales:**

La experiencia consiste en un modelo organizado de voluntariado de acompañamiento a personas mayores, integrado dentro de los programas y actividades de NEXO.

Las personas voluntarias reciben una acogida inicial, información sobre la entidad y sobre su función, formación común y, cuando corresponde, formación específica sobre personas mayores y soledad no deseada.

Posteriormente son asignadas a un proyecto o actividad concreta, con unas funciones definidas y una persona de referencia dentro del equipo de NEXO.

Las actividades pueden incluir:

- Acompañamiento y escucha.
- Conversación y generación de vínculos sociales.
- Apoyo en actividades de ocio y tiempo libre.
- Dinamización de actividades grupales y apoyo en actividades comunitarias.
- Fomento de la participación social.
- Acompañamiento en actividades organizadas por NEXO.
- Detección de posibles necesidades y comunicación al equipo profesional.

La frecuencia y duración se adaptan a las características de cada proyecto y a la disponibilidad de las personas voluntarias y participantes.

El voluntariado no sustituye la intervención profesional. Su función es acompañar y apoyar, mientras que cualquier necesidad que requiera una intervención especializada se comunica y deriva a la persona profesional de referencia.

- **Beneficios a las personas participantes:**

Al encontrarse el Plan de Voluntariado pendiente de puesta en marcha, todavía no se dispone de resultados cuantitativos ni de indicadores que permitan valorar los beneficios obtenidos por las personas participantes. No obstante, el modelo se orienta a favorecer el bienestar, la autonomía, la participación social y el mantenimiento y ampliación de los vínculos sociales de las personas mayores, especialmente de aquellas que se encuentran en situaciones de soledad no deseada o aislamiento.



- **Beneficios a la Comunidad:**

La experiencia se orienta a favorecer la creación de vínculos sociales y comunitarios y a promover una mayor participación de las personas mayores en su entorno. Asimismo, incorpora entre sus objetivos la sensibilización del voluntariado sobre el envejecimiento, el buen trato y la prevención del edadismo, contribuyendo a promover relaciones más respetuosas con las personas mayores.

- **Valor añadido como buena práctica:**

El principal valor añadido reside en plantear el voluntariado como un proceso organizado, estructurado y transferible, que no se limita a incorporar personas con voluntad de colaborar, sino que contempla la identificación de necesidades, acogida, formación, asignación de funciones, acompañamiento, seguimiento y reconocimiento.

En el ámbito de las personas mayores, este modelo incorpora además una preparación específica en envejecimiento activo, autonomía, buen trato, prevención del edadismo, escucha, acompañamiento y detección de señales de riesgo. Su sistematización puede resultar útil para otras organizaciones que quieran profesionalizar la gestión del voluntariado sin perder su dimensión humana y comunitaria.

Además, el modelo ya se ha concretado documentalmente en un Plan de Voluntariado, un Manual de Bienvenida al Voluntariado y un Plan de Formación y Sensibilización 2026-2030, que establecen una estructura común para la futura incorporación, formación, asignación, acompañamiento, seguimiento y reconocimiento de las personas voluntarias.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“NEXO trabaja para que ninguna persona quede atrás en los procesos de transformación social”



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº5



EXPERIENCIA: Voluntariado cultural en el Festival de Cortometrajes Sociales EDITA**ENTIDAD: Asociación Solidaria Andaluza de Desarrollo (ASAD)****TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Granada y municipios de la provincia.****DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:**

- **Objetivo de la práctica:**

Promover un voluntariado cultural con capacidad real de participación en un proceso audiovisual y comunitario, combinando formación, responsabilidad y toma de decisiones.

La práctica busca que las personas voluntarias no sean únicamente apoyo logístico, sino parte del equipo que hace posible el festival: aprenden a analizar cine social, participan en el cribado y valoración de obras, colaboran en la producción de las jornadas y facilitan la relación con públicos, entidades y comunidades.

El objetivo último es convertir la experiencia cultural en una forma accesible de ciudadanía activa: aprender a mirar, debatir y organizar cultura desde criterios de justicia social y comunicación responsable.

- **Resumen y metodología:**

El Festival EDITA nace en 2013 dentro de la trayectoria de ASAD en Educación para la Ciudadanía Global, derecho a la comunicación y comunicación para la transformación social. Desde su origen se concibe como un proceso cultural participativo en el que la ciudadanía se incorpora a distintas fases del certamen y adquiere herramientas para leer críticamente las narrativas audiovisuales.

