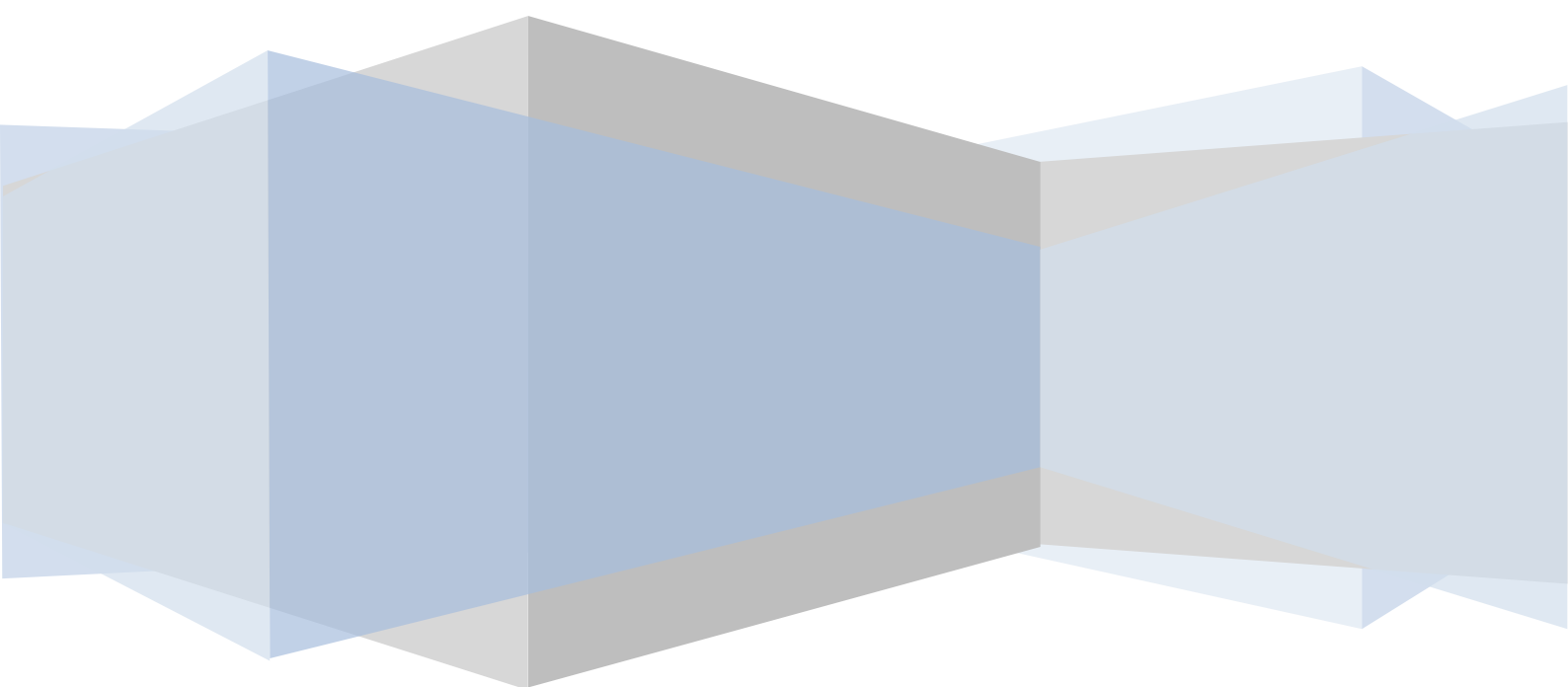


*ASOCIACIÓN DE FIBROMIALGIA Y SINDROME DE FATIGA
CRONICA DE ALMERÍA*

(AFIAL)

