PLAN DE VOLUNTARIADO

“MUÉVETE POR LA INCLUSIÓN”

ASOCIACIÓN METASPORT CLM

PLAN DE VOLUNTARIADO "MUÉVETE POR LA INCLUSIÓN"

ASOCIACIÓN METASPORT CLM

INTRODUCCIÓN

La acción voluntaria se ha convertido en nuestros días en uno de los instrumentos básicos de acción de la sociedad civil en el ámbito social, y como consecuencia de ello, reclama un papel más activo que se traduce en la exigencia de mayor participación en el diseño y ejecución de las políticas públicas sociales ante la demanda de personas por acercarse a colectivos que precisan más integración social.

El Voluntariado constituye una de las vías de participación comunitaria a través de la cual la ciudadanía toma parte en los asuntos y problemas de interés común. El ejercicio de la acción voluntaria promueve valores democráticos esenciales para nuestra sociedad, al tiempo que reivindica un papel activo de la ciudadanía en la toma de decisiones.

El voluntariado fomenta el sentido de unión, de participación, el compromiso e implicación de los miembros de una entidad. La figura del voluntariado es muy importante para Metasport CLM, ya que siempre proponen nuevos objetivos y actividades para ofrecer a las usuarias y usuarios una atención más integral y eficaz.

En el año 2016 se asentó el Programa de Voluntariado en la asociación, creándose un grupo sólido y permanente de voluntarios, en la que la participación de éstos es más activa y comprometida.

Desde el año 2019 hasta la actualidad, apostamos por desarrollar actividades demandadas por los usuarias y usuarios ofreciendo mayor beneficio y mayor grado de satisfacción en los servicios.

FUNDAMENTACIÓN

La Constitución Española en su artículo 9.2 establece como obligación para los poderes públicos promover las condiciones para que la libertad y la igualdad del individuo y de los grupos en que se integra sean reales y efectivas; remover los obstáculos que impidan o dificulten su plenitud y facilitar la participación de todos los ciudadanos en la vida política, económica, cultural y social. En semejantes términos se expresa el artículo 4.2 del Estatuto de Autonomía de Castilla-La Mancha.

La Carta Social Europea, que parte del reconocimiento a toda persona del derecho a beneficiarse de servicios de bienestar, alienta la participación de los individuos y de las organizaciones en la creación y mantenimiento de dichos servicios. Asimismo, recomendaciones del Consejo de Europa y Resoluciones del Parlamento Europeo perfilan las medidas de carácter general destinadas a sensibilizar a todos los ciudadanos sobre los problemas sociales y la contribución que el trabajo voluntario puede aportar para su solución, desde la utilización constructiva del ocio y del tiempo libre y desde la participación en la acción social, con independencia de la edad de los actuantes.

Las indicadas recomendaciones y Resoluciones aconsejan la necesidad de que los Estados miembros perfilen en sus políticas sociales los papeles específicos que deben jugar las entidades de voluntariado y los servicios dependientes de las Administraciones Públicas, garantizando la cooperación entre los profesionales del campo de lo social y los propios voluntarios, la utilización conjunta de las infraestructuras públicas, cuando ello sea posible, y el desarrollo de programas formativos.

La Ley 45/2015, de 14 de octubre, de voluntariado. Pretende promover y facilitar la participación solidaria de la ciudadanía en actuaciones de voluntariado realizadas a través de entidades de voluntariado, dentro y fuera del territorio del Estado y de acuerdo con los valores y principios del voluntariado.

En Castilla-La Mancha encontramos la ley 4/1995, de 16 de marzo, de Voluntariado, que tiene por objeto reconocer el valor social de la acción voluntaria como expresión de participación, solidaridad y pluralismo, promover su desarrollo, salvaguardando su autonomía, así como regular en los distintos campos de la acción voluntaria o cívica la relación entre las Administraciones y las Entidades de voluntariado.

El voluntariado ha podido demostrar que sus acciones refuerzan y apoyan con carácter transversal al usuario dentro y fuera de la asociación, contribuyendo en la mejora de la estancia

de las personas dentro de la entidad tanto en actividades de ocio y tiempo libre y deportivas. La asociación Metasport CLM nace en Albacete en el año 2015 como una iniciativa social creada por un grupo de jóvenes emprendedores tras la inexistencia de un recurso especializado que cubra y permita que las personas con discapacidad en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha realicen actividad física y deporte adaptado. Por ello, deciden crear un espacio que cubra estas necesidades básicas ofreciendo oportunidades, inclusión y calidad de vida. El trabajo que la Asociación Metasport CLM lleva a cabo se focaliza en cubrir las necesidades que surgen por la falta de accesibilidad a la actividad física y el deporte para todas aquellas personas con discapacidad, independientemente del tipo que esta sea, tanto física, intelectual o sensorial. Mediante este proyecto se ofrece a la población un centro deportivo adaptado.

La experiencia acumulada en el trabajo de cada día nos ha mostrado una realidad, y es que hay muchas personas que, de modo desinteresado y altruista, han compartido su tiempo, esfuerzo e ilusiones en los proyectos que la asociación Metasport CLM ofrece. La aportación de estas personas voluntarias, además de beneficiar a los usuarios en nuestros programas, ha servido de aprendizaje y estímulo para todo el equipo interdisciplinar de la asociación. Trabajamos desde los comienzos para que la promoción del voluntariado se consiga afianzar, llegando a un voluntariado sólido, permanente, formado y eficaz en el que la participación sea activa y comprometida.

