



ASOCIACIÓN SALUD MENTAL MANZANARES

PLAN DE VOLUNTARIADO

ÍNDICE

2

1. ORGANIZACIÓN	3
Datos de la Entidad	3
¿Quiénes Somos?	3
Misión, Principios y Valores	3
Organigrama	4
Servicios, programas y talleres de la Asociación	5
2. VOLUNTARIADO	6
¿Qué significa ser voluntario/a?	6
Perfil	7
Proceso de gestión del voluntariado	7
Principios de la acción voluntaria de Salud Mental Manzanares	9
Ámbitos de actuación del voluntariado	10
Derechos y obligaciones de la persona voluntaria	10
3. EVALUACION DEL PLAN	12
4. ANEXOS	13
I.- Entrevista de selección del voluntariado	14
II.- Contrato de Voluntariado	15
III.- Baja del personal voluntario	16

1. ORGANIZACIÓN

Datos de la Entidad:

- Fecha de constitución según acta fundacional: **08/10/2024**
- N.º Registro general de asociaciones de JCCM: **34073**
- N.º Registro de entidades de Servicios Sociales de CCM: **E6724.**
- N.º Inscripción del Servicio de “Acompañamiento e integración social de las personas con problemas de enfermedad mental”, en el Registro de Servicios Sociales de CLM: **S3068.**
- N.º. Registro Municipal Ayuntamiento de Manzanares: **163/2025**
- CIF. **G75346890**
- Domicilio de atención: **Calle Empedrada N.º. 3 (Casa Josito) 13.200 / Manzanares.**
- Horario: **martes de 9:00 a 13:00**
- Correo electrónico: infosaludmentalmanzanares@gmail.com
- Teléfono contacto: **606400199.**
- Representante legal: **Néstor Ceballos López-Manzanares**
- Trabajadora Social: **Marta Enrique Gómez (611931525)**

¿Quiénes Somos?:

Somos una asociación sin ánimo de lucro fundada en el año 2024, cuya misión es mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familiares, además de la defensa de sus derechos y la lucha contra el estigma existente en la sociedad.

Para alcanzar este objetivo realizamos acciones de reivindicación y sensibilización, y desarrollamos programas que favorezcan la recuperación y la inclusión social de las personas con problemas de salud mental de forma que puedan desarrollar su proyecto de vida en la sociedad como cualquier ciudadano/a con pleno derecho.

Misión, principios y valores

Misión: La adopción de todas las medidas que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familias y defender sus derechos.

Principios: La consideración de la persona con problemas de salud mental como sujeto de derechos y deberes, en plena igualdad con los demás, la importancia de las familias, la calidad de la actuación de las organizaciones y el interés por la globalidad del colectivo de personas con problemas de salud mental.

Valores: Solidaridad entre sus miembros, democracia interna, transparencia en su actuación y gestión, eficacia, justicia, equidad, participación, autodeterminación y coherencia.

Organigrama:



Asamblea General:

Es el órgano supremo de gobierno de la Asociación y sus acuerdos, legalmente adoptados, reflejan la voluntad social y obligan a todas las personas asociadas, incluso a disidentes y ausentes.

La Asamblea General estará compuesta por todas las personas asociadas que asistan a la misma. Todas las personas asociadas tienen derecho de asistencia y voto.

Entre sus funciones principales se encuentran aprobar los programas de actuación, aprobar los presupuestos, elección de la Junta Directiva, aprobación de las cuentas, etc., y obliga con sus acuerdos, válidamente adoptados, a la totalidad de sus miembros. Se reúne anualmente.

Junta Directiva:

Es el máximo órgano de toma de decisiones de la entidad. Y le corresponde el gobierno, gestión, representación y administración de la Asociación. Está formada por personas físicas, asociadas elegidas mediante Asamblea General, que representaran los siguientes cargos: **Presidencia, Vicepresidencia, secretaría, tesorería y vocalías**. Se promoverá la presencia equilibrada de mujeres y hombres.

Se convoca una reunión de Junta Directiva al trimestre.

