



asociación
muévete por el
pákinson jaén

PLAN DE VOLUNTARIADO

ÍNDICE

1.Introducción.....	1
2.Voluntariado.....	2
2.1.Voluntariado en Muévete por el Párkinson Jaén y provincia.....	3
2.2.¿En qué actividades participan las personas voluntarias?.....	3
3.Gestión del voluntariado en Muévete por el Párkinson Jaén y provincia.....	4

Introducción

La asociación Muévete por el Párkinson Jaén y provincia es una entidad sin ánimo de lucro integrada por personas afectadas de Párkinson, familias y colaboradores que busca ofrecer un apoyo en la atención integral que necesitan para mejorar su calidad de vida ofreciendo información y asesoramiento, terapias rehabilitadoras, actividades lúdicas y divulgativas y apoyo en la investigación sobre la enfermedad. Nuestra **visión** es ser un referente en la atención integral a personas afectadas de Párkinson y sus familias, apoyar la implantación de sus actividades en la capital y en la provincia de Jaén y trabajar con todas las instituciones que trabajan con este colectivo. Los **objetivos** del centro están recogidos en el Art. 6 de sus estatutos:

- La información, el asesoramiento, y la defensa de sus asociados en cuanto a intereses y derechos puedan ser de aplicación por leyes, convenios, acuerdos y ayudas.
- Promover y mejorar la situación sanitaria, psicológica y social a los familiares y cuidadoras/es de los afectados por la enfermedad de Parkinson y también asesorarlos en materias legales, sociales y económicas.
- Difundir, divulgar y sensibilizar a la ciudadanía en general y a las instituciones sobre la problemática de todos los afectados por esta enfermedad.
- Estimular y colaborar desde nuestras posibilidades en la investigación científica.
- Facilitar, mejorar y controlar la asistencia a las personas con Parkinson, con el objetivo de mejorar su calidad de vida. Crear, impulsar y prestar servicios y programas dirigidos a las personas con Parkinson, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.
- Fomentar el voluntariado social en las distintas actuaciones que realice la asociación, así como también acciones formativas y de cualificación de los mismos.
- Fomentar y difundir los conocimientos sobre la enfermedad de Parkinson, en todo lo relacionado con los avances en su diagnóstico, terapéutica y prevención, para facilitar una asistencia adecuada al enfermo/a y cuidador/a.
- Establecer los contactos necesarios con otras entidades y asociaciones relacionadas con la problemática de la enfermedad de Parkinson, dentro y fuera del territorio español, con el propósito de estar al día de los avances que se produzcan en cuanto a asistencia, logros científicos e intercambio de experiencias.

- Pertenecer a federaciones o confederaciones de asociaciones de carácter provincial, autonómico.
- Mantener relaciones con organismos oficiales y privados competentes y solicitar ayuda, subvenciones, conciertos, etc, necesarios para el logro de estos fines.
- Fomentar y potenciar medidas educativas sociales y económicas que contribuyan a la igualdad entre hombres y mujeres respecto a las tareas del cuidado de los afectados/as de la enfermedad del Parkinson.
- Proteger a las personas con Parkinson.
- Organizar actividades de formación, culturales, recreativas y de captación de fondos, encaminadas a la formación y la mejora de la calidad de vida de los/as enfermos/as, familiares, cuidadores/as y personal laboral

Para cumplir estos objetivos llevamos a cabo diferentes **programas** a través de los cuales las personas asociadas y familiares pueden obtener atención social y psicológica, fisioterapia, educación física adaptada, piscina, talleres de estimulación cognitiva, logopedia o musicoterapia. Por otro lado, los/as profesionales del centro se coordinan de forma interdisciplinar para poder prestar una buena atención a las personas usuarias.

Voluntariado

El **voluntariado** se define en el artículo 3 de la Ley estatal del voluntariado como: el conjunto de actividades de interés general, desarrolladas por personas físicas, siempre que reúnan los siguientes requisitos:

1. Que tengan carácter solidario.
2. Que su realización sea libre, sin que tengan su causa en una obligación personal o deber jurídico y sea asumida voluntariamente.
3. Que se lleven a cabo sin contraprestación económica o material, sin perjuicio del abono de los gastos reembolsables que el desempeño de la actividad voluntaria ocasione.
4. Que se desarrollen a través de entidades de voluntariado con arreglo a programas concretos y dentro o fuera del territorio español.