En diferentes estudios sobre las posibles variables que influyen en la recuperación o mejoría de una persona con diversidad funcional, se ha demostrado que influye y mucho, entre otros aspectos, el estado de ánimo. De igual modo, que actividades de ocio en la que interactúen profesionales, voluntarios, personas con diversidad funcional y sin ella, y sus familiares, son una buena inyección de alegría y felicidad.

FASE DE PREPARACIÓN

PLANIFICACIÓN

El personal de Metasport CLM, valorará, mediante una reunión anual las características del voluntariado que se incorporará al equipo de trabajo en Metasport CLM junto con los que sigan trabajando con nosotros de años anteriores. Estas caracteristicas se definen y se concretan cada año, atendiendo a la naturaleza de las actividades de la entidad, así como al número de asociados. Algunos de los aspectos que se debaten en la reunión anual, son los siguientes:

Número voluntarios/as: en esta reunión se determinará el número de pesonas voluntarias requeridas por la entidad. Este número estará sujeto al número de actividades disponibles, así como el número de socios y socias que estén inscritos en Metasport para ese año. No obstante, este número es flexible y susceptible a aumentar o disminuir en función de la necesidad o disponibilidad de la personas que soliciten colaborar en la entidad, a lo largo del año.

Acompañamiento: para garantizar el aprovechamiento óptimo del tiempo de los voluntarios así como desarrollar las actividades de la asociación con un valor añadido , se asignará a una persona responsable de la entidad que las acompañará en su proceso de trabajo, de manera que, los voluntarios y voluntarias puedan dirigirse a ella para cualquier eventualidad, queja o sugerencia.

Concrección de las actividades a desarrollar: en la reunión anual, se abordará el número de actividades, así como el perfil de las mismas en las cuales se integrarán los voluntarios. Para el desarrollo de la actividad, el voluntario/a trabajará mano a mano con el personal de la entidad. La persona responsable, ofrecerá una bateria de actividades a los voluntarios y voluntarias que seleccionaran en función de sus gustos, habilidades e intereses.

Disposición de recursos humanos y materiales: es importante plantear esta cuestión para valorar la acogida, por lo que se realiza previamente un conteo de estos recursos, valorando, en su caso, la necesidad de conseguirlos, previo a la incorporación del voluntario o voluntaria en Metasport CLM, de manera que se garantiza la disponibilidad de estos recursos para asegurar la correcta ejecucion de las actividades desarrolladas.

ESTRUCTURA ORGANIZATIVA

En la fase de planificación, es importante contar con una estructura organizativa, capaz de guiar el fomento del voluntariado, que es su vez, una de las actividades de la asociación Metasport CLM para lograr la consecución de sus fines. En el caso de Metasport CLM, la Junta directiva es la responsable de asegurar, que las actividades que realizaran los voluntarios están alineadas a los fines de la asociación, los cuales no podemos olvidar, a la hora de planificar el voluntariado.

- Dar oportunidad a personas con diversidad funcional y a sus familias para tener acceso a los hábitos de la actividad física y el deporte para mejorar su calidad de vida, la socialización y la inclusión

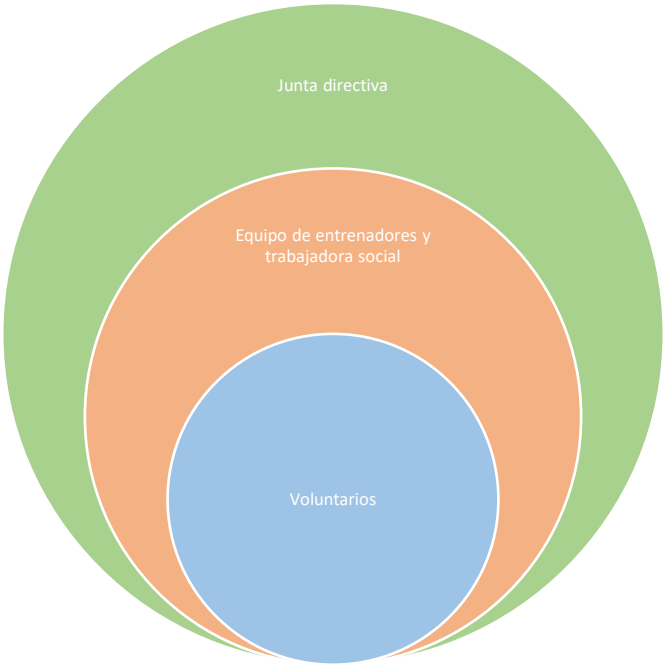
- Utilizar y gestionar espacios con materiales adaptados a cada tipo y nivel de discapacidad donde las personas puedan mejorar fisica, psicologica y socialmente, aplicando los principios del reciclaje y la sostenibilidad para equipamiento deportivo

- Investigar y evaluar los beneficios físicos, psicológicos y sociales que tiene la actividad fisica para las personas con diversidad funcional y sus familias

- Fomentar la actividad fisica y el deporte inclusivo como medio para concienciar a la sociedad

La Junta directiva, junto al personal de Metasport CLM, planificarán las actividades para garantizar el cumplimiento de los fines de la asociación, para ello contará con el personal voluntario, realizando un acompañamiento en todo el proceso en el que participará la persona voluntaria en la entidad y garantizando que el trabajo en la entidad sea provechoso.