Comité personas Usuarias:

Es un órgano asesor de la Asociación, formado por personas asociadas con problemas de salud mental. Propone, participa y asesora en las diferentes actividades organizadas por la asociación. Se convocan cuantas reuniones consideren oportunas y sus acuerdos se trasladan a la Comisión permanente quien se encarga de llevar los temas presentados a las reuniones de Junta directiva. Si lo precisan cuentan con el apoyo técnico del trabajador social - coordinador

Servicios, programas y talleres de la Asociación

- **Servicio de información, orientación y asesoramiento;** Este servicio ofrece orientación sobre salud mental a personas afectadas, sus familias, profesionales y al público en general. Proporciona información sobre recursos disponibles, cómo acceder a ellos, apoyos económicos y asesoramiento jurídico básico. En casos más complejos, se deriva a servicios especializados. Su objetivo es mejorar el conocimiento, facilitar el acceso a recursos y contribuir al bienestar de los usuarios.
- **Proyecto de Sensibilización y Lucha contra el Estigma;** Tiene como objetivo fomentar la comprensión, aceptación y respeto hacia las personas con problemas de salud mental, combatiendo los prejuicios que dificultan su inclusión social. A través de campañas, charlas, talleres y actividades en diversos espacios, se promueve la educación y sensibilización sobre la salud mental. Destaca la participación de las propias personas afectadas, quienes aportan su experiencia como herramienta de concienciación. El proyecto busca cambiar actitudes sociales mediante la educación, el testimonio personal y la creación de espacios inclusivos, contribuyendo así a una sociedad más justa.

- **Ocio y tiempo libre;** El proyecto de ocio y tiempo libre tiene como objetivo brindar experiencias significativas y enriquecedoras a las personas con problemas de salud mental, promoviendo su bienestar emocional y social a través de actividades que les permitan disfrutar y desconectar de las rutinas diarias. Este enfoque apuesta por la creación de oportunidades que faciliten la integración, el fortalecimiento de relaciones interpersonales y el acceso a entornos estimulantes y adaptados a sus necesidades
- **Grupos de Apoyo Mutuo;** Las actuaciones y actividades del proyecto están encaminadas a la creación de grupos de autoayuda (GAM) de personas con problemas de salud mental y de familiares, con el propósito de proporcionar un espacio de apoyo a sus miembros y así poder sobrellevar la enfermedad y todo lo que genera, poder compartir sentimientos y experiencias, aprender acerca de la enfermedad, ofrecer a los cuidadores familiares la oportunidad de hablar sobre los problemas y preocupaciones que les afecta, poder escuchar a otras personas que comparten ideas e informaciones, así como ofrecer apoyo y fomentar el cuidado personal y el bienestar y que no se sientan solos.

2. VOLUNTARIADO

¿Qué significa ser voluntario?

Ser voluntario significa brindar parte de tu tiempo y tus habilidades a una organización con la que compartes valores y objetivos. Significa ser una persona comprometida y convencida de la necesidad de contribuir a un cambio social.

Se considera voluntario o voluntaria a la persona que realiza actividades de voluntariado, según la Ley 4/1995, de 16 de marzo, de voluntariado en Castilla-La Mancha

El voluntariado es el conjunto de actividades de interés general desarrolladas por personas físicas en el seno de organizaciones públicas o privadas, que tengan un carácter libre, gratuito y solidario, sin que tengan por causa una obligación personal o un deber jurídico.

En definitiva, ser una persona que con actitud, esfuerzo y compromiso puede cambiar el mundo!

Perfil

Cualquier persona mayor de 18 años puede colaborar en nuestras actividades, cumpliendo con los siguientes valores:

7

- Sentido de responsabilidad y compromiso.
- Proactividad y motivación.
- Con respeto y sin prejuicios ante la forma de entender el mundo de las personas con problemas de salud mental.
- Empatía

Proceso de gestión del voluntariado

Búsqueda y captación

Búsqueda en uno o varios de los siguientes medios: en las distintas administraciones públicas, anuncio en página web de la entidad en la sección Voluntariado y de otras entidades como en la de Haces Falta, portales de voluntariado, maillyng, redes sociales, folletos corporativos, contacto en entorno comunitario, difusión en la base social, contactos personales.