PLAN DE VOLUNTARIADO



INDICE

1.- PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD.....	3
2.- FINES Y OBJETIVOS DE LA ENTIDAD.	4
3.- PERFIL DE LAS PERSONAS DESTINATARIAS.	7
4.- DEFINICIÓN DE VOLUNTARIADO PARA AFIAL.	7
5.- DERECHOS Y DEBERES DE LOS VOLUNTARIOS.	8
5.1.- DERECHOS:.....	8
5.2.- DEBERES.....	9
6.- ¿QUÉ OFRECE AFIAL A SUS VOLUNTARIOS?.	10
7.- LA PARTICIPACION DEL VOLUNTARIADO EN AFIAL.	10
8.- PERFIL DEL VOLUNTARIO.	12
9.- ITINERARIO DEL VOLUNTARIADO EN AFIAL.	13
9.1.- PROCESO DE ACOGIDA.....	13
9.2.- PROCESO FORMATIVO.	14
9.3.- INFORMACIÓN CONTINUADA:.....	15
10.- GESTIÓN Y SEGUIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DE VOLUNTARIADO.	15
11.- EVALUACIÓN DEL PLAN DE VOLUNTARIADO.....	16

1.- PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD.

La asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Almería (en adelante, AFIAL), es una entidad sin ánimo de lucro creada para atender las necesidades de los afectados de Fibromialgia (en adelante, FB) y Síndrome de Fatiga Crónica (SFC), así como de sus familiares.

AFIAL fue constituida legalmente el 4 de Febrero de 2.002 e inscrita en el Registro Andaluz de Entidades de Servicios Sociales, con número de inscripción en el registro 4.804. Actualmente contamos con 220 socios/as.

El 3 de febrero de 2003 se elaboraron sus primeros Estatutos que fueron modificados en 2009 y siendo su última modificación el 23 de abril de 2019, acordada por la mayoría absoluta de la Asamblea General de socios/as en sesión extraordinaria.

Inscrita en el Registro General de entidades de Voluntariado de Andalucía en el área de intervención social y beneficiarios personas con discapacidad y mujeres, con el nº 1821.

Actualmente Dña. Pilar Quesada Torreblanca ostenta el cargo de presidenta de nuestra entidad situada en calle Blas Infante, nº 76 de la localidad de Almería.

Nuestros teléfonos de contacto son los siguientes: 950 276 095 / 692 2110424
Fax: 950 276 095.

Correo electrónico: afialalmeria@hotmail.com

Web: <http://www.afialalmeria.es>

Redes sociales:

<https://www.facebook.com/afial.fibromialgia>

<https://twitter.com/afialalmeria>

2.- FINES Y OBJETIVOS DE LA ENTIDAD.

Los fines y objetivos de la Asociación serán los siguientes:

- a) Dar a conocer, informar y sensibilizar a la sociedad de todo lo concerniente a la fibromialgia y al síndrome de fatiga crónica, los avances médicos y nuevos conocimientos científicos que se vayan produciendo, involucrando a todos los agentes sociales y a la población en general.
- b) Informar y apoyar a los socios en el ejercicio de sus derechos.
- c) Facilitar la representación y participación de los socios tanto en la gestión de la Asociación como en sus órganos de gobierno.
- d) Organizar actividades y servicios de tipo, asistencial, social, educativo, cultural y recreativo para los afectados con el fin de fomentar un buen conocimiento de las patologías, en aras de un mayor entendimiento y adaptación.
- e) Promover relaciones de colaboración con entidades e instituciones con finalidad común. Establecer convenios de colaboración con las mismas y de prestaciones de servicios con ellas, de los que puedan derivarse beneficios para sus asociados.
- f) Colaborar en la divulgación de dichas patologías a nivel institucional, social y personal.
- g) Potenciar y colaborar cuantas investigaciones sean posibles asimismo como cuestiones afines que redunden en el mejor conocimiento de la etiología de las patologías.
- h) Cooperar con la Administración y sector sanitario, en consultas, informaciones, asesoramiento, deliberaciones y actividades relacionadas con los fines de la asociación.
- i) Ser objeto reivindicativo e interlocutor, estableciendo diálogos con las diversas instituciones que tengan competencia en el tema, para así promover y defender los derechos e intereses de las personas afectadas de FM y SFC.