La metodología se estructura como un itinerario de participación cultural con varias fases conectadas:

En primer lugar, se desarrolla una fase de formación y acogida, donde las personas voluntarias conocen ASAD, los objetivos sociales del festival, sus enfoques y sus responsabilidades. Las personas que participan en el visionado reciben además formación específica para analizar y valorar piezas audiovisuales.



Posteriormente se desarrolla el voluntariado virtual de selección, donde el equipo de visionado recibe cortometrajes y los valora mediante una guía común que combina criterios artísticos y técnicos con el tratamiento de las problemáticas sociales abordadas en las obras. Las puntuaciones y observaciones del voluntariado forman parte efectiva del proceso de selección del certamen.

También existe una modalidad presencial vinculada al desarrollo del festival, en la que las personas voluntarias colaboran en tareas de producción cultural y atención al público: difusión, acogida, apoyo en sala, fotografía, reparto de materiales, asistencia en votaciones y organización de materiales.

El modelo combina participación a distancia y presencial, trabajo individual y grupal, funciones técnicas y mediación cultural, permitiendo que cada persona conozca el sentido de su aportación y cómo influye en el resultado final.

- **Personas destinatarias:**

Está dirigida a personas interesadas en cine social, cultura, comunicación, educación, igualdad, sostenibilidad, derechos humanos, cooperación o participación ciudadana.

No es necesario disponer de experiencia previa en crítica cinematográfica o producción audiovisual, ya que la formación y el acompañamiento permiten incorporar perfiles diversos.

La participación se organiza mediante dos modalidades complementarias:

- El voluntariado virtual puede realizarse desde distintos territorios y se centra en el visionado y valoración de cortometrajes.
- El voluntariado presencial se vincula a las jornadas y proyecciones del festival, tanto en Granada como en los municipios donde se desarrolla el formato itinerante.

Una misma persona puede participar en una o ambas modalidades, adaptándose la carga de participación a su disponibilidad.



- **Actividades principales:**

La práctica se estructura como un itinerario de participación cultural con varias fases conectadas:

1. Formación y acogida. Las personas voluntarias conocen ASAD, los objetivos sociales del festival, sus enfoques y sus responsabilidades. Quienes participan en el visionado reciben además formación específica para analizar y valorar piezas audiovisuales.

2. Voluntariado virtual de selección. El equipo de visionado recibe tandas de cortometrajes y los valora mediante una guía común. Los criterios combinan calidad artística y técnica con el tratamiento de las problemáticas sociales: dignidad de las personas representadas, ausencia de mensajes discriminatorios o revictimizantes, enfoque de género, diversidad cultural, sostenibilidad ambiental y capacidad transformadora del relato. Cada obra se contrasta con más de una mirada antes de avanzar en el proceso de selección. Las puntuaciones y observaciones del voluntariado forman parte efectiva del cribado del certamen.

3. Voluntariado presencial en el festival. Las personas pueden colaborar en tareas de producción cultural y atención al público: difusión previa y cartelería, acogida, apoyo en sala, fotografía, reparto de materiales, asistencia en las votaciones del público, recogida y organización de materiales y otras funciones vinculadas al desarrollo de las jornadas.

4. Participación y mediación con el entorno. En las ediciones itinerantes, esta estructura se conecta con ayuntamientos, centros educativos, asociaciones y colectivos locales. El festival no llega únicamente como una programación cerrada: en determinados proyectos, grupos del territorio crean piezas propias, participan en proyecciones y debates y se apropian del cine como herramienta de expresión y reflexión.

El modelo combina, por tanto, tareas a distancia y presenciales, participación individual y trabajo en equipo, y funciones técnicas con funciones de mediación cultural. La clave es que cada tarea se sitúa dentro de un proceso completo y comprensible: la persona voluntaria sabe para qué sirve su aportación, cómo influye en el festival y qué criterios éticos y sociales orientan sus decisiones.

- **Beneficios a las personas participantes:**

La experiencia genera beneficios vinculados tanto al aprendizaje personal como al desarrollo de capacidades relacionadas con la participación social.



5

El voluntariado desarrolla competencias de alfabetización audiovisual y aprendizaje cívico, adquiriendo herramientas para analizar recursos narrativos y técnicos, detectar estereotipos o tratamientos revictimizantes, identificar enfoques de género, diversidad cultural y sostenibilidad, y argumentar sus propias valoraciones.

Además, en la modalidad presencial se fortalecen capacidades relacionadas con la organización cultural, el trabajo en equipo, la comunicación con públicos, la resolución de imprevistos y la producción de eventos.