Cabe decir, que la estructura organizativa funciona como un sistema en el que todas las personas implicadas aprenden unas de otras, por lo que se genera un contexto de aprendizaje mutuo enriquecedor, donde todos aprendemos de todos y nos nutrimos unos de otro. Los voluntarios también tienen voz en el desarrollo de las actividades de la entidad, siendo personas activas en su proceso de voluntariado, con un rol que desempeña propuestas de mejoras continua.



SISTEMATIZACIÓN

Este proceso supone reflexionar sobre los logros y dificultades en la gestión del voluntariado de la asociación. Mediante análisis DAFO, se concretará las dificultades, amenazas, fortalezas y oportunidades identificados en el año anterior. En este momento, es importante generar nuevas ideas y propuestas, por lo que, las aportaciones de personas voluntarias que hayan trabajado previamente en Metasport supone una informacion muy valiosa para realizar propuestas de mejora continua.

En este proceso de sistematización, se elaborarán los materiales que se utilizarán en el ciclo del voluntariado:

Cuestionarios de satisfacción

Se elaborarán y se entregarán a los voluntarios/as una vez finalizada su labor en la entidad. El cuestionario tendrá preguntas abiertas y cerradas. Se preguntará sobre el proceso de selección, la acogida, la formación recibida, las actividades desarrolladas, etc.

Base de datos

Se prepará una matriz excel, en la que se recojan los datos generales de las personas que se pongan en contacto con la asociación y que deseen realizar un voluntariado en el centro. En esta base de datos apararecerán datos generales de la persona, sea seleccionada o no, y servirá como repositorio de contactos o potenciales voluntarios para tenerlos en cuenta en futuros procesos. Esta base de datos se nutrirá cada año.

Entrevista de selección

La trabajadora social, tras la recepción de ofertas de voluntariado, se pondrá en contacto con las personas interesadas para la realización de una entrevista personal. Los resultados de esta entrevista serán analizadas, para la posterior toma de decisiones.

Ficha del voluntario/a

Una vez superado el proceso de selección, la persona voluntaria tendrá una ficha en la que se defina además de sus datos generales, la actividad o actividades a desarrollar, número de horas en las que se compromete a participar en la entidad, duración, miembro del personal que le acompañará en las actividades, que será completada posteriormente al final de la entrevista con otros aspectos más específicos o concretos, tales como las motivaciones, gustos, dificultades de la persona voluntaria.

Contrato de compromiso moral

Se elaborará un contrato de compromiso moral en el que se concreta la actividad de la persona voluntaria, número de horas y compromiso de la misma en el desarrollo de las actividades. Asimismo también se concretarán las obligaciones de Metasport para con la persona voluntaria. Se realizarán dos copias, una para Metasport y otra para el voluntario o voluntaria firmado por las dos partes.

Listado de asistencia: donde se indique nombre de la persona voluntaria, fecha y casilla para la firma o justificacion de la falta.

Diseño de actividades formativas

Se desarrollaran dos formaciones, una para proyectos de difusión y sensibilización social de las personas con discapacidad y otro para proyectos de apoyo en la actividad física y el

deporte adaptado. El voluntario/a realizará una formación u otra dependiendo de la naturaleza de la actividad a desarrollar.

Certificado formativo

Al terminar las actividades formativas, se les entregará a los voluntarios/as un certificado de participación en dicha actividad formativa y el número de horas de formación recibida.

Autorización de cesión derechos imágenes

eventualmente se subirán fotos y videos a nuestras redes sociales sobre la actividad de nuestros voluntariados y voluntarias así como de socios y socias. Para ello se diseña un documento para consentir el permiso de uso de imagen personal.

Certificado final

Se les entregará un certificado final al terminar el proceso de voluntariado, donde aparezcan las actividades realizadas, las competencias adquiridas y el número de horas de participación en las mismas.

DEFINICIÓN

PERFIL DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

El perfil de voluntario/a de Metasport CLM, es mayor de edad ya sea hombre o mujer. Creemos en el rol activo de la sociedad y de los befenicios a distintos niveles que produce desarrollar la actividad voluntaria, por lo que *no dejamos a nadie atrás.*

El requisito más importante es tener buena actitud, ya que las personas voluntarias trabajarán con personas con capacidades diferentes, por lo que se busca que la persona voluntaria, tenga actitudes y aptitudes que faciliten el desarrollo de estas personas. De manera que, se valora que la persona voluntaria tenga:

- Empatía: la empatía es la participación afectiva de una persona en una realidad que le es ajena a ella. Una actidud empática es fundamental para entender a las personas con diferentes capacidades y acompañarles, de mejor manera, en su proceso de desarrollo.
- Escucha activa: es una habilidad que implica escuchar a la otra persona de manera consciente, de manera que el proceso de comunicación es fluido y existe una preocupación por entender lo que la otra persona está queriendo decir. La escucha activa es una habilidad muy deseable cuando se trabaja con personas con capacidades diferentes, puesto que el ser escuchadas, estamos atendiendolas en base a sus necesidades reales, y además, estamos favoreciendo su integracion social.
- Habilidades sociales: en este sentido, las habilidades sociales están relacionadas con la interaccion adecuada con otras personas. El saludar, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas,iniciar una conversación…tener estas habilidades sociales y poder transmitirlas a través de la práctica, es una caracteristica deseable dentro del voluntariado, ya que promueve un entorno adecuado para el desarrollo de las actividades de manera optima y agradable, favoreciendo la creación de un ambiente de confianza entre socios, personal y voluntarios de Metasport CLM.

