



# Trabajo Fin de Grado

El voluntariado como elemento del envejecimiento activo: los voluntarios en edad de jubilación de la Fundación Rey Ardid.

Autor:

Lucía Samperí Gracia

Director:

María José Lacalzada de Mateo

Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo

2017

## Índice de Contenido

Índice de Gráficos. ....	2
Índice de Tablas. ....	2
Resumen.....	4
1. Justificación del estudio. ....	5
2. Planteamiento de la investigación. ....	6
Objetivos (generales y específicos). ....	6
La población o universo. ....	6
Ámbito geográfico y temporal ....	7
Determinación y definición de las variables ....	7
3. Metodología.....	9
Metodología de la investigación. ....	9
Instrumentos utilizados para la recolección de los datos. ....	10
Recursos utilizados. ....	11
Ética y privacidad ....	11
4. Marco teórico de referencia. ....	12
6. Fundación Rey Ardid. ....	20
7. Programas. ....	22
8. Desarrollo de la investigación. ....	24
9. Conclusiones. ....	38
10. Bibliografía. ....	40
ANEXOS. ....	42
Entrevistas.....	42

## Índice de Gráficos.

Gráfico 1. Pirámides de población de España. ....	12
Gráfico 2. : Evolución del nivel de instrucción alcanzado en personas de 50 a 69 años, 2001-2012. ....	14
Gráfico 3. Actividades nuevas iniciadas después de la jubilación o a partir de los 65 años, 1993 y 2010.....	17
Gráfico 4. Total personas voluntarias de la Fundación Rey Ardid.....	24
Gráfico 5. Preferencias del campo de voluntariado en Aragón, 2015 .....	25
Gráfico 6. Campo de preferencia de los voluntarios de Rey Ardid (2017). ....	25
Gráfico 7. Campo de intervención preferente según edad en Aragón (2015). ....	26
Gráfico 8. Campo de intervención preferente según edad en Rey Ardid (2017).....	27
Gráfico 9. Tiempo (en años) que llevan en Rey Ardid como voluntarios. ....	28
Gráfico 10. Valoración de las motivaciones para decidir hacer voluntariado. (PVE) .....	30
Gráfico 11. Motivos del campo seleccionado.....	31
Gráfico 12. Uso de los conocimientos adquiridos de su (antigua) profesión.....	33
Gráfico 13. Grado de satisfacción del voluntariado con su labor por tramos de edad (2015). ....	35
Gráfico 14. Mejoras en la calidad de vida por ser voluntario.....	36
Gráfico 15. Relación interpersonal con voluntarios de generación más joven.....	37

## Índice de Tablas.

Tabla 1 Centros donde colaboran los voluntarios de la investigación. ....	7
Tabla 2. Consecuencias del envejecimiento. ....	13
Tabla 3. Segundo campo de preferencia de los voluntarios. ....	32

## Resumen.

El aumento de la esperanza de vida contribuye a que el número de personas mayores crezca en el futuro. Los expertos afirman que tener una actividad diaria mejora las condiciones físicas y mentales, por eso, cada vez son más las personas que optan por un envejecimiento activo. Los individuos pueden descubrir que pueden hacer cosas que no habían hecho nunca y pueden dedicarlo a nuevas aficiones y nuevas actividades. Muchos de ellos se interesan en introducirse en el voluntariado como una forma de mantenerse activo. El voluntariado es una manera de ayudar a los demás y de sentirse bien con uno mismo y en esta investigación averiguare como ha influido el voluntariado en ciertas personas y si es un buen camino para afrontar esta nueva etapa de la vida que les toca vivir.

### **Palabras clave:**

Envejecimiento, envejecimiento activo, jubilación, participación social, voluntariado.

## 1. Justificación del estudio.

La idea de realizar una investigación sobre el voluntariado y el envejecimiento activo surgió al hilo de que un sujeto de mi núcleo familiar, próximo a cesar en su actividad laboral, me preguntó: y ahora, ¿qué voy a hacer? Esto me hizo reflexionar qué puede hacer una persona que llega a la jubilación en perfecto estado de salud y con plenas capacidades facultativas. Estuve días indagando sobre actividades productivas que sigan formando al individuo sobre todo cuando llegan a una etapa de la vida que se caracteriza por la inactividad.

Así pues, llegué a la conclusión que el voluntariado es un modo de combatir esa pasividad, seguirá creciendo como persona y además puede obrar en beneficio de las personas más vulnerables, esto favorecería la calidad de vida de los individuos tanto de aquellos que necesitan ayuda como el propio voluntario.

Por tanto, con este informe de investigación social, pretendo conocer e investigar la participación asociativa de las personas con una edad próxima a la jubilación, ya que la desvinculación laboral (parcial o total) de las “personas mayores” tiene una repercusión importante en la persona, normalmente desfavorable. De esta manera, es pertinente conocer bien las motivaciones internas para realizar voluntariado, si les ha cambiado la calidad de vida o si están satisfechos con su acción.

También quiero destacar que gracias a esta disciplina, Trabajo Social, he podido ser conocedora sobre este ámbito del voluntariado que era prácticamente inexistente para mí; entre el trabajo social y el voluntariado se crea un vínculo de relación de ayuda hacia los demás y me ha despertado gran interés por descubrir más sobre ese campo y los componentes, tanto personas como organizaciones de acción social, que forman parte de él. El Trabajo Social es una profesión que invita a introducirse en el voluntariado y que en un futuro, no muy lejano, ojalá pueda tener la oportunidad de vivir la experiencia en primera persona.

En definitiva, pienso que es un tema de investigación relevante y de gran importancia. Me interesa especialmente conocer a personas que vivan la situación personalmente, para saber así como es su día a día como personas voluntarias, sobre todo en esta etapa de la vida en la que no necesitan trabajar pero sí continuar activas y útiles socialmente.

## 2. Planteamiento de la investigación.

### Objetivos (generales y específicos).

El estudio queda en el ámbito de una investigación exploratoria donde voy a avanzar mediante los siguientes objetivos.

El objetivo general planteado es:

- A. Analizar la experiencia de los voluntarios en edad de jubilación de la Fundación Rey Ardid.

Del mismo modo, para poder conseguirlo he planteado los siguientes objetivos específicos:

- a. Analizar las motivaciones que les lleva a las personas que se encuentran próximas a la jubilación, o prejubilación, para ser voluntarios.
- b. Averiguar el grado de implicación en su tarea de voluntario.
- c. Buscar si existe relación entre la profesión anterior y el trabajo voluntario.
- d. Investigar su satisfacción sobre lo que realiza en la Fundación.
- e. Descubrir si les ha cambiado la calidad de vida desde que son voluntarios.
- f. Comparar los datos de estudios que tienen objetivos y finalidad similares a mi investigación.

### La población o universo.

Haciendo referencia al colectivo que tendré en cuenta en mi investigación, está definido por 100 personas de la Fundación Rey Ardid. He tenido acceso a los datos a través de la Coordinadora del Voluntariado de Rey Ardid, ya que por el anonimato no me han dejado acceder directamente a las bases de datos sino a las que ella me ha proporcionado. Hubiera querido realizar 14 entrevistas en profundidad (7 hombres y 7 mujeres) pero ninguno de los hombres voluntarios entre las edades buscadas se ha querido prestar a ello.

Así pues, la muestra feminizada ha consistido en 7 personas voluntarias. Con las entrevistas pretendo conocer en qué momento se adentraron en el mundo del voluntariado, sus motivaciones para hacerlo, entre otras. Cabe acentuar que este grupo ha sido entrevistado en cada uno de los centros donde colaboran.

Por otro lado, debo destacar que las 7 voluntarias se dividen en tres grupos: tres de ellas trabajan pero se encuentran cerca de la edad para cesar su actividad laboral, una está prejubilada y las otras tres restantes están ya jubiladas. El contacto con ellas me lo confió la Coordinadora del Voluntariado de la propia Fundación al igual que los datos de la base de datos del resto de voluntarios.

Quiero especificar que mi trabajo de campo ha estado condicionado no por la muestra ideal sino por la posible; sobre ella y con las fuentes secundarias he tratado de demostrar que soy capaz de estructurar una investigación de manera coherente, tal como más adelante se explicará en el apartado sobre metodología.

## Ámbito geográfico y temporal.

El ámbito geográfico de la investigación queda delimitado en la ciudad de Zaragoza y el pueblo de Belchite (Zaragoza). Rey Ardid se distingue por disponer diferentes centros, pero me he centrado en los centros donde actúan los voluntarios entrevistados (véase tabla 1) y el distrito del Actur, en el que se encuentran las instalaciones oficiales del Grupo Rey Ardid.

*Tabla 1 Centros donde colaboran los voluntarios de la investigación.*

LOCALIDAD	CENTRO	DIRECCIÓN	CODIGO POSTAL
ZARAGOZA	Residencia de Mayores y Centro de Día de Delicias	Vía Universitas, 38	50017
ZARAGOZA	Fundación Ramón Rey Ardid Club Social	Calle Pablo Iglesias, 40-42	50018
BELCHITE	Residencia y Centro de Día de Belchite	Calle Portal de la Villa	50130
ZARAGOZA	Banco de alimentos	Calle Alejandro Bell, 7	50014

Fuente: *Elaboración propia.*

La delimitación temporal de mi investigación social es de 9 meses, debido a que es en este periodo de tiempo en el que se realiza la misma. Se ha llevado a cabo una vez finalizado el Prácticum de Intervención, a finales del mes de diciembre de 2016. Fue entonces cuando seleccioné a la tutora del Trabajo de Fin de Grado y cuando me planteé el tema a investigar, más adelante, realicé una revisión bibliográfica y de los datos otorgados por la Fundación sobre los voluntarios. Por su parte, el análisis de los datos de los voluntarios de Rey Ardid ha servido para analizar el perfil de sus voluntarios que están próximas a la edad de jubilación.

## Determinación y definición de las variables

Quiero resaltar que me hubiera gustado abarcar unas variables que pudiesen ser significativas o dar entidad a mi investigación como: ocupación, estudios, fecha de alta... pero no ha sido viable, así pues, para el estudio de la base de datos de los voluntarios, las variables que se van a exponer a continuación son las utilizadas para el estudio:

Las variables que me han proporcionado de la base de datos de los voluntarios de Rey Ardid.

- *Sexo.*
- *Edad*
- *Área de intervención.*

Para la realización de las entrevistas, con el fin de que se pueda realizar un posterior análisis y que éste resulte viable, se han diseñado una serie de preguntas para establecer el conjunto de criterios que quiero investigar sobre la muestra seleccionada.

Las preguntas de las entrevistas han ido orientadas hacia:

- *Tiempo que lleva como voluntaria.* Se expresará en meses o en años.
- *Área de actuación.* Personas mayores, salud mental y banco de alimentos.
- *Centro.* Residencia de Mayores y Centro de Día de Delicias, Club Social, Residencia y Centro de Día de Belchite, Emprery.
- *Motivaciones.*
- *Tiempo de dedicación a la tarea de voluntario.* Se expresará en horas.
- *Grado de implicación.*
- *Uso de los conocimientos adquiridos en el ejercicio de su profesión.*
- *Mejoras en la calidad de vida.*
- *Satisfacción personal.*

### 3. Metodología.

#### Metodología de la investigación.

A continuación reflejo la metodología de mi investigación comparando lo que se pretendía hacer y lo que se ha hecho finalmente.

En principio, para llevar a cabo mi investigación, me puse en contacto con la Coordinadora Aragonesa de Voluntariado ya que guardan los datos sobre la edad y el sexo de las personas que quieren ser voluntarias y a qué instituciones las derivan en función de sus preferencias. De esta manera, pretendía buscar los datos del sexo, la edad y donde los derivan con la conformidad de la Coordinadora Aragonesa de Voluntariado, con el fin de averiguar en qué área de actuación prefieren actuar las personas mayores<sup>1</sup>, así acudiría a las entidades con mayor número de personas mayores para realizar las entrevistas pertinentes para la investigación.

Sin embargo, en respuesta de la Coordinadora a mi solicitud, manifestó que no tenían recogidos los datos sobre el lugar exacto que han elegido los voluntarios y, debido a la protección de datos, no me podrían facilitar ningún dato sobre los voluntarios que acuden a la coordinadora. Por otro lado, simplemente me comentó que respecto al número de personas mayores de 60 años que el año pasado recibieron una formación para hacer voluntariado en Zaragoza son 45 personas (25 mujeres y 20 hombres) de un total de 350.

Ante esta situación buscamos otra alternativa; rebusqué una organización de acción social que fuera una buena caja de resonancia, que sostuviera un colectivo determinante de voluntarios en edad de jubilación o ya jubilados y que comprenda diferentes áreas/centros donde puedan actuar los voluntarios. La Institución de estas características que se ha prestado a colaborar ha sido la Fundación Rey Ardid de la ciudad de Zaragoza.

La fundación Rey Ardid aceptó formar parte de mi investigación y en ayudarme en todo lo que pudieran. Me pusieron en conocimiento de que tenían registrados, en una base de datos, la edad, sexo, fecha de alta, fecha de baja, motivaciones, área de actuación, profesión o estudios de todos los voluntarios de la fundación.

Cabe destacar que en un primer momento, desde la Fundación me propusieron la posibilidad de acudir a las oficinas centrales de Rey Ardid para tener un contacto directo con la base de datos y analizar los aspectos de interés para mi ensayo, pero debido a las precauciones propias en la custodia de datos personales, solo he tenido acceso a ellos a través de la persona que coordina a los voluntarios de la fundación. Así ella ha adoptado un doble cometido: proporcionar los datos y, a su vez, ha sido sujeto de una de las entrevistas en profundidad. Su nombre es Cristina, y así nos referiremos a ella en lo sucesivo.

Durante esta investigación social, he utilizado técnicas tanto cuantitativas como cualitativas para seguir una representación de la realidad de una forma más completa.

Refiriéndome a la realización de la parte cuantitativa, he estudiado el voluntariado de Rey Ardid en su globalidad gracias a los datos otorgados por Cristina que reflejan que existen un total de 100 voluntarios

---

<sup>1</sup> Durante toda la investigación, cuando hablo de personas mayores estoy haciendo referencia a personas de 57 o más años de edad.

efectuando su acción en centros gestionados por la Fundación Rey Ardid. Es decir, este método se basa en la utilización de información cuantificable para detallar datos específicos.

Por otro lado, la investigación cualitativa compone principalmente mi investigación, y siguiendo a Corbetta (2007), con ella se pretende describir, comprender e interpretar los significados intersubjetivos de la acción social, el sentido íntimo y profundo del comportamiento humano, desde el punto de vista de los actores sociales. Para ello, se ha llevado a cabo una serie de entrevistas semiestructuradas con las que he indagado en aspectos más concretos que han permitido comprender la experiencia de las personas voluntarias respecto al voluntariado de acción social.

Hay que resaltar que esta investigación es de tipo descriptivo la cual consiste en la caracterización de un hecho o un fenómeno o como bien expresa Ander-Egg (2011): *“consiste en caracterizar un fenómeno o situación concreta indicando sus rasgos más peculiares o diferenciadores”*. Como sigue diciendo el autor, el tipo de información obtenida a través de la investigación descriptiva puede utilizarse para constituir un incentivo para las reflexiones teórico-explicativas que hay que hacer a partir de lo dado, pero yendo más allá de lo dado.

Se trata de un estudio transversal, debido a que la investigación se realiza en un momento determinado, es decir, se estudia de los meses de enero a septiembre (análisis de la base de datos, realización de entrevistas y análisis de entrevistas) y tiene lugar en la ciudad de Zaragoza y Belchite.

## **Instrumentos utilizados para la recolección de los datos.**

Por otro lado, los instrumentos de recogida de datos durante la investigación ha sido la siguiente:

### **1. La entrevista:**

Ruiz Olabuénaga (2012:166) expresa que la entrevista toma la forma de relato de experiencias, situaciones o sucesos narrados por la persona que lo ha vivido. La entrevista es el escenario donde se representa este relato y crea encuentros entre el investigador que entrevista y el actor social entrevistado para que esta pueda tener lugar. La entrevista puede tomar la forma de entrevista individual o entrevista de grupo, esta investigación está desarrollada bajo la entrevista individual.

Para empezar, debo señalar que el número de entrevistas ha dependido del número de voluntarios de Rey Ardid que han aceptado colaborar en la investigación. Durante la realización de esta, se ha llevado a cabo entrevistas semiestructuradas al conjunto de personas (personas próximas a la edad de jubilación y personas jubiladas), en los centros donde actúan. Así pues, elaboré un mismo guion de entrevista semiestructurada para los colectivos con el fin de obtener un sentido más amplio y abierto a las posibles respuestas de los usuarios.