Acogida

Realizada por el responsable del Programa de Voluntariado de la asociación Salud Mental Manzanares abiertas. Entrevista individual, información, proyectos y programas de la entidad. Explicación exhaustiva del programa de voluntariado, derechos y deberes, acciones de voluntariado, sistema de organización. Oferta curso de formación y su posterior realización, indispensable para poder llevar a cabo acciones de voluntariado.

Los contenidos del curso son los siguientes:

- Presentación Asociación Salud Mental Manzanares.
- Historia y evolución en Salud Mental.
- Mitos y falsas creencias en Salud Mental.
- Clasificación de las Enfermedades Mentales.
- Tratamiento farmacológico y psicosocial.
- Red de atención en Salud Mental en Castilla-La Mancha
- Programas y modelos de intervención en salud mental.
- Taller de habilidades sociales.

- ¿Qué es ser voluntario? Derechos y deberes de las personas voluntarias y las entidades de voluntariado.
- El voluntariado en Salud Mental.
- Plan de programas y actividades a participar como voluntarias.
- Casos prácticos en intervención con personas con problemas de salud mental.

Incorporación

Realizada por el responsable del Programa de Voluntariado. En primer lugar, se procede a la firma de contrato de compromiso de voluntariado, cesión de derechos de imagen, alta en seguro de voluntario, designación de horarios y tareas.

El personal voluntario de la entidad puede participar en tareas de diversas áreas tales como:

- Área administrativa: Apoyo en la creación de bases de datos, archivo de documentación, organización de actividades, etc.
- Área de gestión: Apoyo en las tareas de gestión y preparación de actividades.
- Experiencia propia: personas voluntarias con un problema de salud mental que en primera persona apoyan en la organización de las actividades y revisión de contenidos de materiales de difusión.
- Programas, Proyectos y talleres de la asociación, participando en su preparación, ejecución (acompañamiento a las actividades propias de estos) e impartición de talleres.
- Talleres; participando en su preparación e incluso en su impartición.

supervisión

Seguimiento y apoyo regular por parte del/la responsable del Programa de Voluntariado de la entidad, pueden ser telemáticas (teléfono o correo electrónico) y personales al menos una vez al año.

Evaluación

El voluntariado ordinario o regular se evaluará por cuestionario de satisfacción que completan las personas voluntarias

Desvinculación

Dada la relación de confianza y compromiso mutuo existente entre las partes, cualquiera de ellas podrá comunicar por escrito a la otra, en cualquier momento y sin alegación de causa, su decisión de desvincularse de la actividad de voluntariado.

9

Principios de la acción voluntaria de Salud Mental Manzanares

Los principios de la acción voluntaria en una asociación dedicada a la salud mental deben estar profundamente alineados con el respeto, la empatía y la ética, debido a la sensibilidad de los temas que se abordan.

Algunos de los principios fundamentales que deberían guiar esa acción voluntaria son:

- Respeto: por la dignidad humana. Toda persona tiene derecho a ser tratada con respeto, sin importar su condición mental, social, económica o cultural.
- Empatía y escucha activa: Ponerse en el lugar del otro con una actitud abierta y compasiva, escuchar sin interrumpir, sin prejuizar y sin querer “arreglar” al otro.
- Confidencialidad: Proteger la privacidad de la información compartida por las personas atendidas y no divulgar datos personales ni historias sin consentimiento explícito.
- No discriminación: Actuar con equidad e inclusión, sin hacer distinciones por género, orientación sexual, etnia, religión, condición socioeconómica o diagnóstico clínico.
- No suplantar roles profesionales: El voluntariado no reemplaza el trabajo de psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales u otros profesionales de la salud. Es necesario saber cuándo acompañar, cuándo derivar y cuándo retirarse.
- Formación mejora y continua.
- Actuar con responsabilidad y compromiso: Cumplir con los tiempos, funciones y tareas asignadas. Ser consciente del impacto emocional que se puede tener en las personas.
- Solidaridad y apoyo mutuo: Trabajar en equipo con otros voluntarios y profesionales. Cuidarse también a uno mismo para poder cuidar a otros (autocuidado).
- Promoción de la salud mental positiva: Fomentar el bienestar, la resiliencia y la prevención. Romper mitos, luchar contra el estigma y educar a la comunidad.