- j) Dar a conocer, sensibilizar y denunciar la situación de desamparo, sanitario, jurídico y social de las personas afectadas de estas patologías, de manera que se pueda lograr pleno reconocimiento y normalización de estas enfermedades, planteando líneas de asesoramiento y apoyo para la elaboración de planes de igualdad, incluyendo en el baremo de discapacidad las de origen orgánico.
- k) Cooperar con la Administración Pública y el sector sanitario, ofreciendo información y asesoramiento acerca de las reivindicaciones y actividades de la organización.
- l) Fomentar la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad, impulsando la elaboración de protocolos de evaluación de incapacidades que desarrollen medidas de acción positiva que garanticen la igualdad de oportunidades de los enfermos en general y en especial, de las mujeres con discapacidad debida a la FM y SFC y mujeres víctimas de violencia de género.
- m) Colaborar y cooperar con todas aquellas entidades, tanto públicas como privadas, siempre y cuando ello suponga una mejora en la calidad de vida de las personas afectadas y sus familias y repercuta en una visualización positiva de estas dolencias.
- n) Conseguir que a las personas afectadas por fibromialgia y síndrome de fatiga crónica no sean discriminadas por el simple hecho de padecerlas. En el caso de las afectadas, que el hecho de ser mujer no sea otro posible añadido negativo en su vida diaria. Es decir, se persigue la igualdad de oportunidades entre las afectadas y afectados y el resto de la sociedad.
- o) Promover la igualdad de responsabilidades del hombre y la mujer en el entorno familiar.
- p) Capacitar a la familia para dar una correcta atención a los afectados de FM y SFC.
- q) Promover programas destinados a proteger a las familias y atender sus necesidades

Y para su consecución se desarrollará las siguientes actividades:

Para la realización de estos fines, AFIAL podrá desarrollar todo tipo de actividades y programas sociales en cualquier ámbito que afecte a la FM y SFC (asistencia sanitaria, reconocimiento de incapacidad, rehabilitación, asistencia social, investigación, formación, cooperación internacional, cultura, ocio y deporte).

En este sentido, la organización entre otras actividades, y a modo meramente enunciativo, podrá:

- a) Realizar intercambios con entidades nacionales e internacionales.
- b) Participar en la elaboración de programas y proyectos desarrollados por la Administración u otras entidades que afecten al colectivo.
- c) Promover acciones de ayuda mutua y autocuidado como proyectos de investigación y desarrollo en el ámbito provincial, regional nacional e internacional sobre temas relacionados con FM y SFC.
- d) Organizar cursos, conferencias, jornadas, talleres, actividades terapéuticas sobre el conocimiento y manejo de estas patologías, editar publicaciones y videos formativos.
- e) Firmar convenios de colaboración con entidades públicas o privadas y participar en convocatorias de ayudas que de alguna manera puedan redundar en beneficio de las personas con FM y SFC.
- f) Realizar programas de Igualdad de Oportunidades, de Voluntariado Social, de Inclusión Social, europeos o internacionales, medioambientales y programas culturales.
- g) Promover y participar en aquellas federaciones, coordinadoras o confederaciones que agrupen a asociaciones de similar carácter. Establecer convenios de colaboración con las mismas y de prestaciones de servicios con ellas, de los que puedan derivarse beneficios para sus asociados.
- h) Cualquier tipo de actividad que vaya encaminada a conseguir los fines anteriormente expuestos, adecuándose siempre a las condiciones de la asociación.

3.- PERFIL DE LAS PERSONAS DESTINATARIAS.

Las personas destinatarias de la acción voluntaria son:

- 1) Las personas con discapacidad afectados por dolor crónico y/o fatiga crónica y aquellas que estén diagnosticadas de:
 - Fibromialgia
 - Síndrome de Fatiga Crónica
 - Dolor crónico, en general
- 2) Así como las Familias de los afectados por alguna de las patologías anteriormente señaladas

4.- DEFINICIÓN DE VOLUNTARIADO PARA AFIAL.