Otro beneficio fundamental es que las personas voluntarias experimentan una participación con sentido, comprendiendo que sus aportaciones tienen una incidencia directa en la selección de contenidos culturales y en los relatos que llegan a la sociedad.

La experiencia favorece también espacios de intercambio y reflexión sobre las obras visionadas y sobre las emociones o pensamientos que generan, especialmente al abordar relatos relacionados con discriminación, violencia, desigualdad o vulneración de derechos.

- **Beneficios a la Comunidad:**

El principal beneficio comunitario de la experiencia es la apertura de los procesos culturales a la participación ciudadana, convirtiendo el festival en un espacio de encuentro, diálogo y reflexión colectiva.

Cuando EDITA se desarrolla en municipios y en colaboración con entidades locales, contribuye a ampliar el acceso al cine social, fortalecer la participación en la vida cultural y generar espacios donde diferentes colectivos del territorio pueden aparecer como protagonistas, creadoras y portadoras de relatos propios, no únicamente como público.

Además, el modelo permite conectar la selección internacional de cortometrajes con las experiencias y narrativas del territorio, creando un ecosistema cultural y comunitario más amplio.

- **Valor añadido como buena práctica:**

El valor añadido de esta experiencia reside en que propone un modelo de voluntariado cultural donde la participación tiene una incidencia real y no se limita a tareas auxiliares.

Es una práctica fácilmente adaptable a otros festivales, muestras audiovisuales, cine-fóruns y procesos comunitarios, ya que combina una formación inicial accesible con tareas reales y progresivas.



5

Sus principales elementos diferenciales son:

- una convocatoria abierta y flexible
- una formación previa ética, social y técnica
- un papel concreto del voluntariado con capacidad de decisión
- acompañamiento y protocolos claros para favorecer la autonomía
- conexión entre la selección cultural, la organización del evento y la participación de públicos y entidades.

De este modo, el voluntariado se convierte en una forma de coproducción cultural y ciudadanía activa.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“En EDITA, el voluntariado hace posible el festival: participa en seleccionar, organizar y mediar las historias que llegan al espacio público.”

- **Recursos:**

Web institucional: <https://asad.es>

Web del Festival EDITA: <https://edita.asad.es>

Historia del festival: <https://edita.asad.es/el-festival/>

Convocatorias y noticias: <https://asad.es/category/edita/>

Voluntariado online: <https://asad.es/destacados/convocatoria-voluntariado-online-edita/>



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº 6



EXPERIENCIA: “Alegrando corazones: acompañamiento a personas con enfermedad cardiovascular”

ENTIDAD: Asociación de pacientes cardíacos de Mairena del Alcor-CARDIOALCOR

TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Hospital Universitario de Valme

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

El objetivo principal de esta práctica es acompañar y ofrecer apoyo humano a personas ingresadas por problemas cardiovasculares, favoreciendo que durante su estancia hospitalaria encuentren un espacio cercano de escucha, comprensión y confianza.

La intervención del voluntariado parte fundamentalmente de estar presente, acompañar, escuchar y contribuir a humanizar la experiencia hospitalaria, respetando en todo momento aquello que cada paciente desea compartir. No se trata únicamente de trasladar información, sino de establecer una relación próxima con la persona ingresada desde el respeto a sus necesidades, sus tiempos y sus circunstancias.

- **Resumen y metodología:**

La iniciativa comenzó a partir de las reuniones mantenidas entre distintas asociaciones vinculadas al área hospitalaria del Hospital Universitario de Valme. En esos espacios de coordinación se conocieron experiencias de otras entidades que ya realizaban acompañamiento voluntario a pacientes hospitalizados, lo que animó a CARDIOALCOR y a otras asociaciones a incorporarse a esta línea de voluntariado.

Desde entonces, la práctica se desarrolla mediante visitas a pacientes ingresados en la planta de Cardiología del Hospital Universitario de Valme. Las personas voluntarias se acercan a quienes les son indicados por los profesionales de Cardiología y mantienen con ellas un encuentro breve, adaptado a la situación y receptividad de cada paciente.

La metodología se basa especialmente en la escucha, el acompañamiento entre iguales y la transmisión de experiencia. Una parte importante del valor de la intervención reside en que muchas de las personas voluntarias han vivido de cerca una enfermedad cardíaca y pueden acercarse al paciente desde una experiencia comprensible y cercana. Desde esa posición, comparten información y recomendaciones y, cuando resulta oportuno, dan a conocer la posibilidad de vincularse posteriormente con asociaciones de pacientes de su propia localidad.