A la hora de llevar a cabo estas entrevistas semiestructuradas tendré en cuenta el hecho de que puede aparecer información necesaria y relevante que no esté estructurada en las preguntas de la misma, o se omitan cuestiones que en el momento de entrevistar resulten irrelevantes.

Cabe destacar que he desarrollado una serie de entrevistas a cada uno de los voluntarios y que, al finalizar, se ha llevado a cabo un análisis global sobre sus experiencias y opiniones. Las entrevistas realizadas han sido a siete personas voluntarias entre las edades de 57 a 71 años, también a la Coordinadora de Voluntariado

de la Fundación, Cristina, que ha sido fundamental para ampliar la información. Para la realización del análisis de las entrevistas las técnicas a utilizar son mixtas, es decir, tanto cualitativas como cuantitativas; cuantitativas ya que he usado instrumentación matemática como gráficos y tablas y el análisis de la base de datos de Rey Ardid; cualitativas porque pretendo interpretar el punto de vista del actor social (Corbetta, 2007).

#### 1. Revisión bibliográfica.

Se ha realizado una revisión de bibliografía perteneciente al campo del envejecimiento activo y de las personas que están próximas a la edad de jubilación, proporcionando un marco de referencia que sirve como base de la investigación. De esta manera, se ha tomado conciencia de que la participación en actividades, sobre todo del voluntariado, está relacionada con el envejecimiento activo. Es decir, a través de dicha revisión bibliográfica se pretende profundizar y aclarar acerca de este colectivo que se encuentra en una edad que se caracteriza por la inactividad y por el pensamiento negativo del resto de la población que tiene de ellos.

#### 2. Grabaciones de audio.

La grabación de audio ha sido utilizada para las entrevistas, previo consentimiento. La funcionalidad del instrumento de grabación me ha permitido reducir la pérdida de información para poder valorarla al terminar cada encuentro y para poder recopilar de manera más extensa toda la información.

### **Recursos utilizados.**

A lo largo de esta investigación he contado con una serie de recursos, tanto humanos como materiales.

Los recursos humanos han estado formados por mí, quien he llevado a cabo la investigación y presentado el informe una vez finalizada la misma y por Cristina, la Coordinadora del Voluntariado de Rey Ardid, quien se ha puesto en contacto con todos los voluntarios preguntando si estarían dispuestos a participar en mi trabajo. Respecto a los recursos materiales, en un primer momento he contado con vehículo propio para poder movilizarme a los centros de la Fundación donde se encontraban los voluntarios. También se ha utilizado un teléfono móvil para grabar las entrevistas realizadas.

### **Ética y privacidad.**

En cuanto a la ética y política de la investigación, decir que en todo momento el usuario entrevistado ha sido informado y su participación ha sido voluntaria, se ha cuidado el trato hacia los participantes y no se les ha lastimado en ningún momento. También se ha respetado el anonimato y la confidencialidad de los entrevistados garantizándolo con honestidad.

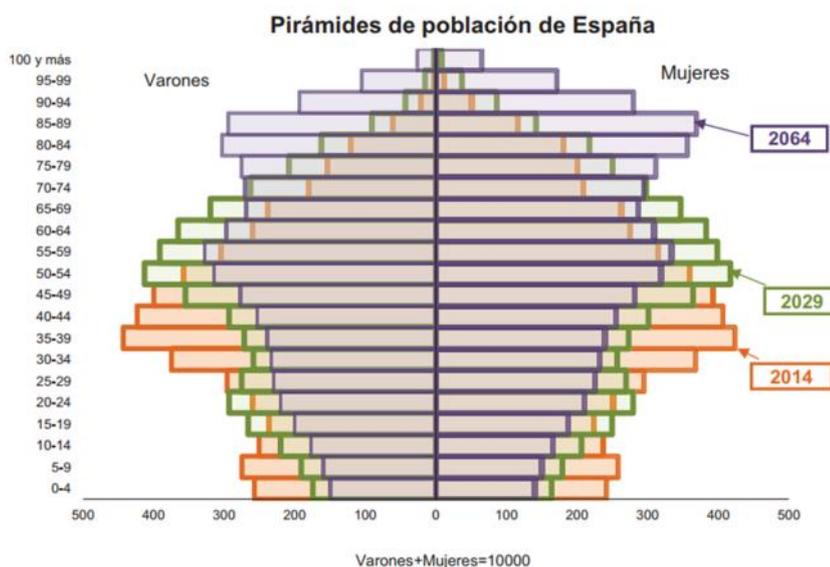
## 4. Marco teórico de referencia.

### Envejecimiento.

En los últimos tiempos, las personas viven cada vez más años, lo que equivale a decir que la longevidad humana está aumentando. En España, el proceso de envejecimiento de la población comenzó más tarde pero con una fuerza mayor que en el resto de los países europeos, entendiendo envejecimiento como un proceso de transformación de la estructura de una población por edad, en la que la población mayor de 65 años va aumentando mientras que la población joven va aminorando (Robles González, 2010:39). Desde 1960, España ha incrementado notablemente su esperanza de vida, este crecimiento se debe al efecto producido por la caída del número de niños y al aumento de la longevidad. En 2064, de mantenerse la tendencia actual, la esperanza de vida de los hombres superaría los 91 años y la de las mujeres casi alcanzaría los 95 (INE, 2014).

Actualmente, el envejecimiento de la población se ha acelerado en la sociedad gracias al avance de las mejoras sanitarias y sociales y al conjunto de un descenso de la mortalidad y una baja fecundidad (número de hijos por mujer). Estos factores producen una alteración en la forma de las pirámides de población ya que la estructura de la población por edades está cambiando.

Gráfico 1. Pirámides de población de España.



Fuente: INE (2014): *Proyección de la población de España 2014-2064*.

La mortalidad ha disminuido en España drásticamente –sobre todo en la infancia- y por ende, el número de personas mayores no hace más que aumentar, el porcentaje de población mayor de 65 años, que actualmente se sitúa en el 18,2% pasaría a ser el 24,9% en 2029. Pero el crecimiento en número de las personas mayores no sólo se ha elevado por esta causa sino que se le suma una fuerte caída de la fecundidad, concretamente desde el final de los años del baby-boom. El descenso de la natalidad provocaría que en 2029 hubiera unos 1.576.000 niños menores de 10 años menos que en la actualidad (un 32,8%) (INE, 2014).

Pero la menor natalidad y la creciente supervivencia no sólo transforman la pirámide. Debemos tener en cuenta que los cambios producidos por el envejecimiento pueden ser negativos o positivos. Las consecuencias del envejecimiento, según describe Pérez Díaz (2010) producen una modificación y alteración de la composición interna de la población y de las relaciones previas entre categorías de edad:

*Tabla 2. Consecuencias del envejecimiento.*

Efectos de estructura	Volumen y crecimiento de la población	Otros ámbitos sociodemográficos
Feminización de la vejez	Reduce tamaño poblaciones	Las formas de convivencia y las estructuras de los hogares
Sobreenvejecimiento	Crecimiento natural negativo.	Mercado de trabajo
Aumento de la dependencia		Salud pública

Fuente: *Elaboración propia a partir del estudio de Perez Diaz, J (2010). El envejecimiento de la población española.*

Haciendo referencia a los cambios positivos, “a medida que avanza el ciclo vital, son hechos evidentes la disminución de la salud y el aumento de la discapacidad, pero estos procesos se han ralentizado en las últimas décadas, en las que ha habido un incremento notable de la esperanza de vida en buena salud percibida y de la esperanza de vida sin discapacidad” (Gómez Redondo, 2010:76). Conforme van llegando a la vejez generan cambios rapidísimos en las características y comportamientos llenos de potencialidades para el resto de edades y para la sociedad en su conjunto (Pérez Díaz, Abellán y Ramiro, 2012).

El Libro Blanco del Envejecimiento Activo (2011) declara que en España está comenzando a existir un retraso en el calendario de lo que se refiere a la dependencia de las personas mayores ocasionando una adopción de nuevos modos de vida en los que la autonomía tiene un valor social e individual considerable. La llegada de la vejez no puede asociarse con la jubilación laboral, esta debe ser entendida como un trance para introducir cambios en la vida, cuidar la salud, desarrollar nuevos proyectos, iniciar actividades que no tenían en cuenta anteriormente, etc.

El factor que determina la interpretación de la sociedad de hoy día, en cuanto al envejecimiento se refiere, es el hecho de considerar vieja o no a una personas de 60 años. “Las edades a partir de las que se considera que una persona es vieja se han modificado mucho en el curso del tiempo, por el cambiante significado y contenido social que se les atribuye” (Bazo, 2006:79).

El hecho de que la esperanza de vida aumente, es cierto que coloca a estas personas en términos de mediana edad porque los años medios vividos aumentan 20 o 30 años más. Lo que habría que plantearse, no es a partir de qué edad se considera una persona anciana y si la población está envejecida, sino las condiciones y la calidad de vida que se desarrolla llegados a ese punto, teniendo vidas más largas.

## Jubilación.

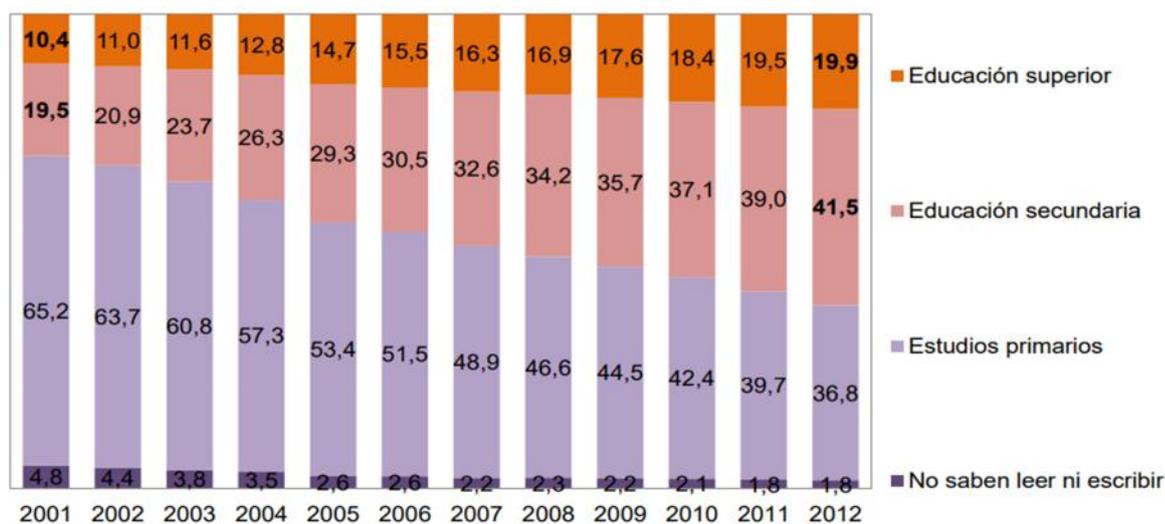
La jubilación se suele relacionar con la vejez, pero en España muchos de los individuos se jubilan sin llegar a ser “mayores”, según el Libro Blanco del Envejecimiento Activo (2011), existe una tendencia a la jubilación temprana en la que los ciudadanos son “empujados” por el sistema a salir del mercado laboral por las políticas de jubilaciones anticipadas, esto proyectaría en la sociedad una imagen de pre-envejecidos que no han llegado a los 60 años y que tienen una capacidad laboral en desuso.

El cese de la actividad laboral no provoca solamente la reducción de poder adquisitivo sino que también el estatus social o incluso la pérdida de sentido de la vida (Chown, 1977; citado por Macionis y Plummer, 2011). Los individuos deben ir descubriendo nuevas habilidades y potencialidades, para ir construyendo nuevos roles y evitar así el aislamiento ya que se disuelve el rol del trabajador que lleva consigo mucho tiempo; es un cambio difícil, que requiere un proceso de adaptación y de aprendizaje porque te incorporas a un nuevo estilo de vida que ya no va a ser igual que antes.

La realización de actividades productivas y la ocupación del tiempo libre cobra gran importancia para que las relaciones sociales no se desvanezcan tras la jubilación ya que la inactividad podría provocar un aislamiento relacional que desembocaría en un proceso de desafiliación o de inexistencia social (Sirlin, 2007). Así mismo, es conveniente que las personas en edad de jubilación sigan siendo activas ya que les aporta un beneficio personal por seguir desarrollándose como personas.

Hay que destacar que las generaciones de jubilados son diferentes, es decir, las generaciones de antaño tenían unos hábitos distintos y una cultura y unos estudios subordinados (predominaba el analfabetismo) a los de hoy en día, por tanto cuando llegaban a la jubilación era costumbre la falta de actividad. Actualmente, la educación, los hábitos de salud... influyen en la calidad de vida de las personas tras la jubilación; digamos que es un factor condicionante a la hora de realizar actividades después del retiro laboral. Aun así, la participación de los individuos jubilados y en edad de jubilación es carente, su vida se caracteriza por la tranquilidad, enclaustrados en sus casas y con pocos lazos sociales.

Gráfico 2. : Evolución del nivel de instrucción alcanzado en personas de 50 a 69 años, 2001-2012.



Fuente: INE: INEBase: Encuesta de Población Activa. Elaborado por Fundación Pilares (2013).

Si nos fijamos bien en la franja del diagrama de barras rosa, en el año 2001 sólo el 19,5% de este grupo de población tenía estudios de educación secundaria; en el año 2012, de ese grupo de edad el 41,5% tienen estudios secundarios. Es un cambio que se tiene que notar después en las actividades que realizan las personas mayores, lo que van a reivindicar y como se van a situar frente al envejecimiento.

En resumen, los individuos tienen la necesidad de asumir situaciones nuevas cuando se produce el salto a la jubilación, hay un cambio de vida, tienen que adaptarse y buscar un nuevo papel social que muchas veces se centra en cómo ocupar el tiempo.

### **Envejecimiento activo.**

La OMS (Organización Mundial de la Salud, 2015) define envejecimiento activo como “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, seguridad y participación en orden a mejorar el bienestar y la calidad de vida según se envejece”, refiriéndose a la palabra “activo” como un proceso de participación continua en las cuestiones sociales, culturales, espirituales y cívicas.

Conseguir que esto se lleve a cabo es un reto; es un reto generalizar el hábito de la actividad porque supone un cambio de mentalidad en las personas y porque supone un cambio de actitudes tanto por parte del protagonista como por parte de la sociedad en la que se encuentra. El reto representa un esfuerzo, obliga a superar inercias, a nivel personal y social, obliga a adaptarse a situaciones y entornos que modifican lo que ha sido la vida de la persona hasta el momento de la jubilación y debe ser un proceso colectivo, un proceso en el que participe toda la sociedad.

¿Cuáles son las bases del envejecimiento activo? Según Fernández- Ballesteros (2011) son las siguientes:

- J La teoría de la actividad (que se opone a la teoría de la desvinculación,). Esta establece que la actividad es fuente de salud, es fuente de vitalidad y, por tanto, si no se usa se pierde (funcionamiento intelectual, motor...)
- J La diversidad de las formas de estabilidad y declive. Existen unas formas diversas de envejecer, a lo largo de la vida la variabilidad interindividual se incrementa de una manera extraordinaria y, por supuesto, al final de la vida se maximiza esa variabilidad, por tanto, podemos encontrar en personas mayores tanto aspectos de salud como aspectos de enfermedad.
- J La variabilidad del envejecimiento. Esta variabilidad se ha clasificado en tres formas de envejecer: una forma usual de envejecer, con discapacidad y, lo que algunos autores llaman, una forma de envejecer óptima que lo podríamos equiparar a envejecer activamente, con éxito y salud.
- J La propia plasticidad del ser humano como una condición del ser biológico. La plasticidad es la propiedad esencial del ser humano en el proceso de adaptación, es la capacidad del sistema biológico de regeneración.

Para proceder a que el envejecimiento activo sea viable, los “mayores” deben sentirse activos gracias a programas que deben formar parte de las políticas proactivas del sistema. La Organización Mundial de la Salud declara que “los países podrán afrontar el envejecimiento si los gobiernos, las organizaciones internacionales y la sociedad civil, promulgan políticas y programas de envejecimiento activo que mejoren la salud, la participación y la seguridad de los ciudadanos de mayor edad” (OMS, 2002).

