



Cómo ser uno de ellos

► Reflexione sobre las razones para hacer voluntariado. Asista a charlas, hable con otras personas voluntarias.

► Mire a su alrededor y descubra dónde hay desigualdades injustas. Puede empezar a investigar qué ONG trabajan para solucionar ese problema.

► Defina su participación. Piense en sus preferencias y en lo que le haga sentir mejor.

► Búsqueda de la ONG. Debe dirigirse a la organización que más le atraiga e informarse de sus actividades, normativa y condiciones. No permita que le utilicen como mano de obra gratuita. Recuerde que no todo el voluntariado consiste en acudir al lado de gente excluida. Hay mucho trabajo que hacer en la retaguardia.

► La incorporación a la ONG. Tendrá una entrevista con un miembro de la

organización que valorará aspectos como: impacto sobre los demás (aparición, conversación, modales); cualificación y experiencia (conocimientos, formación); capacidades innatas (capacidades mentales); motivación (grado de dedicación...); y factores emocionales (estabilidad emocional).

► Más información:

—La Plataforma de Voluntariado de España ofrece en su web un mapa donde seleccionar por localidades todas las organizaciones que tienen personas voluntarias. (www.plataformavoluntariado.org/web/s/6-voluntariado/8-mapa-de-voluntariado). Telf: 91 541 14 66

—Fundación Deporte y Desafío: www.deporteydesafio.com

—FAMMA-Cocemfe Madrid: 91 593 35 50

—Cocemfe: www.cocemfe.es Telf: 91 744 36 00



Los jóvenes que hacen voluntariado mejoran su actitud con la familia

► Desde 2011 ha aumentado un 7% el número de personas de 18 a 35 años que se apuntan a esta iniciativa. Este año se espera una cifra récord

LAURA PERAITA
MADRID

Desde que España se sintiera azotada por los efectos de la crisis ha salido a relucir, más que nunca, que los españoles somos ciudadanos muy solidarios. Más de cinco millones de personas realizan voluntariado en nuestro país. Pese a esta realidad, todavía nos queda camino por recorrer. Las estadísticas aseguran que los Países Bajos están a la cabeza, con un 54% de la población que realiza labores de voluntariado, frente a Grecia, donde el porcentaje des-

ciende al 13%, mientras que España está en el 23%.

Lo que sí se aprecia es que los jóvenes, a partir de los 16 años, se interesan más por participar, sobre todo durante sus vacaciones. En vez de estar en casa, descansando, en la piscina, la playa, con sus amigos, o algunos haciendo el botellón, deciden implicarse en una causa solidaria. «En estas fechas es cuando más jóvenes nos llaman para ofrecerse como voluntarios —asegura Luciano Poyato, presidente de la Plataforma del Voluntariado de España—. Desde 2011 hemos notado un incremento de un 7% en el número de jóvenes participantes y este año esperamos un récord de participación».

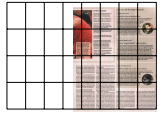
«Hay padres que nos traen a sus hijos para que maduren»

Javier Font, presidente de FAMMA-Cocemfe Madrid, asegura que muchos padres, cansados de que sus hijos adolescentes tengan una actitud conflictiva y solo piensen en estar de fiesta, les llevan a esta organización para que vean que existe otra realidad y colaboren para mejorarla. «Es impresionante el cambio en ellos. Adquieren un

grado de madurez enorme. Entran en contacto con otras personas que eran como ellos, pero que, por ejemplo, un accidente de tráfico les dejó en una silla de ruedas. Los jóvenes nos confiesan que cuando salen con sus amigos les transmiten estas vivencias y les aconsejan que no beban alcohol si van a conducir. Su responsabilidad la contagian a los demás al entrar en contacto con estas otras realidades que antes solo conocían por titulares de las noticias, y descubren que hay historias humanas detrás».

En la misma línea se manifiesta Carmen Pardo, directora de la Fundación Deporte y Desafío, quien asegura que en los campamentos de verano intensivo es donde se percibe el mayor in-

terés de los jóvenes. «De los 500 colaboradores que tenemos al año, el 75% son menores de 25 años. Se han convertido en uno de nuestros recursos más valiosos, sin ellos no se podrían



Tiempo para todo
Álvaro Gutiérrez, de 25 años, asegura que el día tiene 24 horas «y a los jóvenes nos da tiempo a todo: a hacer voluntariado y a pasarlo bien». En la imagen, durante un campamento de la Fundación Deporte y Desafío.

Perfil en España

- En nuestro país hay alrededor de cinco millones de personas que realizan tareas de voluntariado.
- Más de un millón se dedican a la acción social, es decir, realizan un trabajo asistencial con personas.
- El perfil es mayoritariamente femenino (63,1%). Por otra parte, las personas que hacen voluntariado tienen entre 18 y 35 años (alrededor del 42% del total) y dedican un máximo de cinco horas semanales a la organización en la que colaboran.
- La principales ocupaciones son las de atención directa a los grupos beneficiarios.
- Los ámbitos que reciben mayor demanda de personas que desean colaborar son los de infancia y discapacidad. Las que menos demanda reciben son las áreas relacionadas con personas en exclusión o con riesgo de exclusión.
- Según datos recientes del Eurobarómetro, el 30% de los europeos realizan tareas de voluntariado en sus respectivos países.

