

Experiències d'energia voluntària

Vols fer voluntariat? [T'expliquem com fer-ho!](#)



Desinterès/interessat

La Maria Antònia és periodista de professió i ha treballat sempre en gabinets de comunicació i departaments de premsa. Un cop jubilada ha decidit seguir aportant els seus coneixements i experiència ajudant a difondre la tasca de les entitats socials. Actualment és voluntària d'Intermón Oxfam i la Federació Catalana de Voluntariat Social.



Creixement

L'educació no formal és una gran oportunitat de deixar una empremta en la vida dels nois i noies, i ahora transformar-los en agents de canvi de la seva pròpia vida i del seu entorn. Així ho creu el Dani, que fa 10 anys va entrar al cau per fer-hi de cap i ara és responsable dels aspectes pedagògics de la principal associació d'escoltisme i guiatge del país.



Satisfacció

La Mercè Mañosa està estudiant un cicle de salut ambiental. Li agrada molt la natura, per això va triar l'associació ADENC. Creu que la natura és molt important i que entre tots l'hem de cuidar i protegir. També li agrada fer excursions i esports d'aventura, i quan està a casa troba que hi ha poques coses millors que un bon llibre o passar l'estona fent manualitats.



Oportunitat

Xavier Fernández ha donat 35 anys a aquest món. Als inicis de la transició, vinculat a la Federació Catalana d'Escacs i, posteriorment, a la Federació d'Entitats Culturals de Badia del Vallès. És també un dels membres fundadors de la Fundació Cívica Oreneta del Vallès.



Gratificant

Maru Gallardo és antropòleg visual i artista. Porta quatre anys a Catalunya i, a través de la Universitat de Barcelona, és voluntari a l'Associació per a Joves Teb, on fa un projecte de vídeo i blocs amb els alumnes del PQPI de muntatge i manteniment d'ordinadors. A Colòmbia havia estat voluntari treballant els drets humans amb joves en risc d'exclusió.



Solidaritat

En Miquel Àngel Fuster ja fa més de 5 anys que és voluntari. Primer, a l'associació Infants del Raval, i actualment a la Federació Catalana de Voluntariat Social. Les tasques que fa a la FCVS són de gestió i, malgrat no fer acció directa, està convençut que la seva contribució és útil per a millorar la situació de les persones més necessitades.



Acompanyament

La **Marta Balsells** s'està iniciant en el món del voluntariat i ho fa amb el reforç escolar a nens de primària del barri de Bellvitge. Aquest és un projecte del Casal al Vent, Fundació la Vinya, que busca donar un espai a nois i noies de primària i ESO per estudiar amb tranquil·litat, deixant tot allò que els impedeix fer-ho fora de l'aula.



Tornar

En **Jaime Marsal** té 69 anys i en fa nou que és voluntari de VAE, Voluntaris en Assessoria Empresarial. Actualment és el President d'aquesta entitat que es dedica a assessorar a persones amb grans projectes i pocs recursos econòmics i a ajudar-los a emprendre o consolidar la seva aventura empresarial.



Contacte

En **Martín Endara** té molt clar que el voluntariat és una bona manera de fer el món una mica més just. Aquest serà el segon any que forma part del grup de voluntaris de Cooperació i Medi Ambient de la Fundació Autònoma Solidària. Aquest any el grup de cooperació treballarà per donar a conèixer la banca ètica.



Intercanvi

La **Mireia Rafecas** és voluntària des dels 15 anys d'una forma gairebé vocacional. Ella va veure en el donar temps als altres una forma d'enriquir el futur i de fer arribar la cultura a més gent: Avui per tu, demà per mi, demà passat per als meus fills. Un intercanvi que va començar i continua al Centre de Llorenç del Penedès.



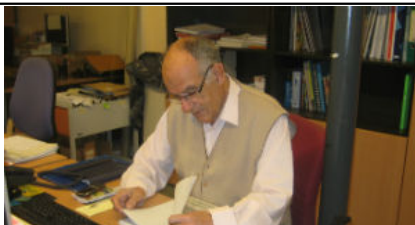
Llibertat

Llibertat, participació activa, implicació, perseguir ideals, presa de decisions, amistat... així és com entén l'**Aleix Prats** el voluntariat. Des dels 17 anys participa a diferents projectes i la darrera experiència l'ha viscuda a Ravalnet, participant a la Mediateca del Raval: escoltant les històries de veïns i veïnes i recuperant plegats la memòria i les veus del barri.



Felicitat i harmonia

La **Rosa Simó** porta 8 anys com a voluntària a la Fundació Avismón Catalunya. El més important per a ella és ajudar les persones grans que viuen soles al seu domicili. La Rosa col·labora amb Avismón portant la comptabilitat de l'entitat i, a més, ajuda a preparar les justificacions de les subvencions.