Según el Libro Blanco del Envejecimiento activo (2011) hay que establecer modelos de políticas de igualdad, con perspectiva de género, que integren y contemplen el importante papel social de los mayores,

liquidando los estereotipos y contribuyendo al empoderamiento de las personas mayores mucho antes de alcanzar la edad institucional considerada como inicio de la vejez.

El marco político para el envejecimiento activo necesita la acción sobre tres pilares básicos (OMS, 2002):

- *Salud*: Las personas que necesitan asistencia deben tener acceso a la amplitud y totalidad de los servicios sociales y de salud que ofrecen satisfacer las necesidades y los derechos de los individuos a medida que envejecen.
- *Participación*: Los programas sociales, laborales, de la educación y sanitarios deben fomentar su total participación en las actividades, de acuerdo con sus capacidades, necesidades y preferencias.
- *Seguridad*: Cuando las políticas y los programas gestionen las necesidades sanitarias, sociales, económicas y de seguridad física así como los derechos de las personas mayores, éstas verán asegurada su protección, al igual que la asistencia en el caso de que ya no puedan mantenerse y protegerse a sí misma

Como se ha comentado al principio, el cambio demográfico que estamos viviendo actualmente comprende un gran colectivo de adultos mayores con buena salud y plenas facultades a desarrollar, no obstante, la población, por norma general, tiende a ver a este colectivo como un estorbo, con unas capacidades físicas y psíquicas limitadas. Pero esta etapa de la vida no hay que verla como un déficit o un deterioro sino “con posibilidades de desarrollo, optimización y compensación” (Fernández-Ballesteros, 2012).

Joan Subirats (2016), buscando propuestas integradoras dentro de la vida local, expresa que el primer reto de las políticas de envejecimiento activo será lograr un cambio en la manera en que ve la sociedad a las personas mayores, es decir, que acepten y normalicen la figura de las personas mayores en las “diversas esferas de la sociedad”. A través de una guía que puso de manifiesto la OMS, se creó una red global llamada “amigos de las personas mayores”, esta red desarrolló una serie de infraestructuras y servicios para fomentar la inclusión de estas personas y favorecer la autonomía personal del individuo en su implicación solidaria hacia la ayuda a los demás. Aun así, y como bien sabemos, estas prestaciones y servicios no son suficientes para crear una atención global hacia este colectivo.

Finalmente, el individuo y la sociedad tienen amplios grados de libertad para promocionar un envejecimiento activo. El individuo con su conducta es responsable de su forma de envejecer y la sociedad es responsable de las formas de envejecer de sus habitantes y de evitar el edadismo. Envejecer activamente no es sólo (aunque también) buscar entretenimientos para después de la jubilación, implica seguir participando en la sociedad aportando a eso que llamamos el bien común, debe ser algo asumido con naturalidad por los afectados y por el conjunto de la sociedad.

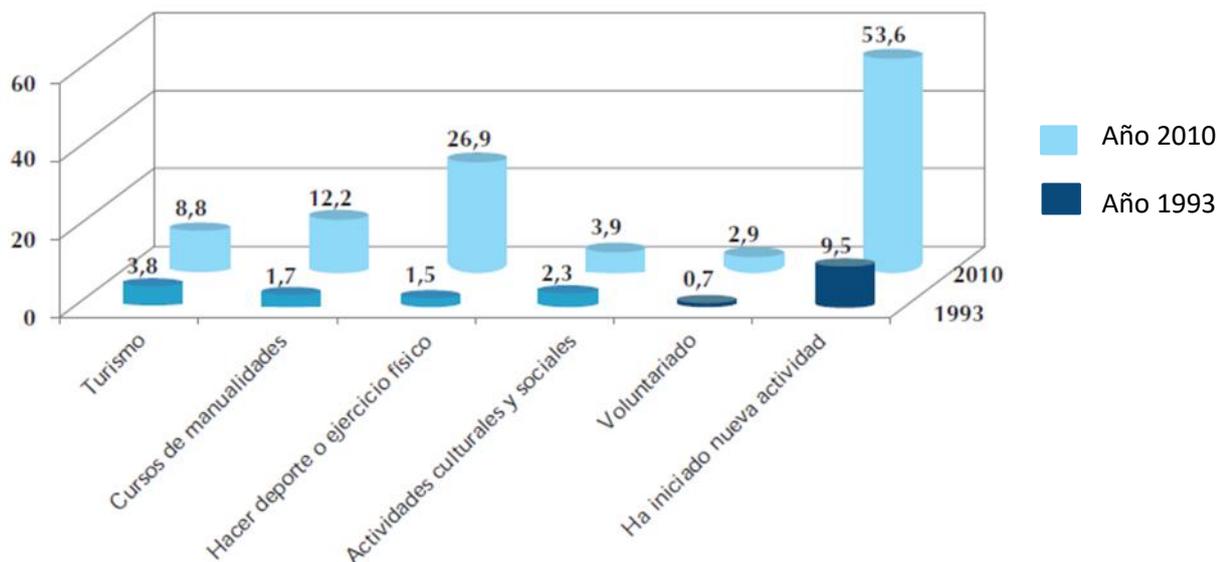
### **El voluntariado como elemento imprescindible del envejecimiento activo.**

Como ya he comentado, la jubilación produce un desajuste tanto a nivel de la persona como a nivel social. A nivel de la persona se produce una disminución de la autoestima y una sensación de pérdida de valor social porque toda la dedicación destinada a la sociedad, de repente, parece que no vale, y eso se traslada al ámbito de lo social: pérdida de poder, pérdida de autoridad y pérdida de estatus. Para combatir estas “disfunciones”, en lugar de realizar actividades pasivas, se necesita desarrollar actividades de autosatisfacción que implique a las personas y a la sociedad.

A continuación se contempla una serie de actividades que desarrollan las personas después de la jubilación para seguir sintiéndose “activos” en una sociedad donde se valora mucho lo productivo. La voluntad de

aprendizaje, de tomar la iniciativa... los mayores son los que eligen ser la causa de su transformación porque hay algo dentro que les llama para aprovechar cada instante de la vida.

Gráfico 3. Actividades nuevas iniciadas después de la jubilación o a partir de los 65 años, 1993 y 2010.



Fuente: CIS-IMSERO (2010): Apoyo informal a las personas mayores, 1993. IMSERSO: EPM. Extraído del Libro Blanco de Envejecimiento activo (2011). He incluido la leyenda ya que no se encontraba en el original.

A la hora de interpretar el gráfico vemos una mayor tendencia, por parte de las personas mayores, hacia las actividades que tienen que ver con el ejercicio físico que con las actividades manuales. Esto se aprecia ya que podríamos decir que el ejercicio y el turismo van juntos, si el ejercicio físico es favorable hay una predisposición a la hora de hacer turismo y, si no, puedes sostener el ejercicio físico mediante el deporte.

Las actividades sociales van aumentando respecto a los primeros años y es en la Fundación Rey Ardid, a fecha de 2017, donde va ascendiendo el número de personas mayores que acuden para hacer una actividad social. Como observamos, se está dando un cambio social en estos últimos años y está claro que el voluntariado va ascendiendo como opción respecto al año 1993.

Pero a pesar de que el voluntariado abarca un extenso abanico de grupos de personas que pueden ofrecer ayuda, es la actividad menor escogida por las personas en edad de jubilación. Puede que exista un potencial latente de personas interesadas que quieren participar en actividades de voluntariado pero que no esté visible. Al ser la actividad menos distinguida, nos da la clave de que algo falla en la oferta, en el trabajo que se hace con las personas mayores a través de las organizaciones de acción social, y que hay que empezar a trabajar con ellas para construir puentes para que se vayan incorporando a este tipo de actividad.

También decir que este tema está poco tratado, de hecho, lo más reciente ha sido el gráfico sobre "Actividades nuevas iniciadas después de la jubilación o a partir de los 65 años" que desde el IMSERSO han plasmado en el Libro Blanco del Envejecimiento Activo.

Joan Subirats (2011) explica en el Libro Blanco del Envejecimiento Activo que existen diversos factores estructurales y personales en la participación social de las personas mayores:

En lo que concierne a los factores estructurales, si los individuos tienen un mayor nivel de educación tienen más probabilidades de que participe en organizaciones de voluntariado. También decir que, a medida que avanza la edad biológica, la participación en tareas de voluntariado es menor y que el género que predomina en el voluntariado es el femenino. En lo que compete a los factores personales, “las condiciones económicas son responsables de las diferencias de participación entre los mayores que las condiciones de salud, a pesar de que su influencia sea igualmente destacable. Así, las personas mayores que valoran más su estado de salud son más susceptibles de realizar actividades de voluntariado organizado” (Subirats, 2011).

La actividad de hacer deporte junto a la realización de talleres de manualidades, forman un importante papel entre los adultos mayores (véase gráfico 3), pero la implicación social también influye en su calidad de vida y en su integración en la sociedad. Además, implicarse como persona voluntaria contribuye a ayudar a las personas más vulnerables y, al mismo tiempo, ayudarse a ellos mismo potenciando sus capacidades, fortaleciendo sus conocimientos y avivando sus experiencias de vida; los adultos mayores pueden ser piedras de apoyo para nuestro entorno.

Pero, ¿qué es el voluntariado? La Ley Estatal del Voluntariado de 14 de octubre de 2015 define voluntariado como “aquella actividad de interés general, realizada por personas físicas de manera solidaria, libre y sin contraprestación económica o material”, pero quiero resaltar la definición de voluntariado social que apunta la Ley 9/1992 del Voluntariado Social de la Comunidad Autónoma de Aragón que dice así: “el voluntariado social es toda persona física que, por decisión propia, de forma desinteresada y responsable, y por motivaciones inspiradas e principios de solidaridad y participación, dedica parte de su tiempo a actividades de acción social [...]”. La definición de la CA de Aragón subraya la motivación y la actitud de los individuos para introducirse a la tarea del voluntariado, motivaciones que estudiaré a lo largo de esta investigación.

La actitud de las personas en edad de jubilación es muy importante, si es inexistente no conocerán su potencial de transformación y de realización, no serán conscientes de lo que pueden hacer sea cual sea la edad, si hay algo que los mueve profundamente. Por tanto, para involucrarse en las tareas de voluntariado lo importante es querer, querer movilizarse y no ser pasivo; querer adquirir conocimientos, mantener activa la mente y, por supuesto, desarrollar un hábito que se integre en la persona.

El voluntariado en las personas mayores es una decisión propia, es un gesto de autonomía que conlleva ventajas sustanciales no solamente al grupo vulnerable al que se ayuda (Cruz Roja citado por Navajo, 2004):

- *Ventajas sociales* porque siendo voluntario cambia la imagen social que se tiene de ellos y, a su vez, pueden difundir los valores de solidaridad y voluntariado al resto de la población.
- *Ventajas para las organizaciones*, ya que las personas mayores llevan consigo una gran experiencia que se ha ido configurando a lo largo del tiempo y podrían realizar más y mejores programas de intervención.
- *Ventajas para el resto de voluntarios*, ya que fomentan el intercambio generacional transmitiéndoles sus conocimientos y experiencias
- *Ventajas para los propios voluntarios* porque se sienten útiles e integrados en el medio, previniendo riesgos de marginación social y de deterioro fisiológico al igual que de salud mental.

## **Marco normativo.**

La normativa próxima sobre el voluntariado es la Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado. Anteriormente coexistía la Ley 6/1996 pero precisaba de un cambio ya que el perfil del voluntariado y las nuevas necesidades de la realidad social están variando.

La Ley 45/2015 integra principios, valores y dimensiones que fundamentan la acción voluntaria. Los valores se resumen en: igualdad; libertad; solidaridad; defensa del bien común y de los derechos recogidos en la Constitución; equidad, justicia y cohesión social; los que fundamenten el despliegue solidario y participativo de las capacidades humanas. Los principios se resumen en: libertad; participación; solidaridad; complementariedad de las Administraciones públicas; independencia en la gestión; gratuidad en el servicio que presta; eficiencia para optimizar los recursos; igualdad de oportunidades de hombres y mujeres; no discriminación; la accesibilidad de las personas con discapacidad, de las personas mayores y de las que están en situación de dependencia; entre otros.

Quiero añadir que además del voluntariado social, se amplían a otros ámbitos de actuación: voluntariado internacional; ambiental; cultural; deportivo; educativo; socio-sanitario; de ocio y tiempo libre; comunitario y de protección civil (artículo 6).

En cuanto a los voluntarios, favorece el voluntariado a personas menores de edad, siempre y cuando exista el consentimiento paterno; y favorece el voluntariado de individuos mayores, discapacitados o dependientes. Por otra parte, no podrán ejercer voluntariado los condenados por delitos de violencia de género, contra la libertad sexual, trata y explotación, en áreas de menores, jóvenes o familias.

Acerca de las entidades de voluntariado son personas jurídicas que están legalmente constituidas e inscritas en los Registros, carecer de ánimo de lucro, que desarrollan actividades integradas por personas voluntarias mediante proyectos de interés general. También se consideran entidades de voluntariado aquellas del Tercer Sector que colaboran con las Administraciones Públicas.

En la ley vigente, existe un nuevo marco legal de cooperación entre las Administraciones Públicas y las entidades de voluntariado, en ellas se acentúan la relación mutua para integrar sus actuaciones y así optimizar la acción voluntaria.

## 6. Fundación Rey Ardid.

La Fundación Rey Ardid, es una entidad sin ánimo de lucro encaminada a atender, proteger e integrar en la sociedad a personas en situación de vulnerabilidad y exclusión social.

### ) Misión/Visión.

Rey Ardid está compuesto por un conjunto de organizaciones que desarrollan actividades dirigidas a la atención, cuidado e integración de personas vulnerables, originando servicios para facilitar una mayor autonomía personal, mediante una gestión eficiente de los recursos disponibles. Realiza su labor con una visión innovadora, capaz de mejorar los procesos de inclusión de personas vulnerables y con un principio firme: situar siempre a las personas en el centro de todas sus actuaciones (Memoria Rey Ardid, 2016).

### ) Áreas de la Fundación Rey Ardid.

La Fundación ha seguido una trayectoria de inclusión de personas vulnerables tanto dentro como fuera de la crisis de Estado desarrollando su atención en personas con enfermedad mental, personas mayores, personas en situación de dependencia, personas en riesgo de exclusión, personas con discapacidad y personas en procesos formativos (Manual de acogida de Rey Ardid, 2017).

También desarrolla su actividad en múltiples áreas diferenciadas pero relacionadas entre sí, de esta manera proporcionan programas de atención y rehabilitación más completos que favorezcan la integración de personas con dificultades en su entorno social, vital y laboral.

- ❖ Soy Hogar.  
Servicio de atención a domicilio que ofrece aseo diario, preparación de comida, acompañamiento, tareas a domicilio... además incorpora el servicio de Teleasistencia.
- ❖ Salud Mental.  
Atención directa a personas afectadas de trastorno mental grave a través de servicios para cubrir todas sus necesidades.
- ❖ Mayores.  
Atención integral e individualizada a personas mayores con el objetivo de mejorar o mantener su actual grado de autonomía.
- ❖ Menores.  
Proporcionan a los menores un entorno estructurado, seguro, protector, educativo y terapéutico que responda a sus necesidades sociales, emocionales y de salud.
- ❖ Formación.  
Ofrece acciones formativas abiertas a la población en general para su incorporación al empleo a través de una formación adecuada a las necesidades del mercado laboral.
- ❖ Integración y empleo.  
Atención de personas en riesgo de exclusión para facilitar la posibilidad de alcanzar el desempeño laboral en una empresa ordinaria
- ❖ Emprey.  
La Fundación agrupa todas las empresas sociales de Rey Ardid, creadas con el fin de generar oportunidades de empleo para las personas con discapacidad y en riesgo de exclusión.

## ) Voluntariado.

El Grupo Rey Ardid es una entidad que acoge a todas las personas que quieren colaborar en la ayuda de personas por eso cuenta con un amplio abanico de personas voluntarias que colaboran con la Fundación para mejorar la calidad de las personas. Los servicios que prestan los voluntarios son (Memoria Rey Ardid, 2016):

- ❖ Apoyo en actividades de ocio y tiempo libre en centros y residencias para personas mayores.
- ❖ Amparo en actividades ocupacionales.
- ❖ Dinamización en campamentos y colonias de verano.
- ❖ Sensibilización social
- ❖ Acompañamiento a personas mayores.
- ❖ Participación en el Programa de Voluntariado europeo mediante la acogida de voluntarios procedentes de otros países.
- ❖ Recibimiento de voluntarios de otros países y delegación de voluntarios españoles a distintos países para su colaboración en programas sociales.