La voz de la experiencia

MIGUEL NIETO, 25 AÑOS

«Antes vivía acomplejado»

A los 18 años, Miguel fue operado de un tumor que le impide mover parte de su cuerpo. Hoy, con 25 años, asegura que ha mejorado mucho «y me siento en deuda con quienes me han ayudado». Por eso decidió ser voluntario. «Físicamente no les ayudo mucho por mi discapacidad, pero sí emocionalmente, porque doy mucho ánimo a las personas que van en silla de ruedas para que luchen por mejorar. Gracias a ellos he madurado —prosigue—. Antes vivía acomplejado y ahora siento que no soy tan especial, soy uno más. Mi familia también se ha dado cuenta y no me protege tanto, me deja libertad. Me siento más fuerte».



ÁLVARO GUTIÉRREZ, 25 AÑOS

«Estoy “enganchado” a esta labor»

A Álvaro siempre le ha gustado trabajar con niños y discapacitados. Con 16 años ya hizo sus pinitos con menores en riesgo de exclusión social. Hoy este cordobés de 25 años, maestro en audición y lenguaje, es voluntario de la Fundación Deporte y Desafío y se encarga de atender a niños con discapacidad. «Estoy muy “enganchado”, me encanta esta labor. En verano les dedico también mucho tiempo y lo pasamos bomba». Asegura que el voluntariado le ha dado mucha experiencia en el trato con las personas, le ha enseñado que «si un día en casa estoy agobiado por algo, pienso en las dificultades a las que se enfrentan ellos cada día y me digo: pero ¿de qué me quejo yo? Me ha ayudado a valorar mucho más lo que tengo, a saber escuchar, a ser más luchador y a ponerme en el lugar de los demás».

PAULA GUTIÉRREZ, 18 AÑOS

«Ahora hablo de cosas más serias»

Con tan solo 18 años, Paula reconoce que le gusta sentirse activa. Hace siete años comenzó a hacer voluntariado para convencer a los jóvenes que hacían botellón de cómo podían reducir el consumo de alcohol. «Los chavales eran muy receptivos», asegura. Ahora es voluntaria en la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) y este verano lo dedicará a preparar el próximo congreso de la FAD sobre drogas y familia. «Entre otras cosas, realizar esta labor me ha ayudado a hablar más con mis padres y mi hermano de 13 años de cosas más serias».



llevar a cabo muchas de las actividades planteadas. Tienen un gran potencial que hay que saber aprovechar. Llegan al convencimiento de que fijarse objetivos y metas les hará alcanzar sus ideales y moldeará su futuro personal y profesional».

Entre las causas de este interés creciente, Luciano Poyato destaca que a pesar de la creencia generalizada de que los jóvenes «son irresponsables e inmaduros, en realidad están demostrando que se interesan por las informaciones que reciben y actúan para cambiar una dura realidad que viven muchas personas. De hecho, la mayor franja de voluntarios por edades se encuentra entre los 18 y los 35 años».

Una revolución personal

En su opinión, el voluntariado les produce una «revolución de cambio personal». Explica que cuando estos jóvenes atienden a otras personas —con discapacidad física, intelectual, en riesgo de exclusión...— se enfrentan a una realidad difícil y perciben el esfuerzo de los distintos colectivos por superarse. «Al ayudar a los demás, se sienten responsables, se les abre la mente y les enriquece de manera muy personal», añade Carmen Pardo. También recalca que estas acciones fomentan la comunicación con los demás, les transmiten mensajes positivos, de ánimo,

mo, y les ayudan a darse cuenta de que no están solos.

Se descubren a sí mismos y ven que son capaces de planificar, buscar soluciones, conseguir metas; y si a esta edad se sienten perdidos, ocupan su tiempo y se sienten llenos...

«La adquisición de valores como la responsabilidad, saber escuchar a los demás, respetar opiniones, defender las suyas, trabajar en equipo, etc., también les ayuda, sin duda, posteriormente. Cuando regresan a su domicilio lo hacen con una actitud muy positiva que favorece las relaciones familiares, sobre todo en lo que se refiere a la comunicación con padres y hermanos, a saber expresar sus emociones y escuchar a los demás», asegura el presidente de la Plataforma del Voluntariado de España.

Javier Font, presidente de Famma-Cocemfe, considera que estos jóvenes son muy valientes «porque no es sencillo, si no se ha tenido contacto con la discapacidad, tratar a estas personas, conocer sus dificultades y hacerles frente juntos. Muchos de los afectados —prosigue— provienen de familias desestructuradas, precisamente por las disputas que se generan en la pareja por no saber afrontar la discapacidad del hijo y culparse de que uno se ocupa más que el otro. Los jóvenes voluntarios reflexionan sobre sus pro-

pias vidas y aprecian más el valor y el papel de la familia y que esté unida».

«Además —añade Carmen Pardo— dejan de ser tan egoístas. Si a estas edades los jóvenes se caracterizan por pensar en ellos, con su habitual “yo, yo y, después, yo”, con el voluntariado dejan que sean otros los que tengan el protagonismo. También dejan de quejarse tanto a sus padres porque se dan cuenta de que hay personas que sonríen e intentan ser felices con mucho menos y en situaciones verdaderamente complicadas».

La mejora es extraordinaria, al me-

nos así lo cree también Mario García, presidente de Cocemfe (Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica), quien destaca el gran acto de generosidad de estos voluntarios al no cobrar prestación económica por los servicios prestados. «Los jóvenes, por lo general, vuelven a su casa con un mayor espíritu colaborativo, un incremento en el respeto y reconocimiento hacia la labor desempeñada por sus progenitores en su crianza, y, sobre todo, con muchas ganas de compartir estas vivencias con ellos».