



**solidaridad  
enfermera**

Organización Colectiva de Expertas

## DECÁLOGO DE VOLUNTARIADO

### **1. REFLEXIÓN.**

¿Qué te ha motivado para comenzar un voluntariado? ¿Qué puedes aportar tu?  
Sigue haciéndote preguntas, cuestiona tu entorno y el modo en que vivimos.  
Es el primer paso para cambiar y mejorar las cosas.

### **2. PREPARACIÓN.**

Abre tu mente. Toma contacto con la realidad de las personas y los contextos en los que viven. Deja que la experiencia en si misma sea un proceso donde adquirir nuevos conocimientos y confrontar viejas creencias.

### **3. COMPROMISO Y PARTICIPACIÓN.**

El voluntariado no es solo una actitud, es una acción. Por lo tanto, sé consciente de tus propios tiempos y limitaciones.  
No dejes pasar la oportunidad de ser parte del cambio y participa activamente en todo lo que puedas. Asiste a las reuniones, implícate en las actividades y comparte tus ideas. Tu presencia es fundamental para fortalecer al equipo y alcanzar un crecimiento tanto a nivel colectivo como para tu propio desarrollo personal y profesional.

### **4. RESPETO Y TOLERANCIA.**

Son la base de todo. Deja a un lado prejuicios y estereotipos, ante todo está la dignidad de las personas y colectivos hacia los que se dirigen las intervenciones. Las actitudes paternalistas no benefician a nadie y mucho menos a personas en situación de vulnerabilidad.

### **5. TRABAJO EN EQUIPO.**

Somos un equipo de personas comprometidas con un proyecto común, que no podríamos lograr individualmente. Apóyate en tus compañeros/as y en la persona referente de la entidad.

### **6. RESPONSABILIDAD.**

Con todas las personas que participan en tu voluntariado, tanto contigo mismo/a como con tus compañeros/as voluntarios/as, la organización que representas y, sobre todo, las personas a las que van dirigidas las acciones.

#### **7. CONFIDENCIALIDAD.**

Vas a tener acceso a información y datos relevantes que no deben ser compartidos o expuestos. Revelarlo podría comprometer a la organización o poner en riesgo a las personas a las que se dirige la intervención. Cuida lo que compartes y como lo compartes.

#### **8. FLEXIBILIDAD.**

Aunque veas muy claras las soluciones y aportes ideas, déjate guiar y aconsejar, ya que a veces, nos puede faltar información y contexto ante determinadas situaciones.

#### **9. ENFOQUE.**

Las personas a las cuales se dirigen las acciones son las verdaderas protagonistas del voluntariado. Tu eres una pieza importante para colaborar en la identificación de necesidades y en el aporte de respuestas que faciliten el cambio.

#### **10. EMPATÍA.**

Cada persona tiene unas circunstancias distintas en su vida, ponerse en su lugar no siempre es fácil, pero es esencial. Ante todo, escucha a las personas con las que vas a realizar las actividades, evita juzgar y comprender como se sienten.