La definición de voluntariado que realizan las leyes 45/2015 del Voluntariado como la Ley 4/2018 de Voluntariado de Andalucía es la siguiente:

“A los efectos de esta Ley, se entiende por voluntariado el conjunto de actividades de interés general desarrolladas por personas físicas, siempre que reúnan los siguientes requisitos:

- a) Que tengan carácter solidario.*
- b) Que su realización sea libre y responsable, sin que tengan su causa en una obligación personal o deber jurídico, y sea asumida voluntariamente.*
- c) Que se lleven a cabo sin contraprestación económica o material, sin perjuicio del abono de los gastos reembolsables que el desempeño de la acción voluntaria ocasione a las personas voluntarias, de acuerdo con lo establecido en los artículos 13.h), 15.2.d) y 17.2.e).*
- d) Que se desarrollen de forma organizada a través de entidades de voluntariado con arreglo a programas concretos, sin perjuicio de lo previsto en los artículos 28 y 29”*

AFIAL recoge esta definición incluyéndola como unos de sus valores de la entidad.

Las personas voluntarias son una pieza fundamental dentro del equipo de AFIAL; son personas que colaboran en nuestras actividades de manera altruista y que ayudan a que la sociedad almeriense conozca mejor la labor social que realiza la entidad con el colectivo de personas con dolor crónico y, en este caso Fibromialgia y Síndrome de Fatiga crónica, este último generalmente unido al síndrome de fibromialgia.

Este es el motivo que nuestra entidad haya elaborado un plan específico de voluntariado.

5.- DERECHOS Y DEBERES DE LOS VOLUNTARIOS.

A efectos de la normativa vigente, se entiende por **persona voluntaria** *“la persona física que, de una forma libre, sin contraprestación económica y de acuerdo con la capacidad de obrar que le otorga el ordenamiento jurídico, decide dedicar parte de su tiempo al servicio de los demás o a intereses sociales y colectivos mediante la participación en una actividad de voluntariado..”*.

Los derechos y deberes de los Voluntarios se encuentran recogidos en los artículos 10 y 11 de la ley estatal 45/2015 del Voluntariado así como en los artículos 13 y 14 de la Ley 4/2018 de Voluntariado de Andalucía, de los que cabe destacar los siguientes:

5.1.- DERECHOS:

- A realizar la actividad en las debidas condiciones de seguridad y salud.
- A recibir, con cargo a la entidad de voluntariado a la que pertenezcan o en la que lleven a cabo su actividad voluntaria, la formación básica, específica y adaptada a su capacidad y condiciones personales para el correcto desarrollo de las actividades que se les asignen.
- A contar con los recursos materiales
- A la participación directa en todos los procesos organizativos y reguladores de la entidad de voluntariado en la que estén colaborando.
- A ser asegurados, a cargo de la entidad de voluntariado, con una póliza de

seguro que les cubra los riesgos de accidentes, de enfermedad y de responsabilidad civil por los daños y perjuicios ocasionados a terceros derivados directamente de la actividad voluntaria.

- A que les sean reembolsados los gastos que pudieran derivarse del desempeño de sus actividades,
- A recibir previamente al desarrollo de la actividad encomendada la información básica necesaria para su realización, así como el apoyo adecuado durante la realización de la actividad voluntaria.
- A solicitar y obtener de las entidades en las que colaboren la acreditación de los servicios prestados y por las competencias, aptitudes y destrezas adquiridas como consecuencia del ejercicio de su labor de voluntariado.
- A colaborar en la elaboración, ejecución y evaluación de las acciones o proyectos concretos de voluntariado de los que hayan sido partícipes.
- A elegir libremente la acción o programa en el cual quieren desarrollar su acción de voluntariado, así como el horario o jornada en el que lo desarrollarán, dentro de las posibilidades del programa o actividad.

5.2.- DEBERES

- Cumplir y desarrollar el programa de voluntariado de acuerdo con las normas y reglamentos internos de la entidad de voluntariado y seguir las instrucciones técnicas que se les señalen por las personas responsables de los programas.
- Respetar los derechos de las personas destinatarias de su acción voluntaria.
- Guardar la debida confidencialidad respecto de la información recibida y conocida en el desarrollo de su acción voluntaria.
- Actuar de forma diligente, responsable y solidaria, conforme al acuerdo de incorporación suscrito con las entidades de voluntariado en que colaboren.
- Utilizar debidamente las acreditaciones y distintivos otorgados por las entidades de voluntariado en que colaboren.
- Cumplir las medidas de seguridad y salud que se adopten.
- Participar en las tareas formativas previstas por la entidad de voluntariado para las actividades y funciones confiadas.