- Inteligencia emocional: la habilidad social para manejar sentimientos y emociones es un aspecto fundamental en la actitud de la persona voluntaria, ya que conlleva actitudes como la asertividad y la resiliencia en el acompañamiento a las personas usuarias.

Estas caracteristicas actitudinales y aptitudinales previamente definidas, son las que consideramos fundamentales para iniciar el proceso de voluntariado. En segunda instancia se valorarán los siguientes aspectos:

- Estudios en integración social, educación social o trabajo social
- Experiencia previa en voluntariado con personas con capacidades diferentes
- Experiencia previa en voluntariado en general

- Experiencia o interés en el ámbito del deporte inclusivo
- Experiencia o interés en marketing digital

CAPTACIÓN

Los fines de la asociación están directamente relacionados con la promoción del deporte inclusivo, por lo que nuestros canales de captación se mueven en estos ámbitos con el objetivo de ser una entidad atractiva para las personas potencialmente voluntarias que trabajan en Metasport, de manera que nuestro target o población diana se encuentra en:

- Gimnasios y centros deportivos
- Universidades en las ramas de salud, deporte y ciencias sociales
- Ciclos de grado medio y grado superior en las ramas de deporte e integración social
- Institutos de Educación Secundaria Obligatoria

Una vez focalizado el contexto potencial donde se encontrarían nuestros voluntarios, se desarrollan unas técnicas de captación, las cuales pueden definirse en:

- Carteles informativos: carteleria atractiva situada en sitios estratégicos.
- Anuncios en plataformas de voluntariado tales como:
    - Haces Falta
    - Instituto de la Juventud (Injuve)
    - Plataforma de voluntariado Castilla La Mancha
    - Plataforma de voluntariado de España
    - Servicio de voluntariado europeo (SVE)
    - Helpx (voluntariado internacional)
    - Oficina de voluntariado de las universidades
    - Red Española Aprendizaje-Servicio (ApS)
- Redes sociales de Metasport CLM
- Interacciones boca a boca
- Página web
- Charlas sensibilización

En este proceso de captación se le pedirá a las personas interesadas que contacten con Metasport CLM, su nombre completo, fecha de nacimiento, nacionalidad, teléfono, correo electrónico y dirección. Una vez obtenidos estos datos se le llamará a la persona para concertar

una cita con la trabajadora social para concretar los gustos, motivaciones y aspiraciones de la persona voluntaria.

SELECCIÓN

Una vez sistematizado, mediante base de datos, los contactos de las personas potencialmente interesadas en participar en actividades de voluntariado, en Metasport CLM, la trabajadora social se dispondrá a llamar a estas personas interesadas, concretando un dia para la cita presencial o online con la persona interesada.

En la entrevista y mediante una ficha previamente elaborada en la fase de planificación, se preguntará a la persona sobre sus intereses, actitudes y aptitudes en torno al voluntariado en Metasport, con el objetivo de que las personas voluntarias se alineen con los valores de la asociación, así como su misión y misión. Para ello, es fundamental identificar en la entrevista que la persona posee las actitudes deseables y definidas en el perfil de voluntario, siendo las actitudes más importantes que las aptitudes, puesto que en Metasport CLM consideramos que el voluntario es un acto solidario donde se priorizan aspectos actitudinales por encima de las aptitudinales, las cuales se pueden aprender y adquirir con el tiempo y mediante el acompañamiento del personal de Metasport a lo largo del proceso de voluntariado.

Una vez finalizada la entrevista, la trabajadora social volcará la información recogida en la entrevista en la ficha de voluntariado, para valorar la participación de esta persona y su integración en el equipo, con el personal de Metasport. En estas fichas, se volcará información cualitativa tales como gustos, aficciones, motivaciones y otra serie de preguntas sobre habilidades sociales, y estudios relacionados con deporte inclusivo o integracion social, en su caso. Las personas que no hayan sido seleccionadas por diversos motivos quedarán incluidas en la base de datos para posteriores procesos de selección.

Decidido el veredicto, la trabajadora social llamará a los entrevistado/as para comunicar la decisión en un plazo máximo de 3 días. Una vez selecionada la persona, se concretará una segunda cita en la que se concretará mediante contrato de compromiso moral, las actividades a desarrollar, la duración de las mismas, así como las obligaciones y derechos de la persona voluntaria y de Metasport CLM.

Para este fin se le entregará al voluntario seleccionado un ejemplar de la Ley de Voluntariado 45/2015, del 14 de octubre, para su revisión y consulta.

INCORPORACIÓN

COMPROMISO

La forma que tiene este Plan de voluntariado de Metasport CLM, para canalizar el compromiso de las personas voluntarias es mediante el contrato de compromiso moral que incluye la siguiente información:

- Nombre y apellidos completos de la persona voluntaria
- Nº DNI y nacionalidad
- Fecha de nacimiento
- Nombre completo Metasport CLM
- CIF
- Relación de obligaciones y deberes de las dos partes (persona voluntaria y asociación)
- Fecha duración compromiso voluntariado
- Actividades a desarrollar
- Persona designada de Metasport para realizar acompañamiento de actividades a desarrollar
- Firma de las dos partes

Una vez cumplimentado el contrato de compromiso moral se realizarán dos copias y se firmará por duplicado, un ejemplar para la asociación y otro para la persona voluntaria.