Ser una **persona voluntaria** implica ofrecer de forma altruista y desinteresada parte de su tiempo, habilidades y recursos para contribuir y apoyar a una causa, organización o

comunidad. Una persona voluntaria es alguien que se compromete voluntariamente a realizar actividades y tareas sin recibir una compensación económica directa. La labor voluntaria se basa en la solidaridad, el deseo de hacer el bien y el compromiso con el bienestar de los demás. Implica dedicar tiempo y esfuerzo a proyectos o actividades sociales, medioambientales, culturales, educativas o de otra índole, con el propósito de generar un impacto positivo en la sociedad y mejorar la calidad de vida de los demás.

2.1. Voluntariado en Muévete por el Párkinson Jaén y provincia.

Realizar voluntariado puede ofrecer diversos beneficios, entre ellos:

- Crea un impacto positivo. Brinda la oportunidad de marcar una diferencia real en tu comunidad y en la vida de las personas que necesitan ayuda. Tu tiempo, habilidades y esfuerzos pueden tener un impacto significativo.
- Desarrollo personal. Ofrece una oportunidad única para el crecimiento y desarrollo personal. Puedes adquirir nuevas habilidades, conocimientos y experiencias que pueden ser beneficiosos tanto para tu vida personal como profesional. Además, el voluntariado puede ayudarte a desarrollar habilidades de liderazgo, empatía, trabajo en equipo y resolución de problemas.
- Conexiones sociales. Es una oportunidad de conocer a nuevas personas y construir relaciones significativas. Puedes conectar con personas que comparten intereses similares y formar amistades duraderas. Además, trabajar en equipo con demás voluntarios/as y profesionales fomenta el espíritu de comunidad y solidaridad.
- Aprendizaje y conciencia. Al participar en actividades de voluntariado, te expones a realidades y perspectivas diferentes. Esto te ayuda a desarrollar una mayor conciencia sobre las necesidades de los demás, así
- Además, desde nuestro centro podrás tener la oportunidad de formarte en la enfermedad de párkinson teniendo contacto directo tanto con profesionales del centro como con personas afectadas y familiares.

2.2. ¿En qué actividades participan las personas voluntarias?

- Taller de estimulación cognitiva.

Este taller tiene como principal objetivo mejorar o mantener las capacidades cognitivas de las personas usuarias, también se trabaja la motricidad en actividades puntuales de dicho taller. El papel de las personas usuarias aquí es muy importante ya que existen personas que tienen

determinados síntomas los cuales hacen que necesiten un apoyo para realizar algunas actividades del taller. De esta forma, conseguimos dinamizar el taller y que todas las personas que participan en este puedan desarrollar las actividades propuestas.

Labor de acompañamiento.

Algunas personas usuarias tienen dificultad para desplazarse a causa de la enfermedad, por ello muchas veces se les hace difícil la asistencia a los talleres y terapias que ofrecemos en el centro. Desde el voluntariado podemos hacer que todos nuestros usuarios/as puedan acudir a terapia con acompañamiento, de una forma segura y evitando así caídas o diversos inconvenientes que puedan surgir.

Actividades de ocio.

Desde el centro no solo realizamos talleres y terapias, también organizamos actividades de ocio como excursiones, marchas, actividades por el día del párkinson o actividades deportivas entre muchas otras. Aquí las funciones del voluntariado pueden ser tanto de acompañamiento como hemos indicado anteriormente a aquellas personas con problemas de movilidad, como de apoyo en la organización de dichas actividades y eventos.

Campañas de visibilización.

Estas campañas son muy importantes ya que a través de la visibilización conseguimos crear conciencia e incitar a la formación y la búsqueda de información en nuestro caso, sobre el párkinson. También conseguimos reducir el estigma y la discriminación que estas personas sufren defendiendo en todo momento sus derechos. Estas campañas implican mucho tiempo de organización y personal que acuda a ellas, por lo cual con la ayuda de personas voluntarias podrían llevarse a cabo de una forma más eficaz.