- Cumplir las normas sobre protección y tratamiento de datos de carácter personal, de acuerdo con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, y demás normativa de aplicación.

6.- ¿QUÉ OFRECE AFIAL A SUS VOLUNTARIOS?.

- a) Formación
- b) Apoyo
- c) Reconocimiento y Acreditación
- d) Medios y recursos, incluidos gastos de reembolso por la ejecución de las actividades de voluntariado.
- e) Implicación
- f) Nuevos conocimientos
- g) Entender y conocer la realidad social del colectivo

7.- LA PARTICIPACION DEL VOLUNTARIADO EN AFIAL.

La **participación** es una práctica que permite incluir a muchas personas en la gestión de lo común, que en nuestro caso sería la misión, actividades y proyectos que se llevan a cabo para cumplirla. Es un proceso que requiere pasos progresivos, un itinerario, un aprendizaje y que está en continua construcción, propiciando el crecimiento mutuo de las personas participantes y de la propia asociación. Quien se implica en algo siente como propia la decisión tomada en común.

Pueden existir diferentes niveles de participación en una asociación pero lo que verdaderamente importa es tener alguna capacidad de decisión, siquiera pequeña, en alguna fase del proceso.

Se trata de la creación de un nuevo espacio público para la ciudadanía, con capacidad decisoria. El último peldaño para alcanzar una madurez participativa sería aquel en el que las personas se organizan, planifican juntas, llevan a cabo las acciones acordadas y evalúan todo el itinerario recorrido. Y esto es lo que queremos proponer con este plan de voluntariado.

Queremos que nuestro voluntariado se sienta partícipe de los proyectos y actividades en las que participa y valorar su capacidad de iniciativa, estando siempre en disposición de escuchar sus propuestas.

Para ello es necesario posibilitar mecanismos que faciliten la participación ya que una cultura de participación sin mecanismos genera sentimientos de malestar y frustración. Mecanismos como crear espacios de encuentro y debate, ofrecer acceso a la información con suficiente antelación y en lenguaje claro e inteligible, crear espacios intermedios de participación entre la Asamblea y la Junta, tales como comisiones o grupos de interés, ofrecer formación continuada que responda al interés público común de las personas y de la propia asociación.

Para garantizar el derecho de participación de las personas voluntarias se pondrán marcha diferentes herramientas:

- **Reglamento del voluntariado:** Los derechos y deberes de las personas voluntarias ya se regulan en la Ley 45/2015 de Voluntariado y la Ley 4/2018 de Voluntariado de Andalucía.
- **Persona de referencia:** Los voluntarios tendrán una persona de referencia dentro de la organización, **el coordinador**, quien se encargara de darle el apoyo necesario para que pueda desarrollar la actividad encomendada, de evaluar conjuntamente dicha actividad, de recoger sus propuestas y de animar y motivar a los voluntarios. También se encargará de informar posteriormente a la Junta Directiva sobre las respuestas o comentarios recibidos a sus propuestas.
- **Oferta de formación e información continuada:** Se ofrecerá a todas las personas que muestren interés por participar en AFIAL la formación básica sobre la acción solidaria, voluntariado y temas específicos acordes la enfermedad que padecen nuestros/as socios/as así como información continuada sobre las actividades de AFIAL.
- **Participación en la Asamblea General de AFIAL:** Cualquier persona voluntaria tendrá derecho de voz y pero no de voto en las sesiones de la Asamblea General de acuerdo con los Estatutos de la Asociación.

8.- PERFIL DEL VOLUNTARIO.

Cualquier persona mayor de edad puede colaborar voluntariamente con la AFIAL, comprometiéndose de manera altruista a cumplir con lo fijado en su Acuerdo de Incorporación como Voluntario en la asociación.