Por todas estas cosas resulta una interesante caja de resonancia donde encontrar un voluntariado variado no adscrito a un solo campo de intervención.

## 7. Programas.

Existen programas que promueven la participación de las personas mayores, dentro de la Comunidad Autónoma de Aragón, el Instituto Aragonés de Servicios Sociales ha impulsado un programa de envejecimiento activo cuyo objetivo es “aportar una visión optimista de la longevidad, derribar falsos mitos, mejorar hábitos y motivar la vida activa” (IASS, 2017).

### **- Programa de envejecimiento activo.**

El programa va dirigido a todas las personas mayores socias de un Hogar de la Red Autonómica y a personas mayores de 60 años titulares de una pensión. Su objetivo es promover la participación activa de las personas mayores en las actividades que fomentan el envejecimiento positivo y que están establecidas en los centros del IASS. Cada actividad comprende cuatro áreas:

- Actividad física para aumentar la esperanza de vida libre de discapacidad.
- Área cognitiva para alentar y mantener la agilidad mental.
- Nuevas tecnologías para familiarizarse con el manejo de las nuevas tecnologías.
- Área de crecimiento personal para potenciar las capacidades personales y sociales.

En lo que concierne al municipio de Zaragoza, el Ayuntamiento cuenta con diversos recursos con los que pueden contar los adultos mayores que favorecen el envejecimiento activo:

### **- Programa de participación y colaboración de los centros de convivencia.**

El programa se imparte en los centros de convivencia de la ciudad de Zaragoza, consiste en que las personas “mayores” ayuden a otros que necesitan ayuda. Así, prospera su desarrollo personal y social a través de la participación en actividades solidarias. Colaboran en proyectos culturales, comunitarios, sociales y solidarios donde pueden exteriorizar sus experiencias y conocimientos adquiridos (Ayuntamiento de Zaragoza, 2017).

### **- Dinamización tecnológica.**

Zaragoza cuenta con personas mayores voluntarias que contribuyen a la dinamización tecnológica de socios y socias de la red de Centros de Convivencia. Los adultos mayores pueden explicar el uso del ordenador a los socios de la red y les animan a descubrir la utilidad de la informática en su vida diaria.

Y, ¿en qué programas se sustentan las voluntarias entrevistadas de Rey Ardid? El plan de voluntario 2017-2019 de la Fundación (2017) sostiene que la gran dispersión geográfica y las numerosas actividades que realiza hacen necesario que el equipo de profesionales que atienden a las personas voluntarias, trabajen con las mismas claves hacia un objetivo común. Las actividades realizadas por Rey Ardid con colaboración con los voluntarios se clasifican en distintos programas:

1. Programa lúdico terapéutico.
2. Programa de acompañamiento.
3. Programa de ocio, tiempo libre y deporte.
4. Programa formativo.
5. Banco de alimentos.

El Centro Club Social comprende dos programas, el programa de ocio, tiempo libre y deporte y el programa lúdico- terapéutico, siendo este donde realiza su actividad una de las voluntarias de la investigación.

### 1. Programa lúdico-terapéutico.

Comprende una serie de actividades y talleres encaminados a mejorar el rendimiento cognitivo y funcional. Se interviene en funciones intelectuales cómo la percepción, la memoria, el lenguaje, la atención, funciones ejecutivas, razonamiento...

Las actividades realizadas mejoran la autoestima, las habilidades sociales e incrementan la calidad de vida de las personas consiguiendo de manera individualizada y grupal el mayor nivel de autonomía funcional, integración comunitaria y de soporte social. La actividad realizada por la voluntaria es la *actividad artística y expresiva* donde se enseña la práctica del dibujo.

La voluntaria de la Residencia Delicias realiza sus actividades dentro del programa lúdico terapéutico (jardinería) y del programa de acompañamiento (acompañamiento en salidas).

### 2. Programa de acompañamiento.

Servicio que pretende dar respuesta a la necesidad de las personas y evitar la dificultad de descanso de quienes cotidianamente cuidan a estas personas. Tiene como objetivo favorecer el desarrollo de la autonomía personal e integración en la sociedad.

Las voluntarias de la Residencia Belchite efectúan su actividad dentro del programa lúdico terapéutico. Trata de realizar una lectura sobre temas interesantes o personajes históricos. Añadir que en la residencia también está implantado el programa de ocio, tiempo libre y deporte.

Finalmente, el Banco de alimentos con el programa “Banco alimentos”, las voluntarias realizan la actividad de recogida y reparto de comida.

### 3. Programa Banco Alimentos.

Programa encargado de distribuir alimentos a las personas más desfavorecidas.

Quiero destacar también el papel de Obra Social La Caixa ya que realiza actividades relacionadas con la salud y bienestar; informática y comunicación; participación social y voluntariado y de desarrollo personal y ciclo vital para incentivar el envejecimiento activo. A continuación, voy a presentar la actividad de participación social y voluntariado ya que se vincula con mi investigación.

#### ***Participación social y voluntariado.***

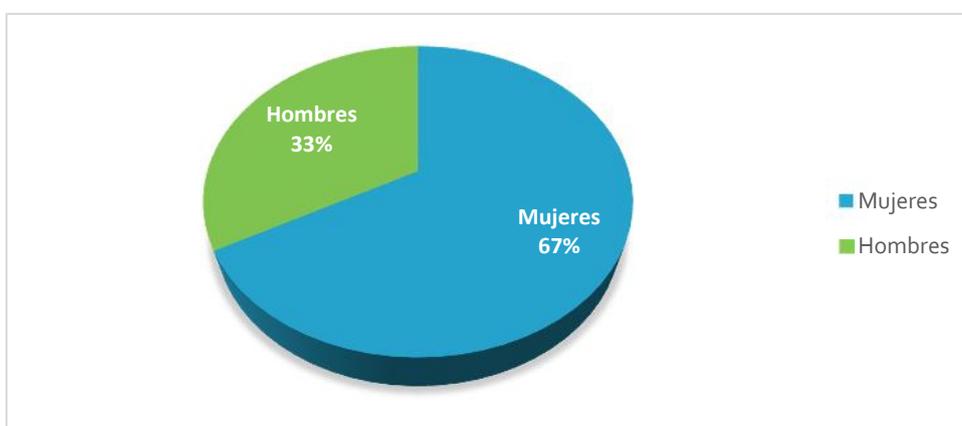
En la Obra Social La Caixa se les ofrece formación a los mayores adultos para que puedan desarrollar su voluntariado y puedan aportar apoyo a otras personas de la sociedad más vulnerables. También es un camino para que ofrezcan sus conocimientos y experiencias a las personas que lo puedan necesitar, así, refuerzan el sentimiento social y participativo de la persona mayor, cooperando en la mejora de las necesidades de la sociedad (Obra Social la Caixa, 2017).

## 8. Desarrollo de la investigación.

Al principio de la investigación, Cristina, la Coordinadora del Voluntariado de Rey Ardid, me facilitó una primera base de datos de los voluntarios de la Fundación del año 2016. En esta base se revelaba que existía un total de 70 voluntarios distinguiéndose el sexo y su área de actuación. También había datos de la edad, ocupación y estudios de los voluntarios pero estaban incompletos.

Continuando con el trabajo, Cristina, quien me ha permitido seguir adelante con el trabajo a través del acceso de los datos manteniendo el anonimato, me remite la base de datos del año 2017 donde se revela el sexo, la edad y el área de actuación de 100 voluntarios que ejercen su acción en la Fundación. Una vez extraídos los datos de los voluntarios de la base de datos de 2017 procedo a su análisis y comparativa con otros estudios relacionados con el tema.

Gráfico 4. Total personas voluntarias de la Fundación Rey Ardid.

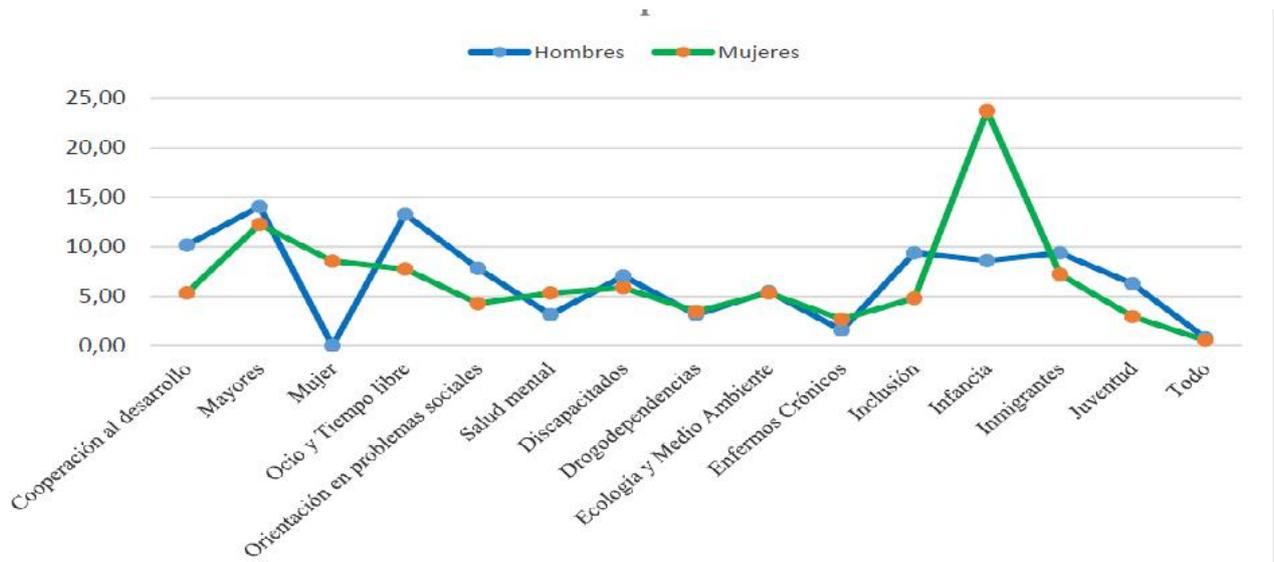


Fuente: *Elaboración propia.*

La Fundación Rey Ardid está integrada por un total de 100 voluntarios, en los que 67 son mujeres y 33 hombres. Como podemos ver, más de la mitad de los integrantes son mujeres pero no solamente en esta investigación se observa un mayor número de mujeres en el campo del voluntariado, el estudio de *La acción voluntaria de 2016* de la Plataforma Española del Voluntariado (2017) revela la feminización que existe en el voluntariado, siendo el índice de voluntariado de las mujeres de un 9,9% y el de los hombres de un 8,7%.

A continuación, mostraré los campos de preferencia de los voluntarios según sexo de la Comunidad Autónoma de Aragón. Puesto que no ha sido posible acceder a los datos de la Coordinadora Aragonesa del Voluntariado, en esta ocasión, tomaremos por referencia el trabajo fin de grado que se hizo con ellos en 2015:

Gráfico 5. Preferencias del campo de voluntariado en Aragón, 2015



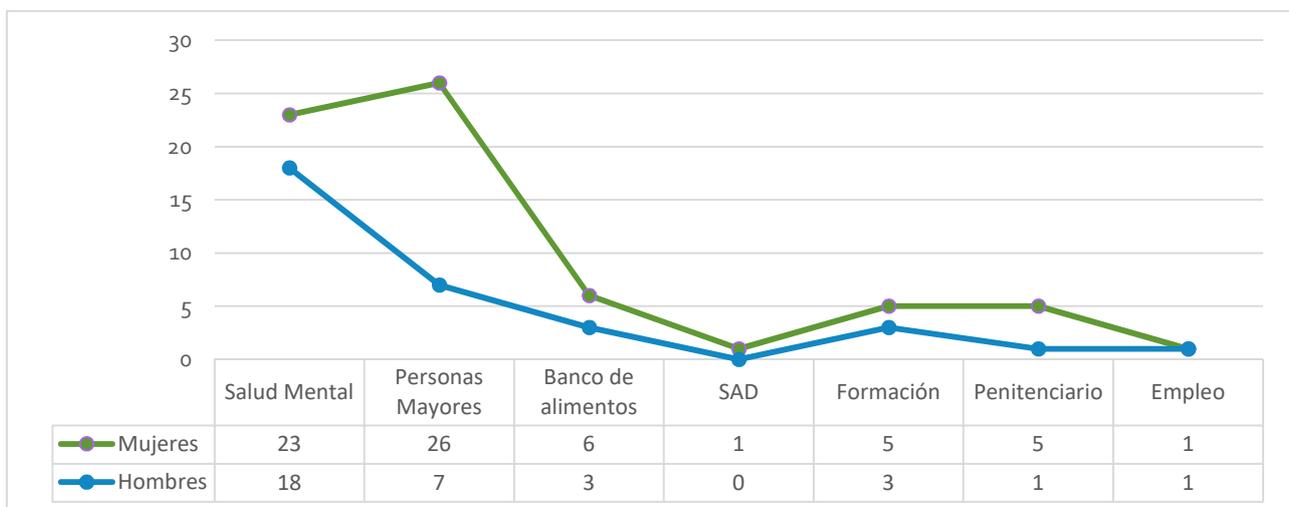
Fuente: *Motivaciones, expectativas y campos de preferencia antes de hacer voluntariado* (Sanz, 2015)

A partir del Trabajo Fin de Grado “*Motivaciones, expectativas y campos de preferencia antes de hacer voluntariado*” que se hizo con los datos a la vista de la Coordinadora Aragonesa del Voluntariado del año 2015, en general, se observa que los hombres tienden más hacia el voluntariado de personas mayores y de ocio y tiempo libre y las mujeres al que tiene que ver con cuestiones relativas a la inclusión social, a la infancia, a personas mayores y a los inmigrantes. En el voluntariado de Mayores sí que se contempla que tanto hombres como mujeres lo toman por igual.

Los campos de menos interés para ellas son los de enfermos crónicos y los hombres ven menos atrayente los campos de ayuda a la mujer y a enfermos crónicos.

Ahora, entrando con los voluntarios de la Fundación Rey Ardid, veo que, dentro de sus programas, los hombres y mujeres se inclinan más hacia el voluntariado de mayores y salud mental.

Gráfico 6. Campo de preferencia de los voluntarios de Rey Ardid (2017).

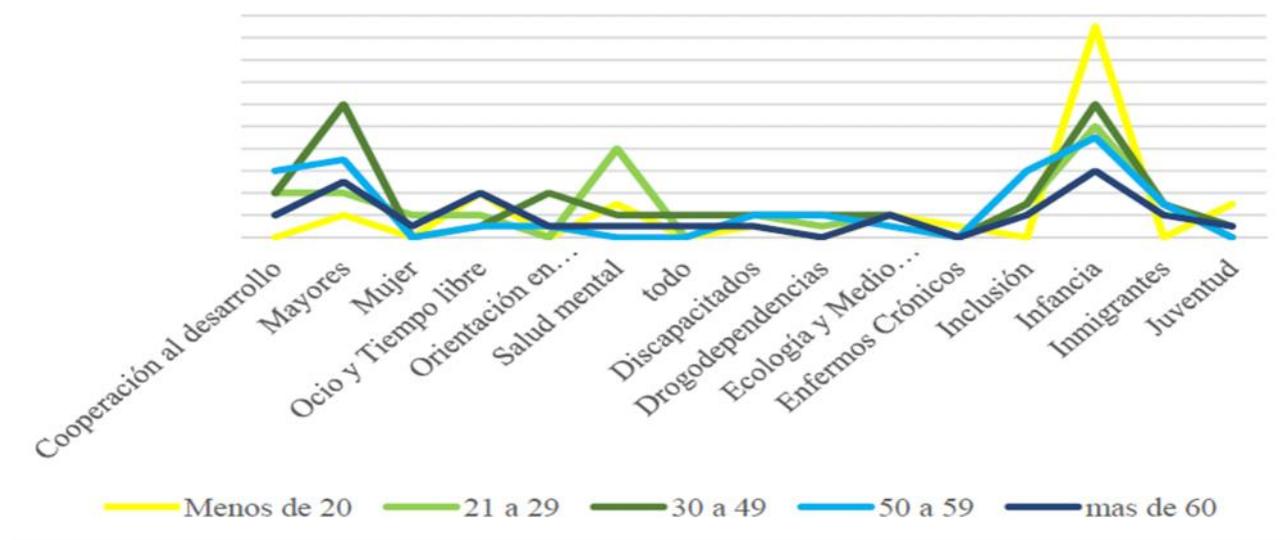


Fuente: *Elaboración propia.*

Se nota una gran diferencia entre el número de voluntarios masculinos y femeninos que se centran en las personas mayores, 26 mujeres realizan su acción en este área sobre un número de 7 hombres. En el resto de los campos existe mayor equidad en el número de voluntarios masculinos y femeninos siendo el Empleo el sector con un número igualitario de hombres y mujeres.