Las visitas se realizan dos veces por semana, distribuyéndose la participación entre los diferentes grupos y asociaciones implicados. Cada encuentro suele tener una duración aproximada de entre cinco y diez minutos, aunque se adapta a las circunstancias de la persona visitada y al número de pacientes asignados por los profesionales sanitarios.

Se configura así una actuación sencilla en su planteamiento, pero de gran componente humano, en la que la conversación, la experiencia compartida y la disponibilidad para escuchar constituyen las principales herramientas de intervención.

- **Personas destinatarias:**

La práctica está dirigida principalmente a personas ingresadas por problemas cardiovasculares en el Hospital Universitario de Valme, especialmente pacientes atendidos en el área de Cardiología.

Se trata de un grupo muy heterogéneo, tanto por edad como por situación personal o experiencia previa con la enfermedad. Por ello, la intervención no se plantea de manera rígida, sino que se adapta al interés y disposición de cada persona. Quienes aceptan la visita pueden escuchar, plantear preguntas, compartir inquietudes o simplemente mantener una conversación con la persona voluntaria.

Cuando procede, durante el encuentro también se facilita información relacionada con la experiencia de afrontar una enfermedad cardiovascular y se anima a las personas interesadas a conocer o incorporarse a asociaciones existentes en su localidad, de manera que puedan encontrar posteriormente espacios de apoyo y participación.



- **Actividades principales:**

La actividad central consiste en la realización de visitas de acompañamiento a personas ingresadas en la planta de Cardiología. Durante estas visitas, las personas voluntarias ofrecen escucha, cercanía y apoyo a quienes atraviesan un proceso relacionado con una enfermedad cardiovascular.

Junto al acompañamiento emocional, el voluntariado comparte, desde su propia experiencia, información que puede resultar útil para la persona hospitalizada y transmite un mensaje de confianza basado en haber pasado previamente por situaciones similares y haber alcanzado posteriormente una calidad de vida estable.

Otra actuación importante es la orientación hacia el movimiento asociativo, informando a las personas atendidas de la posibilidad de acercarse a asociaciones de pacientes de sus localidades para continuar encontrando apoyo, información y espacios de encuentro una vez finalizada la hospitalización.

Para desarrollar adecuadamente esta labor, las personas voluntarias reciben formación específica y, durante su incorporación, realizan acompañamientos junto a voluntariado con mayor experiencia, lo que facilita el aprendizaje progresivo de la actividad y de la forma de relacionarse con los pacientes.

- **Beneficios a las personas participantes:**

Para las personas hospitalizadas, esta experiencia proporciona fundamentalmente un espacio de escucha y acompañamiento cercano en un momento que puede estar marcado por la incertidumbre, las dudas o la preocupación. Encontrarse con una persona que conoce de cerca una enfermedad cardiovascular puede facilitar la comunicación y permitir abordar determinadas inquietudes desde una perspectiva diferente a la estrictamente sanitaria.

La práctica favorece, además, que el paciente pueda sentirse escuchado como persona y no únicamente atendido desde su enfermedad, contribuyendo así al propósito de humanizar la estancia hospitalaria que inspira el proyecto.

La experiencia compartida por las personas voluntarias puede aportar también una referencia positiva: quien visita no habla exclusivamente desde el conocimiento teórico, sino desde la vivencia de haber afrontado una situación vinculada a la enfermedad cardíaca y mantener posteriormente una calidad de vida estable. Esta cercanía facilita que surjan preguntas y conversaciones que quizá no se producirían en otros contextos.

Para las propias personas voluntarias, la actividad representa igualmente una experiencia significativa.





La entidad destaca especialmente sentimientos como la gratitud, la empatía y la satisfacción de haber ayudado a otra persona sin esperar nada a cambio, llegando a expresar que, en numerosas ocasiones, “se recibe más de lo que se da”.

- **Beneficios a la Comunidad:**

La experiencia contribuye a humanizar la atención hospitalaria mediante el acompañamiento, la escucha y la cercanía de personas voluntarias que conocen de cerca la realidad de la enfermedad cardiovascular.

Además, favorece la colaboración entre el ámbito sanitario y el movimiento asociativo, gracias a la coordinación entre asociaciones, federaciones, equipos médicos y la dirección del hospital.

También permite dar a conocer a las personas atendidas los recursos asociativos existentes en sus localidades, facilitando que puedan encontrar posteriormente espacios de apoyo, información y participación.