Adicionalmente, el voluntario firmará un listado de asistencia. Este listado servirá a modo de orientación para verificar que las personas cumplen con su compromiso y a su vez, sirve a la asociación para valorar la motivación, al asistir o no a las actividades planteadas.

Nuestro contrato de compromiso es el siguiente:

Nº VOLUNTARIO:

FICHA INCRIPCIÓN VOLUNTARIO/A

DATOS PERSONALES

FECHA:
NOMBRE: APELLIDOS:
DNI: FECHA DE NACIMIENTO:
DIRECCIÓN: C.P:
LOCALIDAD: PROVINCIA:
TELÉFONO: EMAIL:

FORMACIÓN

☐ Estudios:

☐ Experiencia laboral:

☐ **CV ADJUNTO**

☐ **EXPERIENCIA**

Voluntariados en otras entidades:

Experiencia en otras entidades:

☐ **Certificado delitos de naturaleza sexual**
☐ **Declaración responsable**
☐ **Curso básico Asociación Metasport CLM**
☐ **Compromiso de confidencialidad**
☐ **Autorización de derechos de imágen**

DISPONIBILIDAD Y ACTIVIDADES

DÍAS DE LA SEMANA	HORARIO	
	MAÑANA	TARDE
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		

ACTIVIDADES EN LAS QUE ESTAS INTERESADO PARTICIPAR

☐ Programas individualizados de actividad física adaptada
☐ Intervención en el medio acuático y natación adaptada
☐ Eventos
☐ Neurorehabilitación motora y cognitiva
☐ Programas de actividad física grupales
☐ Actividades ocio y tiempo libre

SEGURO DE VOLUNTARIO:

FECHA DE ALTA: Nº Poliza:
FECHA DE BAJA (*):

En_____, a ____ de _____ de 20__

Firma

Voluntario/a

*Renovación automática excepto que el voluntario/a no quiera seguir colaborando con la asociación.

Asociación para el Uso seguro de la Actividad Física y el Deporte Adaptado - NIF: G02550081

Metasport

metasport

DECLARACIÓN RESPONSABLE

Datos de la persona solicitante de voluntariado

Nombre	
Apellidos	
DNI/Pasaporte/NIE	
Sexo (H/M)	
Fecha de nacimiento (dd/mm/aa)	
Lugar, País de nacimiento	

La persona que suscribe el presente documento,

DECLARA:

Que la persona solicitante de voluntariado, cuyos datos constan en el encabezamiento, carece de antecedentes penales por cualquiera de los delitos a que hace referencia el apartado 5º del artículo 8 de la Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado, el cual señala textualmente que:

"No podrán ser voluntarias las personas que tengan antecedentes penales no cancelados por delitos de violencia doméstica o de género, por atentar contra la vida, la integridad física, la libertad, la integridad moral o la libertad e indemnidad sexual del otro cónyuge o de los hijos, o por delitos de tráfico ilegal o inmigración clandestina de personas, o por delitos de terrorismo en programas cuyos destinatarios hayan sido o pueden ser víctimas de estos delitos".

Y para que así conste, firmo la presente en _____ a ___ de _____ de _____

Fdo. Persona solicitante de voluntariado Asociación Metasport Clm

Nota importante:

La persona que suscribe el presente documento que informada de la obligación de notificar cualquier cambio o modificación futura de estas circunstancias.

La Asociación Metasport Clm es titular de un fichero de datos personales denominado "Voluntarios" inscrito en la Agencia Española de Protección de Datos, cuya finalidad es la gestiqon del voluntariado.
Le informamos que los datos que nos facilita voluntariamente a través de este documento serán incorporados a ese fichero y se conservarán por tiempo indefinido (incluso aunque causara baja), salvo que solicite la cancelación de los mismos.
Usted garantiza que los datos personales que garantiza a la Asociación Metasport Clm son veraces y se hace responsable de comunicar cualquier modificación de los mismos.
Le informamos que podrá ejercer, en cualquier momento, los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, dirigiendo un escrito a la Asociación Metasport Clm, sección de acción social, c/Velarde 5, 1º planta, 02004, Albacete, o a la dirección de correo metasportclm@gmail.com, previa acreditación de su personalidad.

PROCESO DE ACOGIDA

El primer día de integración del voluntario/a al equipo de trabajo es importante. Determina la sostenibilidad en el tiempo de esta persona en la entidad, así como su nivel de satisfacción en las futuras tareas a desarrollar. Nuestro objetivo en la primera impresión es que sea agradable y enriquecedora, así como seguir un proceso ordenado, donde se desarrollarán las siguientes actuaciones:

- Presentación del personal de Metasport CLM
- Presentación socios y socias de Metasport CLM
- Paseo por el centro y muestra de las instalaciones
- Explicación de la actividad o actividades asignadas
- Resolución de dudas

DESARROLLO

ORGANIZACIÓN

Las actividades que se realizan dentro del programa de voluntariado de la Asociación Metasport CLM se encuentran integradas dentro del proyecto "Muévete por la inclusión". Este proyecto consiste en la planificación, programación y ejecución de actividades de voluntariado para los socios y socias de la entidad, y sus familias en Albacete. La labor de los voluntarios/as es primordial para la asociación. Su apoyo es imprescindible para el mantenimiento de esta, prestando ayuda en salidas, convivencias y actividades tanto dentro como fuera del centro.