Ahora mostraré las diferencias del campo de intervención de los voluntarios de la Comunidad de Aragón con los voluntarios de la Fundación según tramos de edad:

Gráfico 7. Campo de intervención preferente según edad en Aragón (2015).



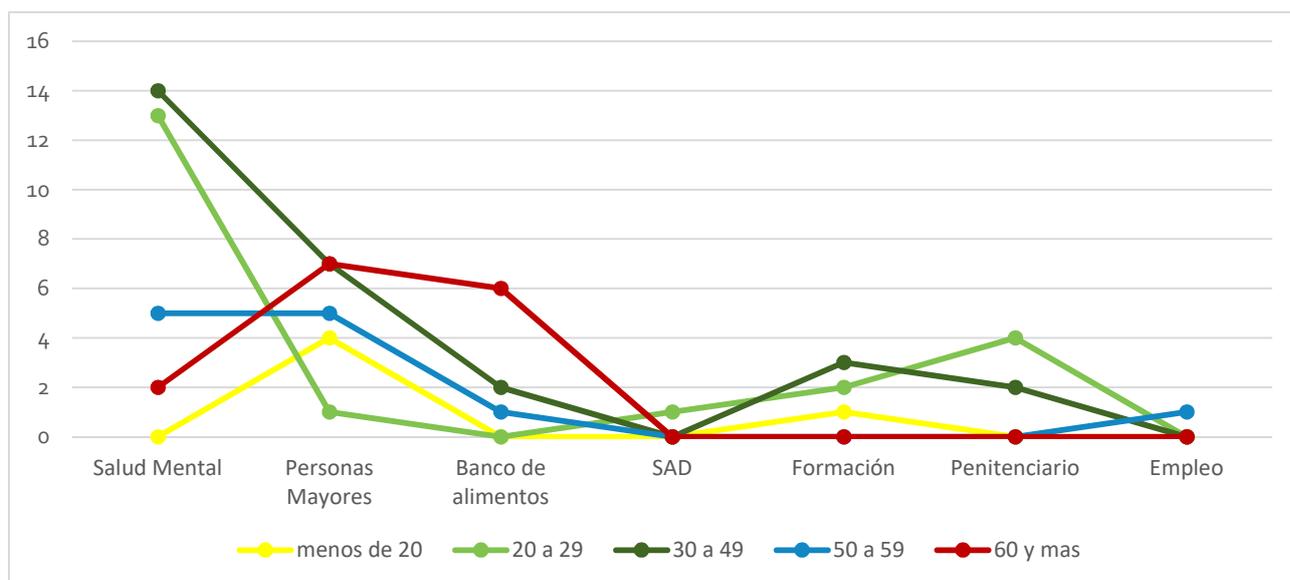
Fuente: *Motivaciones, expectativas y campos de preferencia antes de hacer voluntariado* (Sanz, 2015).

Si nos fijamos, el voluntariado de 60 años o más es un voluntariado muy flexible a la hora de distribuirse, ya que se dirige hacia todos los campos.

Vemos que las personas voluntarias próximas a la jubilación y ya jubiladas de Aragón se interesan mucho por el campo de la Infancia, es aquí cuando se ve reflejado la etiqueta que atribuye la sociedad a los voluntarios “mayores” respecto su inclinación hacia el campo de Mayores.

Si observamos el gráfico de los voluntarios de Rey Ardid por tramos de edad, es cierto que hay una parte significativa de voluntarios de más de 60 años que dirigen su actividad con personas mayores, pero también les interesa la salud mental y el banco de alimentos. Quiero destacar que según el estudio general del año 2015, existe una tendencia por parte de las personas mayores de 60 años hacia el área de la Infancia y, al investigar más hacia los voluntarios de Rey Ardid -a través de las entrevistas que veremos a continuación-, sí he podido detectar, en algún caso, que si hubiera área de infancia dentro de la Fundación se involucrarían con agrado.

Gráfico 8. Campo de intervención preferente según edad en Rey Ardid (2017)



Fuente: *Elaboración propia.*

Cristina, a través de su entrevista, abala que las personas mayores que acuden a la Fundación, dirigen su voluntariado hacia las áreas de mayores.

“Las personas mayores se suelen centrar, dentro de nuestros programas, en personas mayores porque creo que tienen padres mayores, ya saben cómo va la cosa [...] entonces es en mayores pero porque ellos ven la necesidad que hay porque la conocen o porque sienten que dentro de unos años ellos van a estar en esa situación, o porque tienen padres que los necesitan y ya saben lo que es la soledad, el mundo de la residencia si no tienes familia...”

A continuación, entraré a profundizar en las entrevistas de los voluntarios de la Fundación Rey Ardid.

Mi investigación toma un carácter exploratorio e, inicialmente, me hubiera gustado entrevistar a un número igualitario de hombres y mujeres pero ningún hombre ha querido participar en la investigación. Así pues, la entrevista va focalizada a las siete mujeres que han accedido a tomar parte del estudio y las consideraré de la siguiente manera:

Voluntaria 1: Residencia Delicias.

Voluntaria 2: Salud Mental

Voluntaria 3: Residencia de Belchite 1.

Voluntaria 4: Residencia de Belchite 2.

Voluntaria 5: Residencia de Belchite 3.

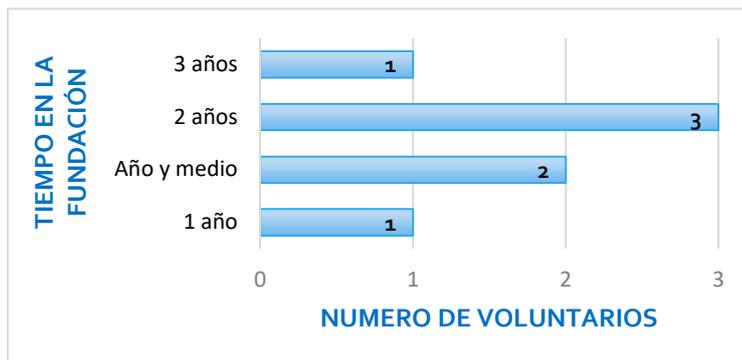
Voluntaria 6: Banco de Alimentos 1.

Voluntaria 7: Banco de Alimentos 2.

### ¿Cuánto tiempo llevan como voluntarias en la Fundación Rey Ardid?

El tiempo de permanencia en la Fundación implica que existe cierta responsabilidad en la tarea y una aceptación del funcionamiento organizativo. Las entrevistas revelan que sólo una de las voluntarias sobrepasa los dos años colaborando en la asociación (3 años); las voluntarias 1, 3 y 5 llevan en Rey Ardid dos años; las voluntarias del Banco de Alimentos un año y medio y, la voluntaria 7, solamente un año. Realizo un gráfico para facilitar la imagen del tiempo que llevan las entrevistadas como voluntarias.

Gráfico 9. Tiempo (en años) que llevan en Rey Ardid como voluntarios.



Fuente: *Elaboración propia.*

### ¿Cuánto tiempo le dedican a tarea de voluntario?

Analizando las entrevistas, observo que las voluntarias que a día de hoy siguen trabajando (Voluntarias 1 y 7) quieren pasar más tiempo realizando su tarea pero, por motivos laborales, no pueden participar todo lo que a ellas les gustaría.

“Voy muy poco porque no tengo tiempo, estoy muy ocupada. Hay que comer todos los días y para comer hay que trabajar, no queda otra.” Voluntaria 1.

Por otro lado, las voluntarias 3 y 5, de la Residencia de Belchite, sólo acuden al centro 2 horas mensuales ya que en el Centro actúan un amplio número de voluntarios. Finalmente, la voluntaria 4 acude al Centro Residencial ocasionalmente porque no se siente a gusto en el ámbito de intervención donde actúa.

“No acudo mucho porque para mí es muy desagradable” Voluntaria 4.

Observo que las personas ya jubiladas tienen mayor tiempo libre que las personas que aún no lo están y tienen libertad suficiente para utilizar ese tiempo cuando ellos gusten ya que no tienen tantos compromisos ni obligaciones. Por otro lado, las voluntarias que trabajan afirman que cuando lleguen a la jubilación permanecerían más tiempo en el Centro donde practican voluntariado.

### ¿Han sido voluntarias anteriormente?

Las entrevistas me han proporcionado información sobre el nivel de asociacionismo que presentan los voluntarios “mayores” de la Fundación Rey Ardid y cuyo resultado ha sido que, por unanimidad, las 7 voluntarias entrevistadas NO han ejercido el voluntariado hasta hoy, por lo cual, la Fundación Rey Ardid es la primera organización en la que han participado.

Si es cierto que las voluntarias 5 y 7 han participado en otras actividades que pueden inducir la voluntariedad y quieran exteriorizar sus nociones hacia la labor del voluntariado.

“Alguna vez he intervenido en grupos escolares para hacer cosas, juegos y eso pero no he hecho nunca voluntariado”. Voluntaria 5.

“He estado en grupos de jóvenes pero eran grupos de catequesis para la comunión o confirmación”. Voluntaria 7.

La persona voluntaria busca poder realizar actividades ajustadas a sus intereses personales y lo quiere hacer en una Institución que le acoja con cariño, donde los Coordinadores sientan interés por su bienestar para que se sientan cómodos y con cierta autonomía para poder desempeñar su tarea, como relata Cristina:

“He creado una red en la que ellos tengan la confianza suficiente para decirme que algo falla, que no están a gusto, es decir, hay un contacto directo para saber cómo están ellos y para saber cómo va la actividad [...]”.

### ¿Cuáles son las principales motivaciones que llevan a la decisión de hacerse voluntario?

Con el fin de indagar en la idea de obtener razones suficientes para tomar la decisión de hacerse voluntario en personas en edad próxima a la jubilación, a través de Cristina pude tener una idea general sobre las motivaciones de las personas en edad de jubilación para involucrarse en el voluntariado. Cristina, pone en relieve que la única motivación de estas personas es ocupar su disponibilidad del tiempo y convertirlo en algo productivo.

“La gente en edad de jubilación el problema que tiene es que ha estado trabajando normalmente 40 horas semanales, más la casa, más la familia...y de repente se encuentra con que esas 40 horas semanales desaparecen y tienen mucho tiempo libre, se les cae la casa encima. Hay personas que no saben qué hacer con su tiempo, no pueden hacer nada, no saben qué hacer y buscan el voluntariado para hacer cosas”.

Pero tras las entrevistas he podido comprobar que ésta no ha sido la única motivación de las voluntarias de Rey Ardid, por norma general, hay muchas más motivaciones expresadas.

Tres de las entrevistadas (voluntarias 2, 3 y 4) tienen como hobby la lectura y la pintura y esta pasión la están aplicando en su tarea de voluntariado, es esta una de las razones por las que desean colaborar en la Fundación.

Otra de las principales razones para involucrarse en el voluntariado, que tienen tres de las entrevistadas por igual (voluntarias 3, 5 y 7), es por solidaridad, para ayudar a colectivos en situación de vulnerabilidad.

“Me gusta hacer muchas cosas de colaboración, de solidaridad. Me gusta gastar una parte de mi tiempo para ayudar a los demás.” Voluntaria 3.

Para la voluntaria 1, la principal razón por la que tomó la decisión de hacerse voluntaria fue para encontrarse más cerca de su madre que está interna en la residencia. Le sigue la motivación de aplicar y desarrollar los conocimientos adquiridos de su actual profesión, al igual que para la voluntaria 2. Hoy en día, cuando los individuos se acercan a la jubilación con plenas facultades, necesitan proyectar sus capacidades y habilidades hacia el exterior, de esta manera evitan ser seres ociosos a partir de la jubilación.

Solamente una de las entrevistadas (voluntaria 4) reconoce que su principal motivación se justifica porque necesita hacer algo para ocupar el tiempo libre, algo para entretenerse debido a su jubilación.

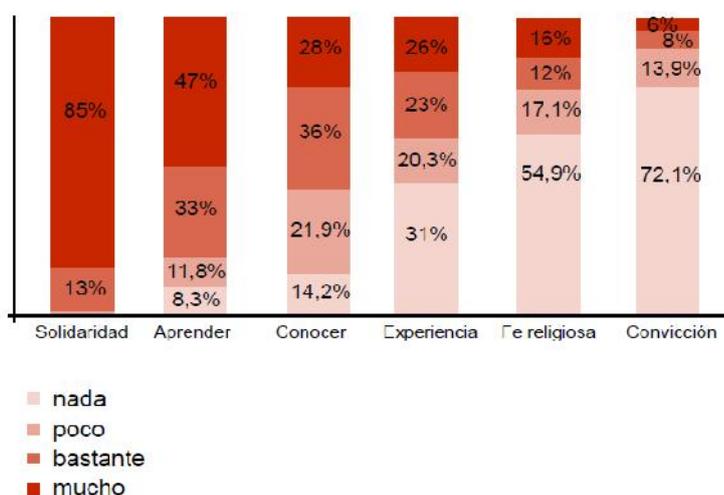
Confirmando también la presencia de una persona (voluntaria 6) que plantea su cooperación como una terapia, como un medio para solventar sus problemas personales. Digamos que es más bien un “paciente” de la institución que realmente un voluntario.

“Mi motivación para hacerme voluntaria es porque me encontraba muy baja de moral, un poco depresiva porque habían fallecido mis dos padres en 8 meses”. Voluntaria 4.

Así pues, ayudar a colectivos vulnerables y poner en práctica lo que más les gusta, sus hobbies, son las razones más importantes que justifican la decisión de hacerse voluntario. Le sigue la de continuar con la actividad de su profesión, tiendo la sensación de que los individuos añoran su época activa del mundo laboral y el interés de dedicarse a realizar algo de utilidad para ocupar el tiempo libre aludiendo a las personas ya jubiladas.

Quiero resaltar que apenas se explican motivos religiosos para decidir hacer voluntariado en mi investigación. Como resalta el estudio realizado por la Plataforma del Voluntariado *Así Somos: el perfil del voluntariado social en España* (2013), se están produciendo continuas transformaciones respecto a las motivaciones del voluntariado. Las convicciones religiosas a la hora de hacer voluntariado (16%), a nivel nacional, están en retroceso al igual que las convicciones políticas (6%).

Gráfico 10. Valoración de las motivaciones para decidir hacer voluntariado. (PVE)

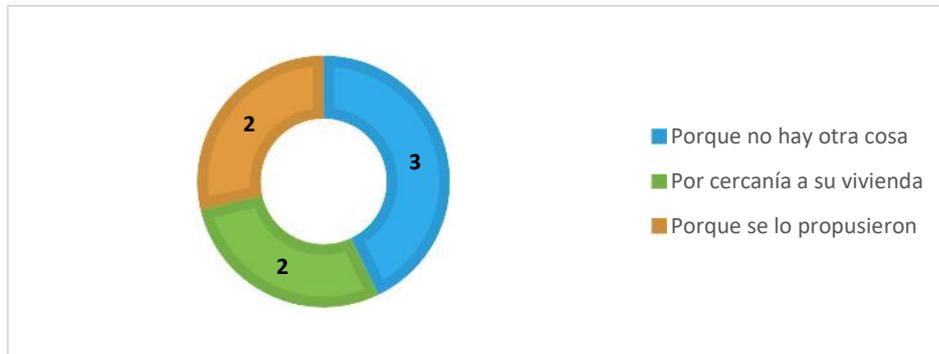


Fuente: *Así Somos: el perfil del voluntariado social en España* (2013).

### ¿Por qué motivos decidieron actuar en su campo de intervención actual?

Una vez conocidos los campos de actuación de todos los voluntarios de Rey Ardid, es necesario averiguar la razón por la que las voluntarias entrevistadas escogen las áreas en las que asumen estar trabajando. Para que resulte más expresivo lo interpreto a modo de gráfica.

Gráfico 11. Motivos del campo seleccionado.



Fuente: *Elaboración propia.*

Así pues, las tres voluntarias de la Residencia de Mayores de Belchite cuentan que actúan en la residencia porque se lo propusieron y porque en su pueblo “no hay otra cosa”, sostienen que si en el pueblo se realizara otra actividad de acción social participarían sin pensarlo.

“En el pueblo no se puede elegir qué actividad de voluntariado te gustaría más, tienes que ceñirte a esto, no hay otra cosa.” Voluntaria 5.