Gestión de voluntariado en Muévete por el Párkinson Jaén y provincia

Para gestionar el voluntariado en nuestro centro, llevamos a cabo las siguientes fases:

1. Planificación y definición.

En nuestro centro se implementa un modelo híbrido en el cual voluntarios/as y personal remunerado colaboran juntos. La junta directiva junto con profesionales de la asociación, trabajadora social, psicólogo, logopeda y demás profesionales forman el equipo de referencia

para la organización de las actividades voluntarias así como la formación de estas personas. Deben establecer unos objetivos para el voluntariado, organizar las actividades a desarrollar, motivar y fomentar el voluntariado y realizar un seguimiento y control.

Las principales formas que tenemos de llegar a las personas voluntarias son las siguientes:

- A través de redes sociales. En nuestra página web existe un apartado donde se explica cómo colaborar con la asociación. Además damos difusión de nuestras actividades tanto en la página web como en redes sociales.
- Familiares y conocidos de personas usuarias. Las personas cercanas a usuarios/as, por norma general están muy concienciadas con la causa lo cual hace que exista un mayor vínculo con el centro.
- Voca a voca. A través de las propias vivencias de las personas que ya han sido voluntarias.
- Actividades de visibilización y ocio. En estas actividades también tratamos de visibilizar la importancia del voluntariado en nuestro centro.

Las personas que decidan ser voluntarias tendrán una primera reunión con la trabajadora social del centro la cual le realizará una entrevista para conocer su experiencia previa en el tema, sus principales intereses y motivación y las actividades en las cuales le gustaría ser voluntario/a. También le informará de conocimientos básicos sobre la enfermedad los cuales podrá ir cumplimentando a lo largo de su estancia de voluntariado.

2. Incorporación, desarrollo y acogida.

Una vez la persona voluntaria tenga claro las actividades que desarrollará, la trabajadora social se pondrá en contacto con el profesional encargado del taller al cual asistirá de apoyo o si por el contrario realizará actividades de acompañamiento, se pondrá en contacto con la persona usuaria que recibirá dicho apoyo. Por otro lado, se le facilitará información sobre el centro y se le entregará una hoja de firmas donde podamos recoger los días de voluntariado realizados. También será informada de los derechos y deberes que tiene en el centro como persona voluntaria.

Durante su estancia de voluntariado podrá formarse en párkinson, conocer síntomas y características de las personas con esta enfermedad, pautas básicas de intervención o cómo se trabaja para mantener o mejorar la calidad de vida de estas personas. Tras el voluntariado, la persona recibirá un reconocimiento tanto formal como informal.

- En el reconocimiento formal se recogerán todas aquellas acciones planificadas dentro de su estancia, como por ejemplo eventos, actividades organizadas en el centro, cursos formativos, etc.
- El reconocimiento informal recogerá las acciones del día a día en el centro, un reconocimiento más personal agradeciendo la estancia en el centro y su labor de voluntariado.

3. Desvinculación.

Esta fase consiste en la finalización de la etapa de voluntariado, donde la persona termina con sus tareas realizadas y concluyen sus obligaciones. Esta finalización puede ocurrir por diversos motivos como por ejemplo cambio en sus prioridades personales, problemas de horario o desmotivación. La finalización puede deberse también a una decisión administrativa si la persona responsable de supervisión de voluntariado decide que no está cumpliendo sus deberes o compromisos como persona voluntaria.

La finalización no tiene por qué ser definitiva, pueden surgir circunstancias en la vida de la persona voluntaria que hagan que no pueda seguir con sus funciones, pero sí podría realizarlas en otro momento o cuando las nuevas circunstancias cedan.

4. Evaluación.

La evaluación será de gran importancia tanto para la persona voluntaria como para el propio centro, hemos de evaluar estas fases para sugerir cambios y recoger sugerencias. Podremos evaluar:

- Seguimiento de la actividad voluntaria.
- Evaluación final de la actividad voluntaria.
- Evaluación de la actividad voluntaria al final de un programa o actividad.
- Evaluación interna del propio plan de voluntariado.