

¿A QUÉ PROGRAMAS, CENTROS Y SERVICIOS DA SOPORTE EL PROGRAMA MUNICIPAL DE VOLUNTARIADO SOCIAL, A TRAVÉS DE LA ACCIÓN DEL GRUPO DE VOLUNTARIOS/AS?

- Centro de Día de Menores
- Programa de Intervención con Familias y Menores
- Servicio de Ayuda a Domicilio (SAD)
- Servicio Municipal de Atención a la Dependencia (SMAD)
- Programa de Habilidades Sociales (personas con enfermedad mental crónica)
- Servicio de Información, Orientación y Asesoramiento (demandas directas)
- Gabinete Psicopedagógico
- Servicio Especializado de Atención a Familias e Infancia (SEAFI)
- Programa Amics
- Programa Mujer
- Residencia de Ancianos
- Otros

¿DÓNDE NOS PUEDES ENCONTRAR?

Centro Social "Casa del Cisco"

Avenida de la Constitución, número 42 - 44. Aspe
Teléfonos 96 549 34 63 - 96 691 99 00 extensión 700
Correo electrónico: servsocial@ayto.aspe.es

11 CONSEJOS ESENCIALES PARA SER FELIZ

- 1. Limpia tu mente:**
creando un estado de mayor serenidad y bienestar
- 2. Valora lo importante:**
no puedes hacerlo todo
- 3. Aprende a ser positivo:**
es el secreto de la felicidad
- 4. Reserva tiempo para ti:**
pero ojo, que sea de calidad!
- 5. Disfruta del silencio:**
sé consciente de su curativa presencia
- 6. Entrena la paciencia:**
técnica para devolverte la calma
- 7. Cultiva la atención plena:**
siendo consciente de cada instante
- 8. Rodéate de sencillez:**
no necesitas mucho para vivir en paz
- 9. No te amargues:**
stop al sufrimiento inútil
- 10. Abre tu corazón:**
para liberarte de las heridas emocionales
- 11. Practica la risa meditativa:**
recargarás tu energía



AYUNTAMIENTO DE ASPE

¡Hazte voluntario/a!



AYUNTAMIENTO DE ASPE

PROGRAMA MUNICIPAL DE VOLUNTARIADO SOCIAL

¿Necesitas ayuda?

"La alegría engrasa los ejes del mundo. No vayas por el mundo chirriando"

¿Quieres ayudar?

"Quien no comprende una mirada, tampoco entenderá una larga explicación"



"La esperanza es el sueño de quienes están despiertos"

"Mejor encender una luz que quejarse de la oscuridad"

¡Hazte voluntario/a!



SALUDA DE LOS VOLUNTARIOS

Mi saluda está dedicado a todas esas personas que no tienen tiempo. Vivimos una vida que va demasiado deprisa y solo tenemos tiempo de pensar en los pocos que nos rodean y en nosotros mismos (puro egoísmo). Pero hay un mundo ahí fuera, mas allá de nuestras narices, que por lo menos a mí me hace ver que el tiempo no significa nada. El reloj se detiene, el teléfono móvil no tiene cobertura, los problemas no existen, tus vacíos se llenan y el puro ego... ¿eso qué es? Cuando los/as voluntarios/as nos estamos dando a los demás sucede todo esto.

Quiero dar las gracias a todas las personas que nos permiten entrar en su mundo y nos ponen los pies en el suelo y usan su máquina del tiempo para paralizarlo. **GRACIAS.**

Solo quiero decir una cosa más: **“Vive la vida, que el tiempo no la viva por ti”.**



PROGRAMA MUNICIPAL DE VOLUNTARIADO SOCIAL

Este es un **programa de titularidad municipal** que se enmarca en el ámbito de los **Servicios Sociales del Ayuntamiento de Aspe.**

Su finalidad es ayudar a nivel social, a través de la **acción solidaria de las personas voluntarias**, a las diferentes personas y grupos vulnerables que participan en los distintos servicios, centros y programas de Servicios Sociales.

¿QUÉ OBJETIVOS PERSIGUE EL PROGRAMA?

-**Sensibilizar** a los ciudadanos sobre los problemas y necesidades que padecen determinados colectivos y grupos sociales.

-**Promover y posibilitar** la participación de los ciudadanos, desde la corresponsabilidad social, a través de acciones de voluntariado que reviertan en el bienestar social de la colectividad.

-**Fomentar** acciones de apoyo, colaboración y/o cooperación con asociaciones, entidades y grupos locales de voluntariado.

OBJETIVOS

¿QUÉ ES “SER VOLUNTARIO/A”?

Voluntario/a es aquella persona que decide, libremente y de manera altruista, dedicar parte de su tiempo a realizar **acciones en beneficio de los demás** sin que medie contraprestación económica alguna. Dichas acciones han de realizarse a través de programas y proyectos concretos.

El/la voluntario/a social no sustituye sino que complementa con su acción voluntaria la intervención social de los profesionales (trabajadores sociales, educadores, auxiliares del Servicio de Ayuda a Domicilio...)

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA LA ACCIÓN DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS?

- Personas mayores (en situación de soledad)
- Menores en situación de riesgo social
- Personas con discapacidad
- Personas con dependencia
- Personas con enfermedad mental crónica
- Cuidadores informales (familiares)
- Otros

¿QUÉ TAREAS PUEDEN REALIZAR LOS/AS VOLUNTARIOS/AS DEL PROGRAMA?

A) RESPECTO A LAS PERSONAS BENEFICIARIAS:

- Compañía a personas en situación de soledad
- Acompañamiento en la realización de gestiones, paseos, traslados...a personas que requieran de apoyo
- “Servicio de respiro” para cuidadores familiares de enfermos, mayores, etc.
- Apoyo al estudio a menores con dificultades
- Otras

B) RESPECTO AL PROGRAMA Y AL PROPIO GRUPO DE VOLUNTARIOS/AS:

- Formarse como voluntario/a (cursos, jornadas, talleres...)
- Participar en acciones de sensibilización social, movilizand la conciencia de los ciudadanos
- Participar en la difusión y captación de nuevos voluntarios/as (charlas, entrega de trípticos, cartelería, etc.)
- Participar en las actividades de motivación y cohesión de grupo (convivencias, reuniones, compartir experiencias, etc.)
- Otras

QUE