Ante esta situación, el CIS propone, en su marco de actuación para las personas mayores (2014), implantar medidas de participación solidaria para que las personas mayores que continúan en buenas condiciones de salud, tengan la oportunidad de contribuir con su experiencia en hacer algo por el pueblo. Está claro que depende de donde residan variarán las actividades del voluntariado, pero los ciudadanos de los pueblos deberían tener la oportunidad de elegir en qué tipo de programa de voluntariado les gustaría colaborar.

Las voluntarias del Banco de Alimentos han escogido ese campo por cuestión de cercanía a su vivienda. Los voluntarios mayores prefieren no tener que desplazarse y buscan la comodidad dentro de lo posible para realizar las labores de voluntariado.

La voluntaria 2 aplica su labor en Salud Mental porque un conocido estaba de voluntario en Rey Ardid y, al ver que era una experiencia gratificante, se lo propuso. Las influencias externas como pueden ser familiares, amigos o conocidos pueden ser una plataforma para comenzar su labor.

Por último, la voluntaria 1 realiza su labor en el campo de las personas mayores porque un familiar cercano se encuentra ingresado en la residencia, entonces la Trabajadora Social del centro le propuso ser voluntaria ya que así podría ir a visitarle más a menudo.

Así pues, nos encontramos que ninguna de las entrevistadas solicitó ser voluntaria por iniciativa propia.

### ¿Cuál es su segundo campo de actuación de preferencia?

Tabla 3. Segundo campo de preferencia de las voluntarias entrevistadas.

Voluntaria	Área de intervención actual	Segundo campo de preferencia
1	Personas Mayores	Enfermos crónicos
2	Salud Mental	-
3	Personas Mayores	Infancia
4	Personas Mayores	Infancia
5	Personas Mayores	Discapacitados
6	Banco de alimentos	Infancia
7	Banco de alimentos	Infancia

Fuente: *Elaboración propia.*

Al preguntarles por el segundo campo que les gustaría escoger para llevar a cabo su actuación, contemplamos que a la voluntaria 1 le gustaría ejercer su acción con enfermos crónicos que se encuentran en hospitales y La voluntaria número 5 muestra preferencias por los discapacitados.

La segunda voluntaria no mostró preferencia por ningún campo más allá del que se encuentra en estos momentos, que es el de Salud Mental Al inicio de su voluntariado no estaba muy convencida en centrarse en este campo, pero en función de la experiencia adquirida y con el paso del tiempo ha cogido confianza en dicho campo y ha terminado por encantarle.

En palabras de la voluntaria 2: “cuando empecé yo no sabía por dónde cogerlos, me parecían muy tristes, pero fue bonito porque fui aprendiendo sobre la marcha”.

Finalmente, 4 de las 7 voluntarias entrevistadas afirman que desean actuar en el campo de la Infancia. Como se ha visto contemplado en los datos de Aragón del año 2015, la infancia es el área más llamativa por parte de los voluntarios mayores, y, como es en caso de las voluntarias de la Residencia de Belchite, no realizan voluntariado con menores porque no existe esa posibilidad en el pueblo. Es por eso que no debemos vincular la actuación de los mayores voluntarios en el campo de las personas mayores.

En palabras de la voluntaria 4: “si hubiera un voluntariado de niños hubiera ido sin pensarlo porque los niños me gustan mucho y tengo paciencia con ellos, pero como no hay otra cosa...y como no es plan del salud del pueblo...”

### ¿Qué grado de implicación tienen las voluntarias?

El grado depende de las propias capacidades del voluntario, del tiempo del que dispone y de las necesidades de la propia entidad o centro, así pues, la implicación y participación en las tareas del voluntariado son divergentes entre las voluntarias entrevistadas.

A muchas de las entrevistadas les gustaría implicarse más en las acciones de voluntariado como son las voluntarias 1, 2 y 3, pero por motivos de disponibilidad o falta de necesidad, por parte del centro de

intervención, no pueden hacerlo. Recalcan que siempre que el centro precisa de su ayuda están dispuestas a colaborar realizando actividades que van más allá de su tarea habitual.

“En Navidad me visto de Reina Maga, les llevo bizcocho, chocolatinas y regalitos” Voluntaria 3.

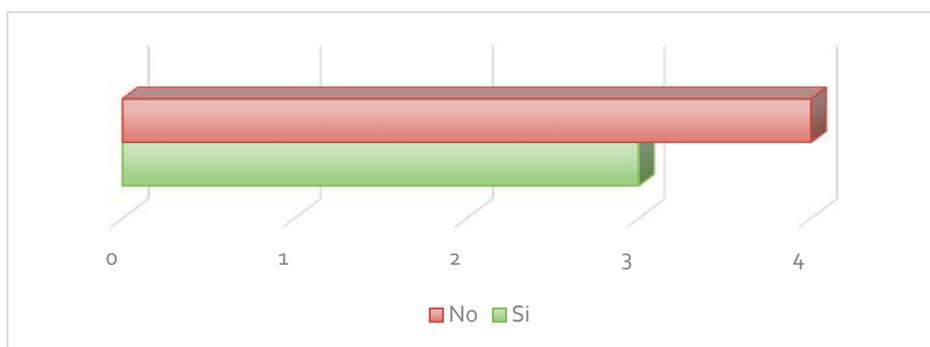
Las voluntarias 6 y 7, del banco de alimentos recalcan que su labor habitual es ordenar y clasificar alimentos en función de las familias que piden ayuda pero, a veces, acuden juntas a talleres de risoterapia que brinda la Fundación.

La voluntaria 5 intenta implicarse más con los ancianos de la residencia, les lee, intenta comunicarse con cada uno de ellos y habla con sus familiares. Por otro lado, la voluntaria 4 intenta incidir en el bienestar de los ancianos de la residencia pero le resulta complicado mantener una conversación por la situación en la que se encuentran los residentes.

“Sólo les leo porque les pregunto y nadie me contesta porque están muy mal”. Voluntaria 4.

### ¿Aplican su experiencia profesional a la tarea del voluntariado?

Gráfico 12. Uso de los conocimientos adquiridos de su (antigua) profesión.



Fuente: *Elaboración propia.*

Como se observa en el Gráfico nº 14, el 4 de las entrevistados (voluntarias 3, 4, y 6) no está aplicando sus conocimientos de su experiencia laboral en su actuación como voluntarios porque su (antiguo) trabajo no tiene nada que ver con su práctica del voluntariado.

Por otro lado, la voluntaria 7 manifiesta que no aplica sus estudios como tal pero sí pone en práctica la capacidad de escucha a otras personas, prestar atención a los demás y la paciencia que su profesión ha requerido.

Quiero resaltar un aspecto importante que la voluntaria 2 ha exteriorizado. Ella, además de aplicar los conocimientos de su experiencia laboral en su práctica del voluntariado, también pone en práctica los conocimientos del voluntariado en su profesión, es decir, es como una cadena de aprendizaje.

Aunque la llegada de la jubilación suponga un importante cambio, debe existir un acercamiento de la persona de todo lo que suponga actividad y participación social. A través de las actividades de voluntariado te permite reflexionar acerca de cómo poner en práctica tu profesión, tus conocimientos, talento y

experiencia al servicio de personas que lo necesitan, provocando una activación en su vida y haciendo que sus facultades adquiridas no se desvanezcan.

### ¿Cuál es el grado de satisfacción personal siendo voluntaria?

Uno de los aspectos más significativos para identificar el agrado de las voluntarias sobre su acción, es el nivel de satisfacción con aquello que tienen que realizar de manera cotidiana. Las voluntarias han expresado que su satisfacción personal haciendo voluntariado es total, muy buena y gratificante y lo han expresado de diversas formas.

La entrevistada 1 afirma que se lo pasa “pipa” y que no cambiaría por nada del mundo su experiencia como voluntaria.

La entrevistada 2 declara: “estoy muy satisfecha, cuando entré y los vi...me dieron ganas de decir yo me voy porque me estoy angustiando. Pero me di tiempo, es todo darse tiempo en la vida y ahora me es muy beneficioso”.

El voluntariado, además de participar en una causa social y/o humanitaria aporta una gran satisfacción vital. El voluntariado aumenta la confianza en uno mismo y, por lo cual, afecta positivamente a la autoestima. Esto lo he corroborado a través de las palabras de la voluntaria 3:

“A mí me estimula y dices...estoy a gusto, estoy contenta conmigo misma”

Como ya he comentado antes, el hacer del voluntariado no solamente sirve para ocupar el tiempo o para salir de la rutina, sino que sirve como terapia, sirve para afrontar tus problemas de la mejor manera. La voluntaria 6 expresa:

“Mi satisfacción es un 10. El fallecimiento de mis padres, que yo había estado toda la vida con ellos, fue tremendo y esto me ha beneficiado mucho aunque sea un día a la semana, te vas a casa nueva”.

Las voluntarias, expresan que siempre reciben más de lo que dan, una afirmación que Cristina corrobora:

“Todos te dicen: gano yo mucho más y me quiero organizar porque quiero seguir viniendo, suena mal pero dicen: quiero venir por mí”.

Aunque la perspectiva es bastante positiva, hay que destacar que no todas las opiniones sobre el ejercicio del voluntariado son buenas, una voluntaria de la Residencia de Belchite, de 71 años, manifiesta:

“Es más lo mal que lo paso que la satisfacción que puedo tener [...] Y lo paso mal aunque no conozca a nadie, solo de ver el ambiente que hay allí, uno en silla de ruedas, otro que se cae, a otro se le cae la baba... que lo paso muy mal de verdad”. Voluntaria 4.

Es una pena que no exista otra área de actuación para los ciudadanos de Belchite ya que son personas que, de forma desinteresada, tratan de ayudar a los demás. Además pueden tener la sensación de que sus capacidades y habilidades realmente se están desaprovechando.

Comparamos la satisfacción de las voluntarias de Rey Ardid con el estudio de la Plataforma del voluntariado de España (2016): *Hechos y cifras del voluntariado en España 2015*.

Gráfico 13. Grado de satisfacción del voluntariado con su labor por tramos de edad (2015).



Fuente: La población española y su implicación con las ONG. PVE. 2015

A nivel general, la satisfacción sobre la práctica del voluntariado es muy alta. Se observa que la satisfacción personal en el grupo de edad de 55 a 64 años es muy buena, pero si nos centramos en el grupo de 65 años o más, su nivel de satisfacción se encuentra de los más bajos. ¿A qué se debe esto?

Podría ser porque los voluntarios no les han facilitado o no han tenido una formación inicial, por parte de las organizaciones, antes de introducirse en el voluntariado o, también, la consecuencia de la práctica inadecuada en un área de intervención que no está hecha para ellos.

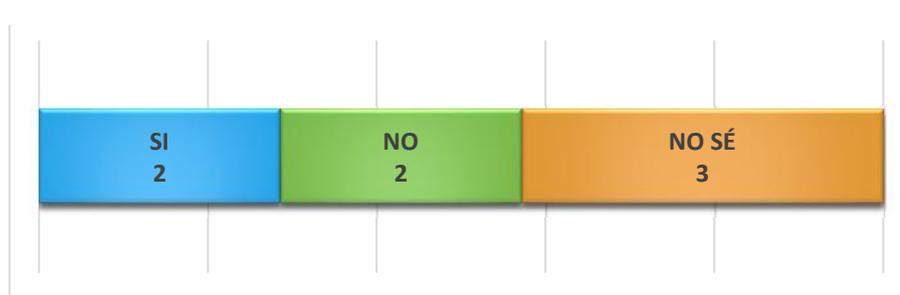
#### ¿Les ha cambiado la calidad de vida por ser voluntarias?

Con el fin de averiguar si los voluntarios han notado mejoras en su calidad de vida, Cristina hizo una aproximación general sobre las mejoras de la calidad de vida de las personas en edad de jubilación al ser voluntarios:

“Su calidad de vida mejora en el sentido de que no sienten ese vacío que notamos cuando no tenemos nada de hacer, por otra parte, calidad de vida en el sentido de que estas ayudando. Muchas veces ellos cuando entran dicen quiero ayudar, quiero hacer algo por los demás y cuando tú al tiempo hablas con ellos y haces una entrevista para ver cómo están te dicen: me ayudan más ellos a mí que yo a ellos, gano más, es que te lo dicen todos, suena mal pero dicen: quiero venir por mí. Ellos vienen contentos y eso significa que la calidad de vida ha mejorado.”

El siguiente gráfico muestra si el voluntariado ha cambiado la calidad de vida de las entrevistadas:

Gráfico 14. Mejoras en la calidad de vida por ser voluntario.



Fuente: *Elaboración propia.*

Al preguntar si han encontrado mejoras en su calidad de vida, tres de las entrevistadas (voluntarias 1, 5 y 7) no se lo había planteado, sin embargo, es una actividad que les gusta, les divierte y les hace reflexionar:

“Me ha hecho pensar, pensar que no somos nada, que, como personas, somos egoístas y que egoístamente tendríamos que hacer todos algo por los demás”. Voluntaria 1.

Dos de ellas opinan que sí que les ha cambiado su calidad de vida a mejor, hacia una perspectiva personal - se sienten más animadas y realizadas- e incluso laboral. Acudir a los centros para hacer voluntariado les ha servido para dedicarse más tiempo a ellas mismas y a seguir manteniendo su vida social, a la que se ha podido ver afectada por la jubilación.

“Estoy muy contenta, entonces los jueves por la mañana iba a trabajar y ahora los jueves por la mañana vengo aquí”. Voluntaria 7.

Por norma general, el voluntariado lo ven como algo positivo, como algo que les puede favorecer anímicamente. Sin embargo, siempre hay una excepción que confirma la regla:

“No me ha mejorado la calidad de vida, lo paso muy mal no te lo puedes ni imaginar, bajo hasta con depresión de ver aquello”. Voluntaria 4.

En definitiva, habiendo visto la opinión de las voluntarias y comparándolas entre sí, dejan claro que el voluntariado es una experiencia gratificante tanto social como personalmente ya que se sienten más realizados consigo mismos y útiles para la sociedad.

#### ¿Se relacionan con voluntarios de generación más joven?

La importancia de las relaciones interpersonales y la comunicación entre voluntarios de generaciones diferentes puede ser un arma eficaz para enriquecer la labor del voluntariado. Por ello, he considerado importante reflejar, la relación interpersonal existente entre los voluntarios jóvenes y mayores. Realizo un gráfico para facilitar su interpretación.

Gráfico 15. Relación interpersonal con voluntarios de generación más joven.



Fuente: Elaboración propia.

De las siete voluntarias entrevistadas, solamente dos de ellas (voluntarias del Banco de Alimentos) tiene buena relación con otros voluntarios de generaciones más joven.

“Mis relaciones son muy buenas, son encantadoras, majísimas, activas...hemos hecho una piña muy maja”. Voluntaria 6.

Las voluntarias 1, 3, 4 y 5 refieren que tienen poco o nulo contacto con otros voluntarios más jóvenes. Este resultado da lugar a un llamamiento a los profesionales de la Fundación para que se fomenten las relaciones entre jóvenes y mayores, porque los mayores pueden proporcionar experiencias de aprendizaje a los de generación más joven.

Por otro lado, la voluntaria 2 alude que no tiene relación con voluntarios de generación más joven pero resalta que sí con voluntarios internacionales que le ayudaban en su tarea.

“Tenía una voluntaria checa, otra que era de Estados Unidos, bueno tuve varios internacionales que algunos hablaban español, otros no, y con un poco de inglés a lo Tarzán o con gestos nos entendíamos y luego cuando se marcharon a su país...la lagrimilla todas”. Voluntaria 2.

Para terminar, les pregunté abiertamente si recomendarían ser voluntario a personas que se encuentran en edad de jubilación y estas han sido algunas de sus respuestas:

“El voluntariado es una experiencia que todos en un momento determinado de nuestra vida deberíamos probar. Ves logros, ves a la gente que cambia su cara de triste a sonriente. La cuestión es que te aporta experiencia y un montón de cosas que, a lo mejor, las tienes dentro y nunca las has sacado”. Voluntaria 2.

“El voluntariado no te hace tan egoísta, conoces a gente nueva, intercambias opiniones distintas y vas aprendiendo cosas”. Voluntaria 3.

Las entrevistadas dan a entender que hay cabida para más personas que quieran aportar su grano de arena a la sociedad, y agradecen la oportunidad que les brindan asociaciones como Rey Ardid de poder llevar a cabo sus acciones solidarias.