En Metasport realizamos varios proyectos a través de dos programas: difusión y sensibilización, y apoyo en la actividad física y el deporte adaptado:

Proyecto de difusión y sensibilización social de las personas con discapacidad:

- Charlas en diferentes colegios, institutos, asociaciones, etc. Experiecias de voluntariado en charlas y ponencias en diferentes colegios, institutos, asociaciones, congresos y hospitales junto a profesionales de la entidad.

- Información y sensibilización social: los voluntarios y voluntarias de la entidad colaboran y apoyan en diversas actividades de este tipo, entre otras; día internacional de las personas con discapacidad, stand informativo sobre la diversidad funcional, actividades benéficas, etc.
- Página web: un voluntario de encarga de actualizar la sección de noticias de la página web de Metasport, y otro voluntario se encarga de actualizar la sección de la galeria de imágenes de nuestra página web: www.metasportclm.com.
- Redes sociales: los voluntarios se encargan de la gestión y actualización de contenidos en la página web de Metasport en Facebook, Instagram y Twitter.

Proyecto de Apoyo en la actividad física y el deporte adaptado:

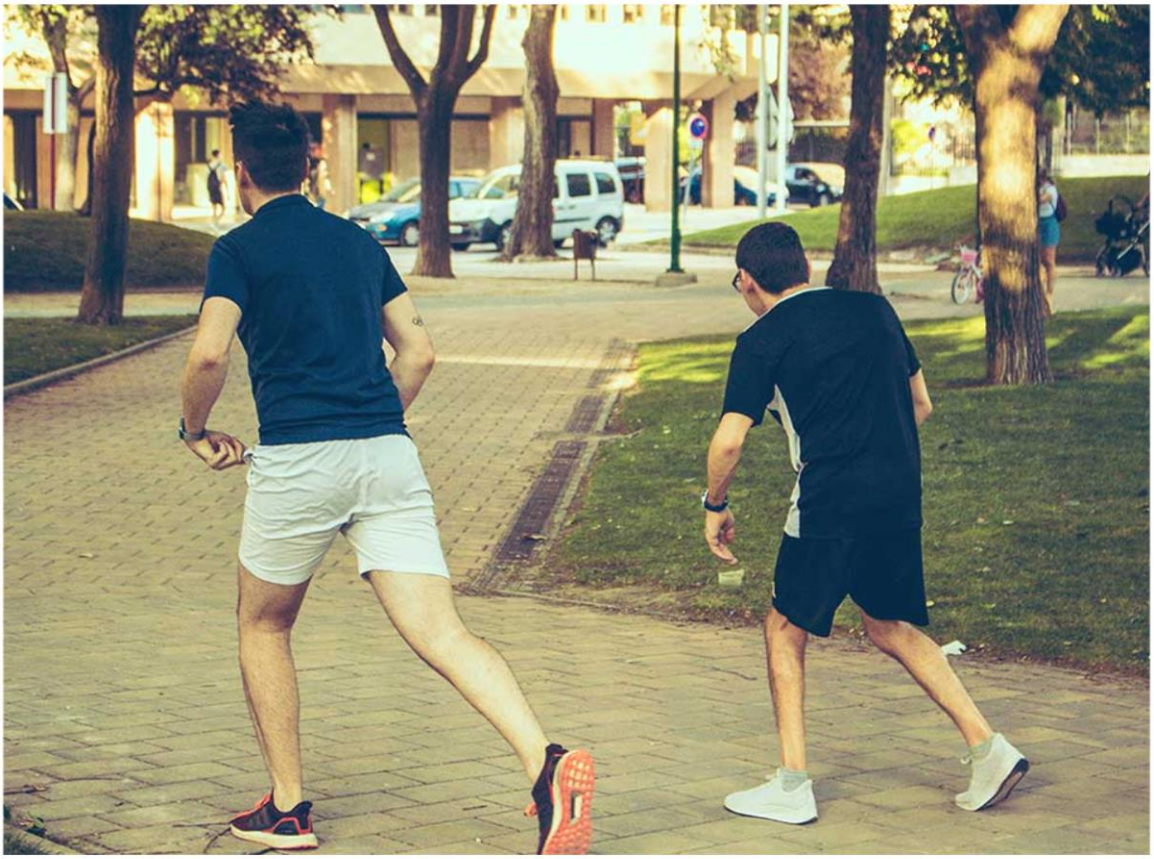
El equipo de voluntariado de Metasport desarrolla tareas de apoyo en todas las actividades dentro del centro en cuanto a la actividad física y el deporte adaptado, siempre bajo la supervisión de un profesional de referencia.

Apoyo en los entrenamientos personalizados: la función de la persona voluntaria, esta actividad consiste en conversar con los usuarias y usuarios, ayudar en actividades básicas de la vida diaria (dar agua, poner la chaqueta o quitarsela, traslado de silla de ruedas, etc), actividades lúdicas con los niños/as y adolescentes.

Apoyo en clases colectivas: la función de las personas voluntarias sera la de acompañar en las dinámicas grupales.