- **Valor añadido como buena práctica:**

El principal valor añadido de esta experiencia reside en su capacidad para humanizar la atención hospitalaria a través del acompañamiento, la escucha y la experiencia compartida. El hecho de que muchas de las personas voluntarias hayan vivido de cerca una enfermedad cardiovascular permite establecer una relación de especial cercanía con quienes se encuentran ingresados, aportando apoyo desde la empatía y la experiencia personal.

La práctica destaca también por la preparación y acompañamiento de las personas voluntarias, que reciben formación específica y se incorporan progresivamente junto a personas con mayor experiencia. Asimismo, pone de relieve la importancia de aprender a establecer límites emocionales, entendiendo que acompañar y escuchar no significa asumir como propios los problemas de las personas atendidas.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“El latido nos une”



IMÁGENES:



PRÁCTICA

Nº7





**EXPERIENCIA: Más apoyos, más oportunidades:
voluntariado y ocio inclusivo**

ENTIDAD: Asociación Marafiki.

**TERRITORIO DE EJECUCIÓN: Sevilla y su entorno, en
diferentes espacios comunitarios y de ocio.**

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA:

- **Objetivo de la práctica:**

Favorecer la participación activa de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo en actividades de ocio inclusivo desarrolladas en entornos comunitarios, proporcionando los apoyos necesarios para que puedan disfrutar de su tiempo libre en igualdad de oportunidades.

La participación de personas voluntarias permite ampliar los apoyos disponibles durante las actividades, facilitar una atención más personalizada y favorecer que un mayor número de personas pueda acceder a la programación de ocio. De esta forma, se promueven la autonomía, las relaciones sociales, la inclusión en la comunidad y el ejercicio del derecho al ocio de las personas participantes.

- **Resumen y metodología:**

La experiencia se desarrolla desde 2010 a través del Programa de Ocio y Tiempo Libre de Asociación Marafiki, creado para favorecer la participación de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo en actividades de ocio normalizadas y en la vida comunitaria.

La práctica parte de la necesidad de ofrecer apoyos suficientes para superar las barreras que algunas personas encuentran a la hora de acceder y disfrutar del ocio en igualdad de condiciones, relacionadas, entre otras cuestiones, con la movilidad, la orientación en entornos cambiantes, la gestión de situaciones imprevistas o la participación en espacios con gran afluencia de público.

Mensualmente se elabora una programación de actividades que se envía por correo electrónico a las personas socias de la entidad. En ella se informa de las actividades previstas, fecha, horario, lugar, coste, plazo de inscripción y número mínimo y máximo de participantes.



Se realizan habitualmente una media de dos actividades mensuales, principalmente durante los fines de semana y con una duración aproximada de cuatro horas. Antes de cada salida, el equipo profesional planifica la actividad, valora las necesidades de apoyo de las personas inscritas y organiza los recursos humanos necesarios.

Las personas voluntarias complementan el trabajo del equipo profesional y proporcionan apoyos adaptados a cada situación. En unas ocasiones realizan un acompañamiento general al grupo y, en otras, ofrecen un apoyo más individualizado a personas que requieren una mayor intensidad de apoyo. Durante toda la actividad cuentan con el acompañamiento y la coordinación de los profesionales de la entidad.

- **Personas destinatarias:**

La práctica está dirigida a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo mayores de 14 años que participan en el Programa de Ocio y Tiempo Libre de Asociación Marafiki.

La mayor parte de las personas participantes tiene entre 18 y 34 años, aunque también participan personas de mayor edad. Los grupos no se organizan en función de la edad, sino atendiendo a los intereses, preferencias y necesidades de apoyo de cada persona.

Entre las personas participantes existen perfiles diversos, incluyendo personas con síndrome de Down, trastorno del espectro del autismo (TEA), síndrome de Asperger, trastorno obsesivo compulsivo (TOC), parálisis cerebral y otras discapacidades intelectuales y del desarrollo.

La participación en las actividades es voluntaria y la programación trata de tener en cuenta sus intereses y preferencias, favoreciendo un papel activo en la elección y disfrute de su tiempo libre.



- **Actividades principales:**

El Programa de Ocio y Tiempo Libre desarrolla una programación mensual de actividades en distintos espacios comunitarios de Sevilla y su entorno. Habitualmente se realizan una media de dos actividades al mes, principalmente durante los fines de semana, con una duración aproximada de cuatro horas, además de algunas actividades extraordinarias.