En el caso de menores de edad, deberán cumplir una serie de requisitos específicos establecido en las Leyes del Voluntariado ya mencionadas.

Es fundamental que la persona tenga unas aptitudes y actitudes apropiadas para la función que desempeñará en la entidad. Se valorará que la persona tenga:

- ✓ Habilidades para el trabajo en equipo.
- ✓ Disponibilidad del tiempo suficiente que exija la actividad en la que participará.
- ✓ Sociabilidad.
- ✓ Identificación con los valores de AFIAL
- ✓ Confidencialidad y discreción
- ✓ Tolerancia y respeto a la intimidad de las personas y de la organización.

COMPATIBILIDAD DE LA ACCION VOLUNTARIA:

- ✚ Puede ser voluntario una persona trabajadora por cuenta ajena, que realice la actividad fuera de su jornada laboral, y siempre que no realice las mismas funciones de su puesto de trabajo.
- ✚ Puede ser voluntario el socio/a de la entidad de voluntariado en la que estén integradas y participar en los órganos de gobierno de la misma.

9.- ITINERARIO DEL VOLUNTARIADO EN AFIAL.

9.1.- PROCESO DE ACOGIDA

Esta primera fase del Proceso de Incorporación y Participación del Voluntariado es de vital importancia, ya que constituye el primer contacto de la persona interesada en hacerse voluntaria de AFIAL.

Se mantiene una **entrevista** inicial para conocer las expectativas de la persona e informar de manera breve cuál es la misión de AFIAL.

Las **siguientes entrevistas** servirán para informar más detalladamente sobre la actividad de nuestra entidad:

- ✚ La organización, fines, valores, actividades y servicios de AFIAL
- ✚ Las actividades de voluntariado (funciones que desempeñaría, horarios, lugar de realización, recursos disponibles...)
- ✚ Aclaración de dudas.
- ✚ Fijación de los términos del Acuerdo de Incorporación como Voluntario en AFIAL

Si la persona encaja en las actividades de voluntariado, el siguiente paso es la **firma del acuerdo de incorporación** que tendrá el contenido exigido en el artículo 15 de la Ley del Voluntariado de Andalucía junto con la firma de la declaración de confidencialidad.

Una vez firmado el acuerdo por ambas partes, se le facilita a la persona voluntaria:

- Copia del acuerdo de colaboración firmado.
- Folletos explicativos de la entidad.

9.2.- PROCESO FORMATIVO.

La formación del voluntariado es fundamental para la correcta realización de las actividades a las que se comprometa así como para mantener su motivación y poder tener una participación activa en la asociación.

Describimos a continuación la oferta formativa que se ofrecerá a cualquier persona que muestre interés por participar en AFIAL

FORMACION INICIAL: "TALLER DE ACOGIDA"

AFIAL ofrecerá cursos de formación básica a todas aquellas personas que decidan participar como voluntarias. El contenido de estos cursos girará en torno a los siguientes ejes:

- Presentación de AFIAL. Misión, ideario, objetivos, redes. Funcionamiento.
- Qué es ser voluntarios y qué no es ser voluntario. Derechos y deberes. Actitudes y Aptitudes

Estos cursos, organizados por el coordinador del voluntariado en AFIAL serán impartidos por diferentes personas de la asociación (Junta Directiva/ psicóloga/voluntariado). La asistencia será obligatoria para quien quiera participar como voluntaria, con un compromiso a medio-largo plazo, en AFIAL. Se ofrecerán 2 cursos cada año (Enero y Julio) aunque dependerá de las incorporaciones de voluntarias/os previstas.

FORMACIÓN ESPECÍFICA:

Cuando sea necesario se ofrecerá una formación específica sobre las tareas que la persona voluntaria tenga encomendadas.

La coordinadora del voluntariado en AFIAL se encargará de recoger las necesidades formativas y de ofertar la formación necesaria para cada quién.

FORMACIÓN PERMANENTE:

La puesta en marcha de una formación permanente, gestionada por voluntariado con el apoyo de quien sea coordinadora del mismo en AFIAL, servirá para estos fines.