## 9. Conclusiones.

Con el presente trabajo he pretendido demostrar que las personas que rondan la edad de jubilación, o los ya jubilados, pueden seguir siendo útiles para la sociedad. Estas personas van a llegar a un ciclo de la vida caracterizado por ser generalmente ocioso, es decir, que van a tener un mayor tiempo libre, que en muchas ocasiones no saben cómo ocupar. Para combatir esta circunstancia, la participación social es clave para el envejecimiento saludable de las personas, de aquí surge el voluntariado, un tipo de actividad que sirve de gran ayuda para este sector ya que beneficia tanto a las personas vulnerables como al propio voluntario.

También decir que se asocia en muchas ocasiones a la inactividad de la persona después de la jubilación e incluso a pensar que son personas inservibles para la sociedad. Sin embargo, una vez visto de cerca los voluntarios de Rey Ardid y poder hablar, tanto con ellas como con la Coordinadora del Voluntariado de Rey Ardid, la realidad que se contempla no es esa.

En primer lugar, se descubre que el sexo de los voluntarios se reparte en la proporción de 33% hombres quienes prefieren participar en el campo de Salud Mental y el 67% mujeres, ellas prefieren dedicarse en primer lugar al campo de las Personas Mayores habiendo una feminización en el voluntariado de esta Fundación, pero no sólo de Rey Ardid, sino también a nivel nacional según los datos del Estudio *La acción voluntaria de 2016* de la Plataforma Española de voluntariado (PVE).

Siguiendo esta línea, se observa como las personas voluntarias del rango de edad de 50 a 59 y los de 60 años o más se decantan por el campo de las personas mayores para ejercer su acción. Aunque hay que añadir que algunos de estos voluntarios colaboran en este campo porque es el único recurso existente próximo a su medio. Tampoco hay que asociar que las personas “mayores” se centren únicamente en el voluntariado con personas mayores, es más, a la mayoría de voluntarias entrevistadas les gustaría trabajar en el campo de la Infancia, un campo que la Fundación Rey Ardid aún no contempla.

Los motivos que llevaron a las voluntarias entrevistadas a tomar la decisión de comprometerse con el voluntariado destaca que estas personas que se encuentran próximas a su jubilación tienen principalmente una motivación solidaria y altruista, aunque poder dedicar el tiempo libre a realizar algo útil tiene un gran peso, sobre todo para aquellas que ya están jubiladas o prejubiladas. Puedo justificar esta conclusión basándome en palabras textuales de Cristina: *“Estamos acostumbrados a tener todo el día cosas que hacer, estamos acostumbrados a estar con la agenda al 100%, entonces cuando de repente por jubilación dejas de trabajar te encuentras que no sabes que hacer”*.

Siguiendo con el objetivo sobre la relación de las personas mayores voluntarias con el ejercicio de su profesión, el 57% de las entrevistadas afirman no estar aplicando dichos conocimientos bien porque se han dedicado a labores que no se asemejan a su actividad voluntaria o porque nunca han ejercido.

En cuanto al tiempo dedicado a la tarea del voluntariado, la mayoría de las entrevistadas pasan dos horas semanales o más ejerciendo su papel de voluntario y el promedio de permanencia se sitúa en torno a los dos años.

La mayor implicación de las voluntarias no va más allá de sus tareas ejercidas usualmente, es decir no realizan otras actividades de las que desempeñan normalmente. Las voluntarias realizan las tareas que mejor saben hacer y no han cambiado de actividad desde que llegaron a la Fundación, salvo una de ellas en la que su nivel de acción puede variar si los profesionales del Centro de donde es voluntaria lo soliciten.

Casi el 100% de las voluntarias asumen estar muy satisfechas con las tareas que realizan en la Fundación y lo recomendarían abiertamente a todas aquellas personas que quieran prestar ayuda para la mejora de la sociedad. Quiero destacar la gran implicación por parte de los profesionales de la Fundación que tiene un papel muy importante en la satisfacción de los voluntarios ya que se dedican a guiar a los voluntarios en su tarea y a realizar un seguimiento continuo sobre su satisfacción en Rey Ardid, Cristina expresa: *“Hacemos anualmente un cuestionario donde ellos nos dicen cómo se encuentran, qué quieren mejorar y luego tanto los gestores como yo tenemos contacto directo con los voluntarios para saber cómo ha ido la actividad”*.

Sin embargo, se puede apreciar que no todos los voluntarios están plenamente satisfechos con su actividad voluntaria y preferirían actuar en otros campos de intervención. Podemos diferenciar que los voluntarios en entornos rurales tienen menos diversidad de actividades voluntarias que los que se encuentran en entornos urbanos, esto quiere decir que las posibilidades de acceso a otros centros de voluntariado es difícil por temas de localización y población. Significa que las personas que quieren ser voluntarias y residen en pequeñas poblaciones han de desplazarse a otras localidades y que, por motivos de edad, no pueden hacerlo.

Ante la cuestión de si les ha cambiado la calidad de vida desde que son voluntarios hay dispares opiniones. Un 43 % de las entrevistadas sostenía que no sabían si la calidad de vida les había cambiado, el 29% afirmaba que le había cambiado a vida a mejor y el otro 29% concluía que no le había cambiado nada la calidad de vida. Normalmente ser voluntario produce una transformación social en las personas mayores, aumenta su satisfacción vital y les abre las puertas a un mundo que, sin ser conscientes de ello, les cambia la vida a mejor.

A pesar de que muchas de las voluntarias han reconocido su reticencia al comienzo de su labor como voluntarias, a medida que ha ido avanzado el tiempo su opinión ha cambiado, llegando a decir que no lo cambiarían por nada e incluso que es una terapia para ellas, como dice Cristina: *“su calidad de vida mejora en el sentido de que te dicen todos: gano yo mucho más y me quiero organizar porque quiero seguir viniendo, quiero venir por mí”*.

Finalmente, considero que existe escasez de información sobre el voluntariado de las personas mayores. Las organizaciones de voluntariado deberían difundir esta acción, presentar los aspectos positivos que provoca el voluntariado en este sector de la población ya que la mayoría de las personas jubiladas siguen estando en sus casas, viendo cómo van envejeciendo sin hacer algo productivo, tanto por ellos como por los demás. También quiero destacar que estas organizaciones deberían fomentar las relaciones intergeneracionales entre los voluntarios, animar la cooperación entre las diversas generaciones para enriquecerse del conocimiento mutuo.

Para terminar, la investigación realizada presenta una cara del voluntariado “mayor” que resulta de gran interés sobre todo para la creación de políticas sobre las acciones del voluntariado y el envejecimiento activo, ya que conforma la manera de vivir como voluntario después y durante del proceso de jubilación. También serviría para cambiar la opinión de los ciudadanos respecto este sector de la población ya que es un reflejo que desconocemos absolutamente. Por esta razón es necesario articular caminos que puedan seguirse para que el voluntariado de las personas mayores siga creciendo y se convierta en el elemento imprescindible para poder envejecer activamente.

## 10. Bibliografía.

- ANDER-EGG (2011). *Aprender a investigar*. Nociones básicas para la investigación social. Córdoba: Brujas.
- AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA (2017). *Contamos contigo*. En línea. Recuperado el 3 de agosto de 2017 de: <http://www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mayores/contamos-contigo.htm>
- AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA (2017). *Dinamización tecnológica*. En línea. Recuperado el 3 de agosto de 2017 de: <http://www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mayores/dinamizadores.htm>
- BAZO ROYO, M. T. y GARCÍA SANZ, B. (2006). *Envejecimiento y sociedad: una perspectiva internacional*. Madrid: Médica Panamericana.
- Boletín Oficial de Aragón. *Ley 9/1992, de 7 de octubre del Voluntariado Social en la Comunidad Autónoma de Aragón*. Zaragoza, 19 de octubre de 1992, núm. 121, pp.37168-37169.
- Boletín Oficial del Estado. *Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado*. Madrid, 14 de octubre de 2015, num.247, p.5
- CORBETTA, P. (2007). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: McGraw-Hill.
- CISC (2014). *Marco de actuación para las personas mayores*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- DOSSIER REY ARDID (s.f.): *25 años entre personas*. Zaragoza: Fundación Rey Ardid.
- FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R (2012). *Envejecimiento activo: algunas consideraciones básicas*. Una vejez activa en España. Informe del Grupo de Población del CSIC. Madrid: Editores Médicos, S.A
- FERNÁNDEZ- BALLESTEROS, R (2011). *Posibilidades y limitaciones de la edad*. Envejecimiento activo. Libro Blanco. Madrid: IMSERSO
- FUNDACIÓN REY ARDID (2017). *Manual de acogida para empleados/as y voluntarios/as*. Zaragoza: Fundación Rey Ardid.
- GÓMEZ REDONDO, R. (2010). *Salud, demografía y sociedad en la población anciana*. Madrid: Alianza Editorial.
- IMSERSO (2011): Libro Blanco del Envejecimiento Activo. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaria General de Política Social y Consumo, Instituto de Mayores y Servicios sociales.
- INSTITUTO ARAGONÉS DE SERVICIOS SOCIALES (2017). *Mayores. Envejecimiento Activo*. Gobierno de Aragón. En línea. Recuperado el 3 de agosto de 2017 de: [http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/AreasActividad/Mayores/ci.mayores\\_seccion\\_03\\_envejecimiento\\_activo.detalleInaem](http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/IASS/Inicio/AreasActividad/Mayores/ci.mayores_seccion_03_envejecimiento_activo.detalleInaem)
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (2014): *Proyección de la Población de España 2014–2064*. En línea. Recuperado el 15 de Agosto de 2017 de: <http://www.ine.es/prensa/np870.pdf>
- MACIONIS, J. J. Y PLUMMER, K. (2011). *Sociología*. Madrid: Prentice Hall (4ª edición).
- MEMORIA REY ARDID (2016). *25 años entre personas, 1991-2016*. Zaragoza: Fundación Rey Ardid.

- NAVAJO, P (2004). *La promoción del voluntariado en personas mayores*. Iniciativa Social y Estado de Bienestar. En línea. Recuperado el 23 de abril de 2017 de: <http://www.iniciativasocial.net/tercera.htm>
- OBRA SOCIAL LA CAIXA (2017). *Participación Social y Voluntariado*. En línea. Recuperado el 3 de agosto de 2017 de: <https://obrasocialcaixa.org/es/pobreza-accion-social/personas-mayores/formacion-y-voluntariado/que-hacemos>
- OBSEVATORIO DEL VOLUNTARIADO PVE (2013). *Así somos: el perfil del voluntariado social en España*. Madrid: Plataforma del Voluntariado de España (PVE).
- OMS (2015). *Informe Mundial Sobre el Envejecimiento y la Salud*. Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2002). *Envejecimiento activo: un marco político*. En línea. Recuperado el 11 de agosto de 2017 de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>
- PÉREZ DÍAZ, J. (2010). *El envejecimiento de la población española*. Nº 410:37-38.
- PÉREZ DIAZ, J; ABELLAN, A Y RAMIRO, D (2012): *Contexto demográfico, socioeconómico y de salud*. Una vejez activa en España. Informe del Grupo de Población del CSIC. Madrid: Editores Médicos, S.A
- PLATAFORMA DEL VOLUNTARIADO DE ESPAÑA (2017). *La acción voluntaria en 2016. Solidaridad y juventud en España*. Madrid: Plataforma del Voluntariado de España (PVE).
- PLATAFORMA DEL VOLUNTARIADO DE ESPAÑA (2016). *Hechos y cifras del voluntariado en España 2015*. Madrid: Plataforma del Voluntariado de España (PVE).
- ROBLES GONZALEZ, E (2010): *El envejecimiento de la población: aspectos demográficos*. Salud, demografía y sociedad en la población anciana. Madrid: Alianza Editorial.
- RODRIGUEZ CABRERO, G., RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ, P, CASTEJÓN VILLAREJO, P. Y MORÁN ALÁEZ (2013). *Las personas mayores que vienen: autonomía, solidaridad y participación social*. Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía personal. Nº1.
- RODRIGUEZ, V., FERNÁNDEZ MAYORALAS, G., ROJO, F. (2012): *Actividades de ocio y participación como base de una vejez activa*. Una vejez activa en España. Informe del Grupo de Población del CSIC. Madrid: Editores Médicos, S.A.
- RUIZ OLABUENAGA, J.I (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- SANZ BARBERÁN, C (2015). *Motivaciones, expectativas y campos de preferencia antes de hacer voluntariado*. Zaragoza. Trabajo final de Grado: Zaguán.
- SIRLIN, C (2007). *La jubilación como situación de cambio: la preparación para la jubilación como acción estratégica para su abordaje*. En línea. Recuperado el 6 de Agosto de 2017 de: <http://www.bps.gub.uy/bps/file/1671/1/la-jubilacion-como-situacion-de-cambio.-c.-sirlin.pdf>
- SUBIRATS, J (2016): *El poder de lo próximo: las virtudes del municipalismo*. Madrid: Los libros de la catarata.
- SUBIRATS, J (2011): *El reto de la nueva ciudadanía: nuevos relatos y nuevas políticas para distintas personas mayores*. Envejecimiento activo. Libro Blanco. Madrid: IMSERSO.

## ANEXOS.

### Entrevistas.

Mujer de 60 años, voluntaria en la Residencia Delicias.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

*“No llega a un par de años”.*

- ¿Por qué tomaste la decisión de hacerte voluntaria?

*“Bueno pues un poco por estar más cerca de mi madre que está en la residencia y porque los días que yo iba a ayudar a hacer cosas de manualidades y de estas cosas pues la verdad que yo me lo pasaba muy bien, las abuelas también y me mostraban mucho cariño entonces dije bueno ¿y por qué no venir más días? simplemente. Y aparte de eso, yo soy florista, entonces la terraza que ellos tienen pues estaba un poco abandonada y dije bueno pues, echaré una mano en la terraza y me dijo Conchita: pues hazte voluntaria y vienes y a tu madre que le encanta... y ya venía antes ...llevo ya como unos 3 años que para Navidad vengo a hacer centros de Navidad con las abuelas y la verdad que me lo paso muy bien; o sea en primer lugar fue eso y en segundo lugar ya pues el decir: jolín es que necesitan una mano y aparte, egoístamente, me dan mucho más ellas a mí que yo a ellas.”*

¿Si?

*“Sí, sí, sí porque cuando te ven y te dicen: ¿cuándo vas a venir? y que el rato que pasamos tan bueno y ¿cuándo nos harás centros? ¿Y cuándo nos harás...? pues eso te llena y que entras y todos te conocen y te saludan, las pobres, pues hay muchas que sí están en residencia es porque su cabeza... o porque sus posibilidades son mínimas, pero bueno siempre te dan una... te dan más ellas a ti que tú a ellas.”*

- ¿Por qué escogiste la fundación Rey Ardid?

*“Porque está mi madre en la residencia, por eso, no la conocía de nada más y aparte porque Conchita es encantadora y Sofía igual y las conozco hace muchos años que llevaban a mi madre ya en Romareda y bueno, por eso, porque al final pues no sé, en realidad me daba lo mismo, pero también intenté en San Juan de Dios, pero San Juan de Dios es como más cerrado, todos los temas y todo y bueno aquí con Conchita y eso bien, que son muy majas.”*

- Anteriormente, ¿has sido voluntaria en otra organización?

*“No”*

- ¿Cuánto tiempo le dedica a la tarea del voluntariado?

*“Muy poco, muy poco porque no tengo tiempo, puede ser un par de horas a la semana, pero es que no puedo más, estoy muy ocupada; es que hay que comer todos los días y para comer hay que trabajar, no queda otra, pero bueno, cuando tenga más tiempo...”*

- ¿Cuál es tu grado de implicación como voluntaria?

*“Hombre si me necesitan para salidas me llaman y yo vengo a las salidas que puedo, de acompañamiento. Cuando hay salidas de exteriores, claro, tiene que haber gente para llevar las sillas de ruedas, entonces yo si me llaman siempre, procuro llegar si tengo un poco de tiempo”.*

- ¿Cuál es su grado de satisfacción personal siendo voluntaria?