Ámbitos de actuación del voluntariado

- Talleres ocupacionales de la entidad: como voluntaria de los talleres ocupacionales de la entidad, o realizando algún otro en el que la persona voluntaria tenga las habilidades y competencias necesarias.
- Acompañamientos: asistencia para realizar actividades como ir al médico, comprar, actividades como pasear, etc.
- Actividades de ocio y/o respiro familiar: apoyando actividades, para el crecimiento personal y grupal de forma integral, favoreciendo la solidaridad y la inclusión social y participación comunitaria.
- Voluntariado telefónico: se pueden realizar llamadas de apoyo telefónico a personas que tienen problemas de salud mental y soledad no deseada.
- Actividades de sensibilización y educación: realizar y/o acompañar a las profesionales de la entidad a realizar actividades de promoción y prevención de problemas de salud mental
- Actividades en la asociación de manera puntual: apoyo en actividades como mesas informativas, actividades benéficas (festivales, teatros, etc.), o cualquier actividad que se realice de manera puntual.

Derechos y obligaciones de la persona voluntaria

Derechos

La persona voluntaria tiene garantizado los siguientes derechos frente a la asociación:

- a) Realizar su actividad en unas condiciones y circunstancias similares a las legalmente contempladas para el personal asalariado.
- b) Percibir de la entidad, previa consulta y autorización del responsable del voluntariado, los gastos que le ocasione la actividad de voluntariado social.
- c) Estar asegurado de los daños y perjuicios que el correcto desempeño de su actividad pudiera reportarles.
- d) Disponer de una acreditación identificativa de su condición de voluntario social.
- e) Obtener el cambio de programa o, en su caso, del beneficiario asignado cuando existan causas que lo justifiquen, dentro de las posibilidades de la entidad.
- f) Participar activamente en la entidad en la que se inserte y en el diseño, desarrollo y evaluación de los programas en los que trabaje.
- g) Recibir información para realizar las actividades y funciones confiadas y la formación permanente necesaria para mantener la calidad de la acción voluntaria.

Obligaciones

El/la voluntario/a queda obligado a:

11

- a) Desarrollar su labor con la máxima diligencia en los términos del compromiso aceptado en su incorporación a la entidad o al programa y de las instrucciones que en el desarrollo del mismo puedan recibir.
- b) Respetar los derechos de las personas beneficiarias del programa adecuando su actuación a los objetivos del mismo.
- c) Participar en aquellas actividades de formación o de otro tipo que organice la entidad al objeto de capacitarles para un mejor desempeño de su tarea.
- d) Rechazar cualquier tipo de contraprestación económica.
- e) Participar en la programación y evaluación de los programas y actividades relacionados con su tarea.
- f) Aceptar los objetivos y fines de la entidad con la que colabore y ser respetuoso con ella.
- g) No revelar a persona alguna ajena a la entidad, sin su consentimiento, la información referente a la que haya tenido acceso en el desempeño de sus funciones, excepto en el caso de que ello sea necesario para dar debido cumplimiento a obligaciones impuestas por las leyes o normas que resulten de aplicación, o sea requerido para ello por mandato de la autoridad competente con arreglo a Derecho.
- h) Utilizar la información a que alude el apartado anterior únicamente en la forma que exija el desempeño de sus funciones en la entidad, y no disponer de ella de ninguna otra forma o con otra finalidad.
- i) No utilizar en forma alguna cualquier otra información que hubiese podido obtener prevaliéndose de su condición de voluntario de la entidad, y que no sea necesaria para el desempeño de sus funciones en la misma.
- j) Cumplir, en el desarrollo de sus funciones en la entidad, la normativa vigente, nacional y comunitaria, relativa a la protección de datos de carácter personal.
- k) Cumplir los compromisos anteriores incluso después de extinguida, por cualquier causa, la relación que le une con la Asociación salud mental Manzanares.