Deportes adaptados; apoyo en la boccia y carreras populares (contamos con un equipo de atletas que participan semanalmente en las actividades desarrolladas en la provincia). La tarea de la persona voluntaria consistiría en apoyar al/la deportista durante toda la carrera, desde darles bebidas enrgéticas, hasta ayudar en la colocación correcta del cuerpo, pies, etc. Este tipo de voluntariado debe ser realizado por personas que tengan nociones básicas sobre el deporte adaptado y buena condición física, pues la velocidad de las bicicletas es rápida.

Proyecto de ocio y tiempo libre "Activizate": actividades adaptadas al aire libre para personas con y sin discapacidad fuera de la asociación. Contamos con actividades y salidas que venimos desarrollando todos los años, para nosotras es ya una práctica tradicional realizar todos los años para la época de primavera: rutas de senderismo, visita al jardín botánico, rafting (Murcia), baño con leones marinos (Elche) y la convivencia en la pulgosa. Durante el resto del año, realizamos 4 salidas (convivencia y senderismo). Dentro de este proyecto, queremos ir un paso más allá, trabajar por el ocio inclusivo para niñas/os, jóvenes y adolescentes, los viernes por la tarde, Metasport CLM quiere abrir un espacio para que este colectivo con y sin discapacidad puedan desarrollar actividades de ocio y tiempo libre de manera conjunta, evitando la segregación.



FORMACIÓN

Los voluntarios realizaran una formación previa a su actividad. Se diseñarán dos formaciones diferentes que corresponden a cada uno de los proyectos de la asociación, Proyecto de difusión y sensibilización social de las personas con discapacidad y Proyecto de Apoyo en la actividad física y el deporte adaptado.

Las formaciones tendrán una duración de 20 horas y podrá impartirse en una semana de duración. El objetivo de estas formaciones es:

- Formación en sus actividades concretas, ofreciéndoles mayores conocimientos de su área de interés así como herramientas para el desarrollo de la actividad. Se buscarán todo tipo de recursos para garantizar el aprendizaje de las personas voluntarias (videos, documentos, webinar, charlas magistrales)
- Sensibilizarlas sobre otras realidades: conocer a los usuarios y usuarias con los que van a trabajar para canalizar mejor la eficacia de la ayuda
- Aprender haciendo un servicio a la comunidad, identificando en su entorno próximo una situación con cuya mejora se compromete, desarrollando un proyecto solidario que pone en juego conocimientos, habilidades, actitudes y valores.
- Aprender y actuar sobre necesidades reales con la finalidad de mejorarlo.

Al finalizar la formación, la persona voluntaria obtendrá un certificado de aprovechamiento expedido por la asociación Metasport CLM. Creemos que el otorgamiento de este certificado es importante puesto que permite incrementar sus habilidades y adquirir una mayor formación que le puede servir no solo para su actividad en la entidad si no fuera de ella.

COMUNICACIÓN

Mediante nuestras redes sociales comunicaremos las actividades que desarrollan nuestros voluntarios y voluntarias. Se subirán fotos de las actividades, preguntas, curiosidades y testimonios tanto de las personas usuarias de la asociación como de los voluntarios y voluntarias. Se elaborarán videos y con el debido permiso de voluntarias/os y socios/as, se

subirá a *YouTube* y a nuestras redes sociales con el objetivo de promocionar el voluntariado en nuestra asociación.

PARTICIPACIÓN

Los voluntarios/as de Metasport CLM participarán en las actividades designadas junto al personal encargado de realizar el acompañamiento. En las actividades asignadas será donde los y las voluntarias tengan un papel más activo y participativo, queremos que se involucren en sus actividades, con una actitud proactiva en la que puedan contribuir con propuestas de mejora. Adicionalmente, podrá participar en otras acciones diferentes a las elegidas o asignadas durante el proceso de selección, por lo que, en todo momento podrá incorporarse a lo que considere de su interés, siempre y cuando lo comunique con la trabajadora social.

SEGUIMIENTO

El personal de Metasport CLM realizará un seguimiento, velando por su bienestar, seguridad, motivación y atentos a cualquier duda o cuestión que le pudiera surgir en el desarrollo de sus actividades. Los mecanismos de seguimiento previstos en el ciclo del trabajo de los voluntarios y voluntarias, son los listados de asistencia y los cuestionarios de satisfacción. De una manera más cualitativa, la persona encargada de realizar el acompañamiento a la persona voluntaria estará en todo momento en contacto con la trabajadora social y con la Junta Directiva en aras de comunicar cualquier eventualidad sobre el proceso de voluntariado.

RECONOCIMIENTO

RECONOCIMIENTO FORMAL

En Metasport CLM creemos en el voluntariado, por lo que valoraos enormemente su trabajo como valor añadido que enriquece nuestras actuaciones, por lo que se han diseñado distintos mecanismos para el reconocimiento del trabajo voluntario. En primer lugar, los certificados obtenidos tras la formación del voluntariado, lo consideramos una manera de considerar el trabajo de estas personas, pues este certificado formativo puede ayudar a los voluntarios y

voluntarias en otros procesos de selección de voluntariado e incluso de cara a futuros proyectos laborales, en su caso.