Las propuestas son variadas e incluyen karaoke, cine, bolera, teatro, exposiciones, visitas culturales, celebraciones temáticas, excursiones y participación en eventos de la ciudad, incorporando en muchas ocasiones almuerzos, meriendas o cenas en establecimientos de hostelería.

Antes de cada actividad, el equipo profesional planifica la salida, valora las necesidades de apoyo de las personas inscritas y organiza los recursos humanos necesarios. Las plazas son limitadas para garantizar una atención adecuada y, cuando se cubren, se establece una lista de espera.

Las personas voluntarias acompañan durante los desplazamientos, facilitan la participación en las actividades, favorecen la interacción social y prestan apoyos más individualizados cuando alguna persona lo necesita. Su participación resulta especialmente importante en actividades desarrolladas en espacios concurridos o que requieren una mayor organización y supervisión

- **Beneficios a las personas participantes:**

La participación continuada en el programa ha permitido observar mejoras en la autonomía personal, las habilidades sociales, la participación comunitaria y el bienestar emocional de las personas participantes.

Las actividades favorecen que puedan desenvolverse con mayor seguridad en entornos comunitarios, tomar decisiones, relacionarse con otras personas y participar en experiencias fuera de sus entornos habituales.

Asimismo, contribuyen a la creación de vínculos sociales estables, a reducir situaciones de aislamiento y a reforzar el sentimiento de pertenencia al grupo. El desarrollo de las actividades en contextos reales permite además trabajar habilidades funcionales de la vida cotidiana, como la gestión del dinero, los desplazamientos, la comunicación con otras personas o la toma de decisiones.

La incorporación de personas voluntarias amplía los apoyos disponibles y facilita especialmente la participación de aquellas personas con mayores necesidades de apoyo.



- **Beneficios a la Comunidad:**

La práctica favorece la participación de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo en los espacios y recursos habituales de la comunidad, contribuyendo a generar entornos de convivencia e inclusión.

Su presencia en actividades culturales, recreativas, de ocio, hostelería y otros espacios comunitarios favorece el conocimiento mutuo, la sensibilización y la participación social en entornos normalizados.

Asimismo, el trabajo conjunto entre profesionales, personas voluntarias y participantes permite superar determinadas barreras y generar oportunidades reales para que las personas con discapacidad puedan participar activamente en la vida de su comunidad.

- **Valor añadido como buena práctica:**

La experiencia muestra cómo el voluntariado puede convertirse en un apoyo importante para favorecer la inclusión y la participación comunitaria de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Su valor no reside únicamente en organizar actividades de ocio, sino en garantizar los apoyos necesarios para que todas las personas puedan participar y disfrutarlas en igualdad de oportunidades.

La coordinación entre el equipo profesional y las personas voluntarias permite adaptar los apoyos a las necesidades concretas de cada actividad y de cada participante. El voluntariado complementa la actuación profesional, ampliando la capacidad de apoyo del programa sin sustituir las funciones propias del personal técnico.

La experiencia, desarrollada de forma continuada desde 2010, muestra además la importancia de contar con una red de voluntariado estable y bien coordinada. Se trata de una práctica adaptable y replicable por otras entidades que pone el foco en aprovechar el potencial del voluntariado para generar oportunidades reales de participación, autonomía e inclusión.

- **Frase o idea que resuma la experiencia:**

“La inclusión se construye creando oportunidades reales de participación en la comunidad.”



IMÁGENES:



CLAVES COMPARTIDAS PARA UN VOLUNTARIADO CON IMPACTO





Las siete experiencias recogidas en este Banco muestran realidades muy diferentes: acompañamiento a personas mayores, participación cultural, apoyo en el ámbito hospitalario, ocio inclusivo, prevención de la soledad no deseada, cooperación y participación comunitaria.

Sin embargo, al analizarlas en conjunto aparecen una serie de elementos comunes que ayudan a comprender qué hace que una experiencia de voluntariado genere valor tanto para las personas participantes como para su entorno.

Más allá de las particularidades de cada iniciativa, estas prácticas y modelos permiten identificar algunos aprendizajes compartidos que pueden servir de referencia para otras entidades interesadas en impulsar, fortalecer o revisar sus propios programas de voluntariado.

El voluntariado necesita organización, no solo voluntad.

Una de las principales enseñanzas que atraviesa las experiencias recogidas es que la buena disposición de las personas voluntarias constituye el punto de partida, pero no es suficiente por sí sola.