3. EVALUACIÓN DEL PLAN

Como la duración del plan de voluntariado es de 5 años, cada final de año, se realizará una evaluación de seguimiento donde evaluaremos aplicando la perspectiva de género, (diferenciado por sexo), la consecución de los objetivos con relación a:

- 12
- Nuevas incorporaciones de voluntarios/as a la entidad.
 - Nivel de satisfacción del voluntariado existente.
 - Formación de las personas voluntarias.
 - Programas/actividades en las que mayoritariamente participan los/as voluntarios/as.
 - N.º de Voluntarios/as por ámbito de voluntariado que participan en la entidad.

4.ANEXOS

ANEXO I. ENTREVISTA DE SELECCIÓN DEL VOLUNTARIADO EN SALUD MENTAL

Nombre y cargo del entrevistador:

Lugar y fecha:

Nombre del aspirante:

14

Estructura del proceso:

1. Bienvenida.

2. Breve conversación informal para romper el hielo.

3. Preguntas:

- ¿Por qué quiere ser voluntario/a en salud mental?
- ¿Qué esperas de este voluntariado?
- Describa otras experiencias que tengas como voluntario/a. ¿Cuánto tiempo le gustaría ser voluntario/a?
- ¿Qué sabes sobre Salud Mental? ¿Cuáles son sus fortalezas? ¿Cuáles son sus debilidades?
- ¿Cómo le gusta ser reconocido?
- ¿Con qué tipo de personas le gusta trabajar?
- Describa una ocasión en la que usted ha estado en conflicto con otra persona. ¿Qué hiciste?
- ¿Está dispuesto a formarse para mejorar su papel como voluntario/a? ¿Cuenta con un medio de transporte, en caso de ser necesario? ¿Qué tal se siente hablando en público? ¿Maneja las nuevas tecnologías?

4. Agradecer su participación.

5. Indicarle cuáles son los siguientes pasos.

6. Despedida.

ANEXO II. CONTRATO DE VOLUNTARIADO

D/Dª, _____ con DNI _____, como presidente de la Asociación Salud Mental Manzanares, y D/Dª _____, mayor de edad, con DNI _____, Acuerdan el siguiente compromiso de Voluntariado:

15

D/Dª _____ como voluntario/a de la Asociación Salud Mental Manzanares va a colaborar con la entidad participando en las distintas actividades que se diseñen y se lleven a cabo. Las actividades de voluntariado se llevarán a cabo en la sede de la asociación o en la comunidad cuando proceda. El compromiso del horario se establece de común acuerdo. El contrato se hace para un voluntariado continuado, salvo causas de fuerza mayor. El presente contrato tendrá una duración indefinida. Cualquiera de las partes puede dejar sin efecto este acuerdo notificándolo con una antelación de 3 días.

El/la voluntario/a se compromete a:

1. Cumplir con los compromisos adquiridos con la Asociación Salud Mental Manzanares respetando su normativa y sus fines (Misión, Visión y Valores).
2. Guardar confidencialidad de la información recibida en el desarrollo de su actividad de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento (UE) 2016/679 de 27 de abril de 2016 relativo a la protección de datos personales.
3. Rechazar cualquier contraprestación material o económica.
4. Respetar los derechos de los beneficiarios y actuar de forma diligente y solidaria.

La Asociación Salud Mental Manzanares se compromete a:

1. Ofrecer al voluntariado la información, formación, apoyo y, en su caso, los medios materiales necesarios para el ejercicio de las funciones que se le asignen.
2. Favorecer la participación activa del voluntario en la organización, diseño, evaluación y programación de las actividades que realiza.
3. Asegurar al voluntariado contra riesgos de accidentes y responsabilidad civil derivados del ejercicio de la actividad.

En Manzanares, a ____ de _____ de 20__

Fdo.
Voluntario/a

Fdo.
Presidente Salud Mental Manzanares

ANEXO III. BAJA DEL PERSONAL VOLUNTARIO

D/Doña _____ con DNI _____ como
voluntario/a de _____ comunica a la misma su baja como
voluntario/a, _____ por _____ la _____ siguiente _____ causa:

En Manzanares, a __, de _____, de _____.