Otro de los mecanismos formales los cuales tenemos presente en Metasport para reconocer a nuestro voluntariado es un certificado final, que se le entregará a la persona voluntaria al finalizar su labor en el centro. En dicho certificado final, aparecerían los siguientes datos:

- Nombre y apellidos, DNI
- Actividades desarrolladas y tiempo de duración de las mismas
- Competencias adquiridas
- Firmado por presidencia de Metasport CLM

El reconocimiento de la organización, como hemos visto es imprescindible, pero también existe el reconocimiento formal por parte de la sociedad y las administraciones públicas, por lo que Metasport CLM eventualmente puede realizar algún tipo de evento u acto de reconocimiento en días clave como el Día Internacional del Voluntario, establecido el 5 de diciembre. De manera que el reconocimiento obtendría mayor impacto, puesto que la actividad de voluntariado aporta beneficios no solo a la entidad si no a la sociedad en general, permitiendo vivir en un mundo más solidario.

RECONOCIMIENTO INFORMAL

Este reconocimiento no está evaluado de manera cuantitativa, no obstante, es muy importante a la hora de mantener a la persona voluntaria motivada, contenta y a gusto en la organización. El reconocimiento informal son aquellos mecanismos imprescindibles pero que no se ven, por lo que es importante identificarlos y tenerlos en cuenta para garantizar el bienestar de la persona que trabaja con nosotros desinteresadamente.

En este sentido, el *feedback* es imprescindible para mantener una buena relación con la persona voluntaria, es decir, que no sienta que el trabajo lo está haciendo de manera unilateral si no que entienda que forma parte de un proceso planificado, donde su tiempo es muy valioso y aporta gran valor añadido a la actividad en la asociación.

Una buena y constante comunicación, clara y fluida es imprescindible, de manera que se le preguntará a la persona voluntaria cada cierto tiempo por su situación en Metasport, preguntas tales como si está contento o contenta, si necesita algo, si el tiempo y las actividades designadas

son lo que ella esperaba, si quiere cambiar de actividad o realizarlas, dar las gracias, interesarse por sus gustos, mostrar interés por los aspectos personales…etc.

Esta comunicación se dará en el día a día, y tienen su sustento en las relaciones humanas, que demuestra no solo la valoración del trabajo "bien hecho" si no la valoración como persona.

El reconocimiento informal debe buscar la creatividad y la innovación para el desarrollo de este reconocimiento, de manera que eventualmente se pueden buscar otras formas o espacios donde valorar el trabajo de estas personas voluntarias en su día a día.

DESVINCULACIÓN

GESTIÓN DE LA SALIDA

Existen muchas razones por las que una persona puede decidir dejar su actividad voluntaria, ya que esta puede ser por finalización de su contrato de compromiso moral o bien por otros motivos que pueden ser, un cambio de intereses o motivaciones, cambio en su situación personal (motivos familiares, laborales), cambio en la organización, descontento con las actividades a realizar, desmotivación etc.

Conocer las causas las cuales puede dejar la actividad son importantes para saber como podemos atender a las mismas. Una vez que el voluntario o voluntaria sale de la organización:

- Gestionamos la despedida: identificamos cuales han sido los motivos de manera asertiva con la persona, en caso de haber sido por cuestiones que afectan a la gestión de la entidad, las tenemos en cuenta y sistematizamos las respuestas en la ficha de voluntariado, de manera que, en la siguiente reunión anual puedan socializarse estas cuestiones y rectificar actuaciones para intentar que no se reproduzcan las casusas que motivaron su salida

- Apoyamos a la persona voluntaria en su decisión: aunque no estemos de acuerdo o no entendamos las causas, es importante respetar la decisión final de la persona que nos ha colaborado de manera desinteresada

- Dejar la puerta abierta para futuras colaboraciones: indicarle que puede volver siempre que quiera y que, en caso de haberse ido a disgusto, pedir disculpas y tratar de no repetir los fallos

- Facilitar que la persona voluntaria se despida a su manera: tanto con el personal como con los socios y socias. El trabajo en la entidad puede ser muy emocionante y satisfactorio, al trabajar con personas con diferentes capacidades de una manera tan cercana, por lo que, dejamos a nuestras personas voluntarias la iniciativa de despedirse de los usuarios y usuarias como consideren (evento de despedida, merienda, abrazos…etc)

- Evaluar con ella su proceso de participación en la entidad: para nosotros es importante valorar su paso por Metasport CLM. Todas las cuestiones se sistematizarán en la ficha de voluntariado

- Prever el relevo: tener en cuenta la base de datos de otros voluntarios/as que podrían incorporarse a la actividad de la persona voluntaria que se ha marchado.

- Repasar logros: es importante identificar los logros sobre los problemas, puesto que trabajar desde un aspecto positivo y repetir las buenas prácticas siempre es más enriquecedor que trabajar sobre las problemáticas.

RELACIÓN POSTERIOR

Es fundamental tener buena relación con los voluntarios/as tras su salida de la organización. Si la persona se va descontenta o a disgusto, este hecho repercutirá en una mala visión de la organización y de sus proyectos. Por lo que, una manera de asegurarnos que la persona voluntaria se ha ido de manera satisfactoria es la relación posterior.

De manera que, cuidar esa relación mediante el envío de informaciones puntuales, solicitud de participación en ciertos eventos, apoyo en la difusión de iniciativas…son algunas de las acciones que desarrollará Metasport CLM para mantener el contacto.

De la misma manera, las puertas siempre quedarán abiertas a futuras colaboraciones siempre que quiera la persona y la entidad.

metasport

Actividad física adaptada