Las prácticas analizadas ponen de manifiesto la importancia de contar con procesos organizados de acogida, formación, asignación de funciones, coordinación, acompañamiento y seguimiento. Cuando las personas conocen qué se espera de ellas, comprenden el sentido de su participación y disponen de una referencia dentro de la entidad, la acción voluntaria gana en seguridad, continuidad y capacidad de impacto.

La coordinación permite, además, resolver dificultades, mantener la motivación, adaptar las actuaciones a las necesidades que van surgiendo y evitar que las iniciativas dependan únicamente del entusiasmo inicial.

Por tanto, uno de los aprendizajes compartidos es claro: cuidar el voluntariado implica también organizarlo, acompañarlo y darle continuidad.

Formar es preparar para acompañar mejor.

La formación aparece de manera recurrente en las diferentes experiencias y no únicamente como transmisión de conocimientos técnicos.

Cada ámbito requiere aprendizajes específicos: conocer las características y necesidades de las personas con las que se va a participar, aprender a escuchar, comprender los límites de la acción voluntaria, evitar actitudes paternalistas, reconocer situaciones que deben trasladarse al equipo profesional o adquirir conocimientos concretos sobre ámbitos como el envejecimiento, la discapacidad, la enfermedad, la comunicación o la producción cultural.





La formación contribuye también a que las personas voluntarias comprendan el sentido de aquello que hacen y puedan desenvolverse con mayor autonomía y responsabilidad. En este sentido, formar no significa únicamente explicar una tarea. Significa preparar a las personas para relacionarse, acompañar y participar de manera respetuosa, responsable y consciente.

La persona debe estar en el centro de la acción.

Otro elemento común es la importancia de partir de las necesidades, preferencias, capacidades, intereses y decisiones de las personas participantes.

Acompañar no significa decidir por otra persona. Facilitar apoyos tampoco significa sustituir su capacidad de elección. Las experiencias recogidas muestran que el voluntariado adquiere un mayor sentido cuando ayuda a generar oportunidades para que las personas puedan participar, relacionarse, tomar decisiones y desarrollar actividades significativas para ellas. Este enfoque aparece en contextos muy diferentes: desde la elección de actividades de ocio hasta los acompañamientos individualizados, las salidas comunitarias o las visitas hospitalarias.

La acción voluntaria adquiere así una dimensión que va más allá de “hacer por alguien”: se trata de hacer posible que cada persona pueda participar de acuerdo con sus propios intereses, capacidades y circunstancias.

Acompañar no es sustituir la intervención profesional.

Varias de las experiencias coinciden en delimitar con claridad el papel del voluntariado.

Las personas voluntarias aportan tiempo, cercanía, escucha, experiencia, relación, acompañamiento y apoyo, pero su participación no sustituye las funciones propias de los equipos profesionales. Por el contrario, la coordinación entre ambos permite generar respuestas más completas y adecuadas.

Saber hasta dónde llega la función de la persona voluntaria, identificar cuándo una situación necesita atención especializada y disponer de profesionales de referencia constituye una garantía tanto para las personas atendidas como para quienes realizan la acción voluntaria. Establecer estos límites no resta valor al voluntariado. Al contrario, protege su esencia y permite que cada persona aporte desde el lugar que le corresponde.

Participar de verdad genera compromiso.

Las buenas prácticas recogidas muestran también que el voluntariado adquiere mayor significado cuando las personas comprenden que su aportación tiene una finalidad concreta y pueden reconocer su influencia en el resultado.





En algunas experiencias esta participación se manifiesta acompañando a otras personas; en otras, colaborando en la organización de actividades, facilitando apoyos, creando vínculos comunitarios o incluso interviniendo en procesos de valoración y toma de decisiones.

El elemento común es que las personas voluntarias no aparecen únicamente como apoyo auxiliar, sino como parte activa de un proceso compartido.

Cuando una persona sabe para qué sirve aquello que hace, comprende cómo contribuye al objetivo común y encuentra un espacio real para aportar sus capacidades, el voluntariado deja de ser una sucesión de tareas para convertirse en una verdadera experiencia de participación social.

Los vínculos también son un resultado.

Las experiencias recogidas permiten comprobar que muchos de los efectos más significativos del voluntariado se producen precisamente en las relaciones que se generan. Conversar, escuchar, compartir tiempo, encontrarse periódicamente, formar parte de un grupo o sentirse esperado por otras personas puede contribuir a crear redes sociales, reducir situaciones de aislamiento y reforzar sentimientos de pertenencia.

Los vínculos aparecen tanto entre las personas voluntarias y aquellas a las que acompañan como dentro de los propios grupos de voluntariado, entre entidades y en la relación con la comunidad.