Esta formación permanente consistirá en la organización periódica de **encuentros** entre voluntarios en los que se irán tratando distintas temáticas relacionadas con el trabajo de AFIAL. El objetivo es facilitar el conocimiento sobre temas e ir tomando postura como asociación ante los que se considere necesario.

Se prevé que sean personas voluntarias con el apoyo del/a coordinador de voluntariado, quienes se encarguen de la organización de estas sesiones (elección de tema, búsqueda de ponente, preparación de la sesión, difusión de la convocatoria y elaboración de las conclusiones para pasarlas a la junta).

9.3.- INFORMACIÓN CONTINUADA:

A lo largo del año se ofrecerá a todas las personas voluntarias información que facilitará su participación, formación y seguimiento del trabajo de AFIAL:

- Envío por **CORREO ELECTRÓNICO** de la siguiente información:
 - ✓ Avisos de actividades, acuerdos y compromisos de AFIAL.
 - ✓ Novedades en los proyectos y actividades llevados a cabo por AFIAL.
 - ✓ Información de jornadas, congresos, etc. que se organicen.
 - ✓ La agenda formativa del año.

10.- GESTIÓN Y SEGUIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DE VOLUNTARIADO.

La incorporación de cada persona se formalizará por escrito mediante el correspondiente **ACUERDO DE INCORPORACION** que tendrá como contenido información de la asociación, derechos y deberes de ambas partes, funciones y tiempo de dedicación, proceso de formación y causas y formas de baja, de forma que quede claro a que se compromete con la organización, y qué derechos y obligaciones tiene esa persona con AFIAL y viceversa.

Los voluntarios/as tendrán una persona responsable, dentro de la organización, **el Coordinador**, quien se encargará de darles el apoyo necesario para que puedan desarrollar la actividad encomendada y de evaluar con ellos la actividad. Esta persona será la coordinadora de AFIAL.

Una vez al trimestre cada voluntario/a o grupo de voluntarias/os podrá realizar un breve **INFORME** en el que quedarán reflejadas las actividades realizadas durante este periodo y las propuestas que quieran trasladar a la organización. Se entregará a los responsables de voluntariado. La Junta Directiva se encargará de dar respuesta a las propuestas que se incluyan en estos informes.

Se preparará una **BASE DE DATOS** para gestionar las actividades llevadas a cabo por el voluntariado de AFIAL, tanto las ofertas como las demandas de actividades y de voluntarias/os. La gestión de esta base de datos será responsabilidad del coordinador de voluntariado.

DESVINCULACION DE LA PERSONA VOLUNTARIA DE AFIAL

Son varios los motivos que pueden llevar a que la persona voluntaria se desvincule de AFIAL, y que nombramos a continuación:

- ✓ La renuncia de la persona voluntaria.
- ✓ Incumplimiento, por parte de la persona voluntaria, de los compromisos adquiridos en el acuerdo inicial.
- ✓ Pérdida, por parte de la persona voluntaria, de las aptitudes necesarias para el desempeño de la actividad elegida.
- ✓ Declaración de incapacidad de la persona voluntaria.

11.- EVALUACIÓN DEL PLAN DE VOLUNTARIADO.

Para la evaluación del trabajo que realizan las personas voluntarias y conocer la opinión de cada una sobre su trabajo y la percepción que tienen de la entidad y su nivel de integración usaremos entrevistas personales, encuestas, reuniones en grupo, indicadores de evaluación.

Anualmente, quien se encargue del voluntariado elaborará una memoria de actividades en la que se recogerán todas las actividades llevadas a cabo durante el año por personas voluntarias. Asimismo las personas voluntarias valorarán cada una de las actividades con el apoyo de su referente dentro de la organización si fuera necesario.

Para evaluar las actividades propuestas utilizaremos diferentes indicadores e instrumentos.

Todos los datos que sea posible desagregar por sexo (hombres/mujeres) se recogerán y se incluirán en la memoria anual desagregados.

Será a principio de cada año cuando tras medir los indicadores se analicen los resultados obtenidos, se planifique el nuevo año y se revise el plan de voluntariado.