



ASOCIACION SALUD MENTAL TOMELLOSO - PUERTAS ABIERTAS  
- PUERTAS ABIERTAS

# PLAN DE VOLUNTARIADO

## ÍNDICE

<b>1. ORGANIZACIÓN</b>	<b>3</b>
Datos de la Entidad .....	3
¿Quiénes Somos? .....	3
Misión, Principios y Valores .....	3
Organigrama .....	4
Servicios, programas y talleres de la Asociación .....	5
<b>2. VOLUNTARIADO</b>	<b>6</b>
¿Qué significa ser voluntario/a? .....	7
Perfil .....	7
Proceso de gestión del voluntariado .....	7
Principios de la acción voluntaria de Salud Mental Tomelloso .....	9
Ámbitos de actuación del voluntariado .....	10
Derechos y obligaciones de la persona voluntaria .....	11
<b>3. EVALUACION DEL PLAN</b>	<b>12</b>
<b>4. ANEXOS</b>	<b>13</b>
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: **20/09/1995**
- N.º Registro general de asociaciones de JCCM: **1795**
- N.º Registro de entidades de Servicios Sociales de CCM: **E6495.**
- 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: **S2802**
- Registro entidad voluntariado en CLM: **13/745/24**
- N.º. Registro Municipal Ayuntamiento de Tomelloso: **95**
- Domicilio social: **Calle San Antonio, nº 42 / 13700 Tomelloso, (Ciudad Real)**
- CIF. **G13248489**
- Correo electrónico: **puertasabiertas95@gmail.com**
- Teléfono contacto: **926513866 / 606400199.**
- Representante legal: **M.ª Carmen Navarro Honrado**
- Trabajador Social: **Néstor Ceballos López-Tomelloso**

### ¿Quiénes Somos?:

La Asociación **Salud Mental Tomelloso**, surgió en noviembre de 1.995 como consecuencia de las inquietudes de un grupo de familiares preocupados por el vacío existente entonces en todos los campos que afectaban a las personas con problemas de salud mental en Tomelloso y su comarca. En un principio nos denominábamos Asociación de Familiares y amigos de personas con problemas de salud Mental Puertas Abiertas. Desde junio del año 2022, pasamos a denominarnos Asociación **SALUD MENTAL Tomelloso-Puertas Abiertas**, ofreciendo a la sociedad una visión positiva, que se acerca más al concepto de “salud mental” y se aleja del de “enfermedad mental. El nuevo nombre diluye la diferenciación entre personas sanas y personas con enfermedad, en tanto que todos debemos cuidar la salud mental

Se estableció, con arreglo a la Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo, como entidad sin ánimo de lucro.

## 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.

4

**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:

5

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 Usuarías:

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**

- **Talleres.** (Alfabetización Digital, Manualidades, Autocuidados, etc.); Los talleres representan una de las principales herramientas de intervención en nuestra asociación, orientadas a fomentar la participación activa y el desarrollo personal de las personas usuarias.
- **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.
- **Atención domiciliaria;** El proyecto tiene como objetivo principal potenciar la autonomía de personas con problemas de salud mental en todos los ámbitos de sus vidas, promoviendo su inclusión total en la comunidad. Para alcanzar este objetivo, se han prestado apoyos y facilitado herramientas que han contribuido a los procesos de recuperación y a una participación en la comunidad.

## 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.

7

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 su actitud, esfuerzo y compromiso puede cambiar el mundo!

## Perfil

Para ser voluntario/a de la asociación salud mental Tomelloso - puertas abiertas, basta con tener más de 16 años, ganas y algo de tiempo libre. Se puede colaborar en nuestra sede o apoyar a alguna de nuestras asociaciones en diferentes tareas: gestión y administración, comunicación, investigación, estudios, publicaciones, atención directa a personas, etc.

## 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, mailyng, 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 Tomelloso 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.

8

Los contenidos del curso son los siguientes:

- Presentación Asociación Salud Mental Tomelloso puertas abiertas.
- 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 los voluntarios y las entidades de voluntariado.
- El voluntariado en Salud Mental.
- Plan de programas y actividades a participar como voluntarios.
- 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

9

#### 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.

### **Principios de la acción voluntaria de Salud Mental Tomelloso**

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

El/la voluntario/a 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:

- 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 los/as beneficiarios/as 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 Tomelloso - puertas abiertas – puertas abiertas.

### **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:

- 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/D<sup>a</sup>, \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_, como presidente de la Asociación Salud Mental Tomelloso - puertas abiertas, y D/D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, mayor de edad, con DNI \_\_\_\_\_. Acuerdan el siguiente compromiso de Voluntariado:

15

D/D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_ como voluntario/a de la Asociación Salud Mental Tomelloso 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 Tomelloso 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 Tomelloso 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 Tomelloso, a \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

Fdo.  
Voluntario/a

Fdo.  
Presidenta Salud Mental Tomelloso

### 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 Tomelloso, a \_\_, de \_\_\_\_\_, de \_\_\_\_\_.