Por ello, el valor de estas prácticas no puede medirse únicamente por el número de actividades desarrolladas. Las relaciones de confianza, apoyo y pertenencia que se construyen alrededor de ellas forman también parte de sus resultados.

El voluntariado transforma en las dos direcciones.

Otro de los aprendizajes que comparten las experiencias es el beneficio mutuo que puede generar la acción voluntaria.

Quienes reciben acompañamiento, apoyo o nuevas oportunidades de participación pueden mejorar sus relaciones sociales, su autonomía, su bienestar o su vinculación con la comunidad. Pero las propias personas voluntarias también encuentran espacios de aprendizaje, relación, satisfacción personal, desarrollo de capacidades y participación social. Esta reciprocidad resulta especialmente relevante porque evita entender el voluntariado como una relación unidireccional entre quien “ayuda” y quien “recibe ayuda”.

Las experiencias analizadas muestran una realidad más rica: las personas se encuentran, comparten capacidades y experiencias y todas pueden recibir algo valioso de esa relación.



La comunidad forma parte de la práctica:

Las experiencias recopiladas tampoco se desarrollan de manera aislada. Asociaciones, administraciones, centros sanitarios, recursos sociales, espacios culturales, centros educativos, establecimientos y otros agentes comunitarios aparecen conectados en diferentes iniciativas.

El trabajo en red permite detectar necesidades, compartir recursos, ampliar oportunidades y generar respuestas que una sola entidad difícilmente podría desarrollar por sí misma.

Al mismo tiempo, llevar la acción voluntaria a los espacios habituales de la comunidad contribuye a hacer visibles diferentes realidades sociales, favorecer el conocimiento mutuo y generar entornos más participativos e inclusivos.

De esta forma, el voluntariado no solo produce efectos sobre determinadas personas o grupos: puede contribuir también a fortalecer el tejido social y la capacidad de una comunidad para cuidarse, incluir y generar oportunidades de participación.

Compartir lo que funciona también forma parte del voluntariado.

Las siete experiencias son diferentes y responden a contextos, colectivos y necesidades distintas. Precisamente por ello, su valor no reside en ofrecer una fórmula única que pueda reproducirse de manera idéntica.

Su utilidad está en identificar elementos que pueden inspirar a otras organizaciones: formación previa, coordinación, acompañamiento, participación significativa, respeto a la autonomía, claridad de funciones, trabajo en red, adaptación de los apoyos y conexión con la comunidad.

Una buena práctica no tiene por qué ser copiada. Puede ser observada, comprendida y adaptada a otras realidades.

Ese es también el propósito de este Banco de Buenas Prácticas: convertir la experiencia de unas entidades en conocimiento compartido, para que aquello que está generando participación, vínculos y oportunidades pueda inspirar nuevas formas de hacer voluntariado.



DATOS DE CONTACTO:





Entidad: **Confederación Estatal de Mayores Activos (CONFEMAC).**

Teléfono: 954 27 56 40

Dirección: Avenida de HYTASA, nº 36, planta 1ra, módulo 8 (Toledo II), Sevilla.

Web: <https://www.confemac.net/>



Entidad: **Asociación ATUREM- Plena inclusión**

Teléfono: 954 51 99 44

Dirección: Avenida de Montesierra, nº 1, Sevilla.

Web: <https://familiasaturem.blogspot.com/>



Entidad: **Asociación Familiar La Oliva**

Teléfono: 954 62 54 58

Dirección: Calle Asociación Familiar La Oliva, nº 2, Sevilla.

Web: <https://www.aflaoliva.es/>





Entidad: Asociación Nexo por la Integración.

Teléfono: 691 28 46 03

Dirección: Calle Tucumán, nº 5, Sevilla.

Web: <https://nexointegracion.org/contacto/>



Entidad: Asociación Solidaria Andaluza de Desarrollo (ASAD).

Teléfono: 683 32 01 18

Dirección: Calle Sos del Rey Católico, nº 13, Granada.

Web: <https://asad.es/>



Entidad: Asociación Marafiki

Teléfono: 954 00 34 04

Dirección: Calle Urbano Orad, nº 15, Local 2, Sevilla.

Web: <https://asociacionmarafiki.org/>





Entidad: Asociación de pacientes cardíacos de Mairena del Alcor - Cardioalcor

Teléfono: 627 47 44 84

Dirección: Calle Murillo, 25. Mairena del Alcor.

Web: https://www.facebook.com/cardioalcor/?locale=es_ES