Valor Afegit

En **Llucià Torras** porta 18 anys fent de voluntari en l'àmbit de la gestió. Actualment és staff de direcció del Departament de Consultoria i Estudis de la Fundació Pere Tarrés, on lidera un projecte d'acompanyament per a la millora de la gestió de les entitats del tercer sector.



Ment Oberta

Núria Parera, de 34 anys, és "una química vegetariana", segons es defineix, que ha viscut a 5 països diferents, tant del nord com del sud, i que va conèixer iWith.org fa uns anys, entitat amb la qual col·labora ara. Va començar fent traduccions puntuals d'anglès a català o castellà i a la inversa. Abans havia estat a Filipines amb Setem, i a Gàmbia fent classes.



Ajut

En **Rafa Orellana** fa més de 15 anys que fa de voluntari a l'Associació de familiars i amics de nens oncològics de Catalunya. Ens explica com el voluntariat l'ha ajudat a transmetre valors com l'ajut i el respecte als seus fills.



Comprensió

L'**Anton Montsant** fa voluntariat ambiental en el Projecte Rius. El punt més important per a fer voluntariat, segons ell, és que consisteix una alternativa a certs valors imperants en la societat actual: a la competitivitat, la persecució de la riquesa material i l'oci banal.



[Aventura](#)

Les ganes de créixer i experimentar han portat en **Gerard Sesé**, de 24 anys, a fer de voluntari a Reconquista (Argentina). La paraula amb que definiria la seva experiència és aventura. Les ganes de fer riure a la gent i de fer-los sentir bé l'ha portat a fer una cançó i gravar un videoclip.



[Altruisme](#)

Qualsevol persona pot aplicar el voluntariat de forma individual, breu i intensa en la seva vida diària, amb les persones que estan al seu voltant dia rere dia o amb algú que es creui en el seu camí. Aquesta és la màxima de **Cristina Senserrich**.



[Compromís](#)

La carta de presentació d'en **Borja** són 10 anys fent de voluntari en diverses entitats del món del lleure. De la seva experiència en destaca que el voluntariat fa

[Empatia](#)

Després de 26 anys fent de voluntària, la **Judith Cobeña** ens explica que amb les seves accions aconsegueix aportar passió i fe en la possibilitat de canvi. Un canvi perquè tots els éssers humans siguin millors. Creu que la paraula que millor defineix el voluntariat és empatia.



[De tot cor](#)

Després de tota una vida dedicada a treballar contrarellotge en una empresa, **Miriam Dalet** o Miru, com la coneix tothom, va decidir aprofitar el temps lliure i fer el que sempre havia volgut: ajudar els altres. Miru anima tothom a fer tasques de voluntariat, ja que per ella és una experiència molt recomanable.



[Compartir](#)

Aina Valls porta només un any fent voluntariat, però amb aquest temps s'ha adonat que a través de la col·laboració al projecte MusicDown, una orquestra

créixer com a persona i permet formar part d'un projecte de lluita contra les desigualtats.

formada per músics amateurs i per nois i noies amb Síndrome de Down, pot aportar i alhora rebre molt.



Entrega

Seguir l'exemple dels monitors que la feien somriure és el que va portar l'**Ester Umbert** a fer voluntariat. Ara és ella la que s'entrega a altres infants en el Centre d'Esplai Refugi, nens i nenes que, com ella fa uns anys, gaudeixen cada dissabte a l'esplai.



Emocions

La **Meritxell** porta més de dos anys fent de voluntària a la Fundació Amics de la Gent Gran. La paraula amb que defineix el voluntariat és "Emocions" i la millor experiència és veure com les persones a que ajuda la recorden amb un somriure.



Aprendre

Amb només 17 anys la **Clara Blasco** fa voluntariat per la llengua. Segons ella la paraula que millor defineix el voluntariat és aprendre: conèixer persones d'altres cultures i ajudar a parlar el català.



Empatia

L'**Eduard** té 19 anys i fa 4 mesos que fa de voluntari amb infants malalts als hospitals, a través de la Fundació Autònoma Solidària de la UAB. Aquest jove voluntari va introduir-se en aquest món buscant sentir-se realitzat i útil i ha trobat més seguretat en ell mateix i, sobretot, grans dosis d'alegria.



Somriures

-

Aconseguir que l'equinoteràpia estigui a l'abast de tothom és l'objectiu de l'associació ACADE, on la **Mireia Suelves** fa de voluntària des de fa gairebé 9 anys. Per ella, el voluntariat es defineix pels somriures dels nens que ajuda a muntar a cavall i pel color esperança.



Il·lusió

La il·lusió és el que empeny la **Tamara Martínez**, des de fa 4 anys, a ser monitora d'esplai. Per ella, el treball educatiu que es fa a l'esplai és molt necessari per l'educació dels infants i els joves i, per això, va decidir inculcar-se en aquesta tasca, ja que a l'esplai es fomenten experiències educatives que difícilment es poden trobar en altres àmbits.

URL d'origen: <https://xarxanet.org/experiencies-denergia-voluntaria>