*“Total, yo me lo paso pipa, yo me lo paso bien, no los cambiaría por nada esos ratos; bueno, a lo mejor te da pereza hasta que vas porque... pues bueno... pero en el momento que vas ya te digo, yo me lo paso pipa, además yo lo tengo fácil porque vivo cerca.”*

- ¿Y cómo son sus relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

*“No los conozco, no he tenido relación con ellos; el año pasado, bueno, cuando estuve con los centros si que había otra chica pero era de mi edad, que también vino de voluntaria y vino a echarme una mano a mí con las abuelas, pero no, el resto no los conozco, no te puedo decir porque no los conozco, no tengo contacto, no te puedo decir.”*

(Me enseña fotos)

*“Mira, esto es un día que vino un grupo, “Soy Manada”, pues mira, les traen perricos que están enfermos y vienen aquí el sábado y los tienen los abuelos, y mi madre que le han dado 3 ICTUS no habla, tiene toda la parte derecha paralizada y tiene Alzheimer y cuando le trajeron el perrito lo tenía y como solo tiene una mano... el animal no se sentía seguro y estábamos allí con ella y dijo: ¡Conchita quitámelo que el animalico no está bien!. Nos quedamos... es que no habla, y pienso... cuanto bien les hace estas cosas. Yo cuando me acerco a ellas, intento acordarme de los nombres... ¿Modesta como estas? Ella no sabe ni quien soy pero según como les hablas, el tono, ellas ya saben que es algún familiar o igual se piensa que soy u madre o sabe dios, pero no importa, ese rato ellas lo tienen fenomenal y yo mejor.”*

- ¿Te ha cambiado la calidad de vida a mejor?

*“Me ha hecho pensar, pensar que no somos nada, que necesitamos de los demás, siempre, que somos, como personas, somos egoístas y que egoístamente tendríamos que hacer todos algo por los demás. Egoístamente habría que hacerlo porque la satisfacción que te da supe el tiempo que puedas perder, por decirlo de alguna manera. Lo que pasa es que vivimos en una sociedad que es muy complicada, lo que te digo, hay que comer y para comer hay que trabajar, entonces, pues bueno, yo tampoco puedo ver a mi madre todo lo que quisiera, porque no, porque no se puede, pues eso, mira esta semana por ejemplo tengo todos los días liados, todos”.*

*“[...] Y te digo, yo cuando estaba trabajando, te ibas de un trabajo y te metías en otro, yo no he dejado de trabar, trabajando me refiero asegurada y ocho horas en una tienda, hasta que comenzó la crisis, cuando empezó la crisis ya... es que esto nos ha afectado a todos y en todos los niveles...”*

*“[...] Yo cuido también a un matrimonio mayor que también eran voluntarios de 90 y 83, estos han estado en San Juan de Dios 16 años, de hecho se conocieron haciendo voluntariado y se casaron, llevan unos 12 ó 14 años, lo que te quiero decir que se casaron ya mayores y se conocieron haciendo voluntariado, y ahora ya no van porque, lo que yo les digo: “ahora necesitáis que os cuiden a vosotros”, porque fíjate tú los años*

*que tienen, mira Pablo el sábado cumple 90 y pasa el aspirador que da gusto, y cuando yo voy a la residencia, a ver, nadie quieres que se muera, pero hay personas que no viven, solo respiran.”*

Mujer de 58 años voluntaria en el Club social.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

*“Pues 3 o 4 años, el primer año fui con una compañera, porque a ver yo pertenezco un colectivo de pintores de la margen izquierda del río, y una compañera era voluntaria y llevaba varios años en Rey Ardid y entonces me lo comentó, me dijo: ¿te animarías por si algún día me pongo yo enferma y entonces tengo a alguien que me supla y demás? y bueno estábamos las dos y si me presté a ello, me brindé a ello y fue un poco antes de tener yo esto (refiriéndose a su estudio de pintura) y estábamos las dos en un aula y teníamos unos, no sé, unos 20 alumnos, una cosa así, nos repartíamos el trabajo y dábamos dibujo y pintura.*

*La verdad que yo no había sido voluntaria en ninguna cosa y la verdad que me llamó la atención y me gustó, me gustó, bueno, la actividad por supuestísimo me encanta, encima yo soy profesora, me encanta enseñar, o sea, vivo para enseñar, estoy hecha para esto, está claro, y luego encima la enseñanza la enfoco un poco en el arte, la pintura y el dibujo que es mi pasión también ya a nivel individual y personal y nunca había enseñado pintura ni dibujo, había enseñado otras cosas, pero al principio fue una bomba de relojería porque claro juntar dos cosas que me gustan mucho, la enseñanza, y mi hobby: el dibujo y la pintura pues es una experiencia muy buena, y tratar con estas personas que, al principio cuando entré me parecían muy tristes ¿no?.*

*Entonces, el primer año estuve con esta chica y los siguientes años nos separaron para dar más opciones en Rey Ardid, entonces ella se fue por pintura y como mi base es el dibujo porque, me encanta pintar al óleo y tal pero siempre digo a los alumnos que para llegar ahí hay que empezar con una base de dibujo, entonces yo les doy dibujo.”*

- O sea ¿has aplicado totalmente tu trabajo y tu hobby?

*“Si, si, mi especialidad es historia y geografía, entonces la cosa es que siempre he tenido afición, he tenido una facilidad especial para dibujar, me encantan los retratos y luego soy muy urbana. La cosa principal es que junto dos materias, dos especialidades que a mí me gustan, la enseñanza y el dibujo y la pintura y luego el conocer a los enfermos mentales; bueno siempre oyes hablar de distintas ramas de personas que necesitan ayuda dentro de la sociedad, pero vamos generalmente, la mayoría de las personas no nos involucramos, o sea son poquitos los que se dedican al voluntariado. Y me gusta mucho porque también es verdad que me ha ayudado mucho a aprender, a aprender a enseñar mi hobby, mi afición, mis técnicas; lo que yo se pues se lo muestro a ellos y también juegas un poco con el tema de que cada persona es un mundo y si te adentras en cada enfermedad otro, cada enfermedad mental en este caso, entonces me ha ayudado, es mutua la ayuda porque yo les ayudo algo que a ellos les gusta aprender y a mi ellos me ayudan a conocer el problema existente de cada uno, como los tengo que tratar y tal y me acuerdo que empecé con ellos entrando en aquel aula con una cara triste y yo asustada y luego se partían de risa en mis clases, sobre todo cuando me quedé solo con ellos, cuando nos dividieron.”*

- ¿Entonces ser voluntaria te ha beneficiado?

*“Mucho, mucho porque fijate, yo soy una persona muy intuitiva y por norma general se tratar a la gente, pero es verdad que todo el mundo no es igual y encima teniendo ese estigma y esa enfermedad pues*

*cuando empecé yo no sabía por dónde cogerlos, ni cómo hacer, ni sabía si lo hacía bien o lo hacía mal, pero fue bonito porque fui aprendiendo sobre la marcha, lo que necesitaban unos, lo que necesitaban otros, por qué vía tenías que entrar con unos por qué vía tenías que entrar con otros, porque te podían salir por... ¿sabes lo que te digo no? Y siempre busco un tema común, por ejemplo barcos y les llevo láminas y les pongo, según veo su nivel, les pongo los barcos o peces o flores o tal y luego al final de curso hacemos exposición en la obra social de Ibercaja y para ellos es un orgullo el verse, se sienten que son capaces de hacer algo. A través del dibujo se pueden aprender muchísimas cosas y yo soy un poco como psicóloga, después de 11 años enseñando a dibujar pues ya sé cómo es cada alumno que entra. Mira ahora que pienso que podría haber estudiado psicología porque sería complementario a esto, pero demasiado tarde.”*

- ¿Y tú principal motivación ha sido poder impartir clases de pintura?

*“Si, si dar clases a personas necesitadas, o sea, me abrió las puertas un poco esta amiga porque yo probablemente no hubiera tenido esa iniciativa, a veces las personas están ahí en el momento determinado y justo y me acuerdo que me cogía un poco por suplencia, y estábamos dos horitas las dos juntas y sacando adelante los errores, enseñando y muy bien, la verdad es que es una experiencia bonita.*

- ¿Cuánto tiempo dedicas a tu tarea de voluntariado?

*“Son dos horas semanales, doy generalmente los miércoles dos horas seguidas. Tengo una mesa larga donde se sitúan los alumnos y voy dando vueltas por la mesa, las dos horas sin poder sentarme, que se hace largo, para ellos no que se les hace corto porque les gusta, pero yo salgo a veces molida. Hombre si me hubieran puesto más horas a lo mejor hubiera accedido pero como tienen muchas actividades... Rey Ardid es una Fundación que tiene muchísimas actividades, no les faltan voluntarios.*

*Y fíjate yo tengo aquí a alumnos de Rey Ardid que se vinieron conmigo, enfermos mentales y el resto pues, todos querían venir cuando abrí esto (su estudio) pero algunos con problemas económicos no podían pagarlo y eso que les reduje la cuota a la mitad. Lo que sí que les pregunté es que en las horas que vinieran, si podía venir más gente, y dijeron que sí, muy majicos. Pero la verdad es que me quieren mucho, sí, porque nunca me enfado y es gente que necesita mucho cariño y a mí no me da trabajo darlo, o sea, te encuentras con algún problemilla que otro pero siempre intentas solventarlo y al principio me llevaba un poquitín los problemas a casa, porque a ver, nosotros no podíamos preguntar que enfermedad tenían, y por supuesto yo no preguntaba pero alguno se iba de la lengua, entonces cuando te contaban sus historias particulares, yo siempre cortaba y me iba pero lo poco que te soltaban ya te daba para darle tu vueltas y ya lo mirabas.... Pobrecico y que aparentemente los ves bien, pero ¡Dios mío que problemas!*

- ¿Cómo es tu relación con voluntarios de generación más joven?

*“No, la verdad es que los conozco a todos de vista, alguna vez coincidimos cuando hay un cumpleaños de algún enfermo mental, entonces nos conocemos de vista, lo que sí que antes había voluntarios internacionales que llegué a tener muchos alumnos porque mi compañera pintora se marchó y entonces me venían mucho, los de ella y los míos, pero yo no podía con tantos, entonces le conté a Eva que tenía muchos alumnos y entonces me puso voluntarios que venían... tenía una voluntaria que era checa, otra que era de Estados Unidos, bueno tuve varios voluntarios internacionales que algunos hablaban español y otros no, y con un poco de inglés a lo Tarzan o francés un poco macarrónico y nos entendíamos con muchos gestos y al final terminaron hablando el idioma y muy majicos, luego cuando se marcharon a su país la lagrimilla todas, abrazos y llorar, pero relación para decir de hacer trabajos, de intercambiar trabajos y eso no.”*

- ¿Crees que te ha cambiado la calidad de vida al hacer voluntariado?

*“Pues si porque mira me abrió las puertas de esto, porque aunque yo esto no tenía la licencia del ayuntamiento y no lo tenía consolidado, lo tenía más que nada de almacén para pintar y para exposiciones y a lo mejor un par de alumnos o compañeros de los hijos de mi cuñada, pero era algo esporádicamente. Entonces yo estaba en Rey Ardid y tenía eso, pero luego lo pensé: ¿y si lo abro cara el público? Parece que esto se me da bien, el enseñar parece que me gusta, pues voy a formalizarlo todo y la experiencia de Rey Ardid me sirve para darme cuenta que no me cuesta mucho acercarme a la gente para enseñarle, para hablar, para contactar con ellos y al tiempo yo aprendo mucho de la gente y en Rey Ardid aprendo mogollón, mucho, porque yo soy una persona muy impaciente, entonces allí tengo que pausarme, que calmarme un poco porque yo no puedo ir exigiendo rapidez, bastantes problemas tienen los pobres como para dar caña y eso me ha servido mucho aquí. Aquello me viene bien porque ahora lo aplico aquí, estoy pendiente de la gente, miro mucho el carácter... el que es nervioso lo aplaco porque eso lo vivo en Rey Ardid, intento calmarme porque si vas con nervios ahí o con preocupaciones...mira un verano se murió mi padre y yo le pedí a Eva que no podía ir, porque ellos están acostumbrados a verme con la sonrisa en la cara y voy a ir muy triste, no puedo, dame hasta después del Pilar... y lo agradecí. Entonces yo lo tenía claro en Rey Ardid, yo tenía que entrar siempre sonriendo y es una de mis llaves para entrar en el interior de ellos, no para hurgar pero sí que a través de la amabilidad, del cariño, de la sonrisa, de ser un poco emotivo, de estar con ellos, de tener empatía, todas esas cosas, esas salpicaduras a ellos les hacen mucho bien y yo entré con mucho miedo y sin saber, pero he aprendido muy rápido con ellos y ahora lo aplico aquí a las mil maravillas, pero me costó porque cuando entré y los vi... me dieron ganas de decirle a esta: oye tu podrás con ellos pero yo me voy porque me estoy angustiando. Pero me di tiempo, es todo darse tiempo en la vida y luego fue muy beneficioso.*

*[...] ser voluntariado es una experiencia que todos en un momento determinado de nuestra vida deberíamos probar, aunque fuera no cuestión de años sino un mes o una semana, o sea involucrarte, mira a mí me gustan los casos difíciles y cuando me llevó esta chica sin conocerlos me encantó porque veías logros, veías a la gente que cambiaba su cara de triste a sonriente, no faltaban a ninguna clase... y la cuestión es que te aporta experiencia y un montón de cosas que a lo mejor las tienes dentro y nunca las has sacado y es una oportunidad para decir a ver como enfoco yo lo que más me gusta o que puedo sacar de esto ¿no?, que no todo va a ser dinero. Y lo del voluntariado es ahora muy bonito, es verdad que ahora hay muchas opiniones de que si no hubiera tanto voluntario habría más colocaciones, porque Rey Ardid es una fundación que tiene recursos y tiene una plantilla fija de trabajadoras sociales, psicólogos, psiquiatras... y oyes muchos comentarios de que por culpa de los voluntarios no se contrata gente, es un círculo vicioso realmente, yo fui inocentemente sin pensar que quitaba trabajos, pero son aportaciones.”*



Mujer de 57 años, voluntaria de la Residencia de Mayores de Belchite.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

*“Pues llevo dos años en la residencia de aquí de los abuelos.”*

- ¿Por qué tomaste la decisión de hacerte voluntaria?

*“Bueno a mí me gusta hacer muchas cosas de colaboración, de solidaridad y como me gusta mucho la lectura, me gusta mucho la escritura y la pintura pues entonces la bibliotecaria hizo una propuesta de llegar a leer a los abuelos, de leer el periódico, cuentos, historias, música y entonces pues le dije a Angelita yo quiero, y como yo pues también les pasó a las mujeres que estamos colaborando, y como a mí me gusta mucho leer y más a los abuelos porque a veces pienso: ¿Cuándo esté yo sola vendrá alguien a leerme o a contarme...? Esa sensación del último día, el último momento de su vida siempre hay que estar ahí, y me gusta contarles cuentos, leerles, si no hubiera sido a las personas mayores hubiera sido a los niños, y me gusta gastar una parte de mi tiempo para ayudar a los demás, y mira la lectura es una cosa que me gusta. Además los ves y se quedan, no embobados, pero se quedan... escuchan y les gusta, les gusta, aunque no sean muy conscientes yo creo que les ayuda y les estimula bastante, también depende de la hora, si vas a la hora de la siesta o un poco más tarde... pensando en la cena... y por la mañana están más despiertos pero yo que voy por las tardes alguno ya está pensando ¡la pastilla! Y los que no están conscientes pues se quedan dormiditos, al que no le gusta coge y se va... vamos que no hay problema.”*

- ¿Qué lo haces en grupo?

*“Sí, es una sala grande y se ponen las sillitas, unos vienen en silla de ruedas, otros por su propio pie... y no sé, a veces se juntan 30, otros días se juntan 20, menos no y al rato, como es una hora y pico, casi al final algunos se van y yo les pregunto si les ha gustado, que les ha parecido y debatimos un poco la novela y el cuento. El otro día tocamos la historia de Eugenia de Montijo, que era una emperatriz francesa española, pues oye había gente, tres o cuatro personas que sabían la historia la Eugenia de Montijo y te quedas... como que recuerdan, salen sus recuerdos, sale lo que conocen lo que saben, yo creo que es bueno, de cualquier tema, si sale el tema de los olivos el campo y tal, mujeres agrícolas que han tenido sus batallas aquí y yo creo que es bueno lo que hacemos, les estimula, y las jotas, cuando va una compañera a cantarles jotas o coplas... les puse las coplas de Eugenia de Montijo y me decían: vuélvela a poner. Y bueno también te estimula a ti, a mí me estimula y dices... estoy a gusto, estoy contenta conmigo misma y pienso que cuando sea mayor quiero que me lo hagan a mí también.”*

- ¿Por qué cogiste el área de personas mayores?

*Porque está la residencia aquí y bueno estaba este proyecto recién formado y me lo comentaron y como estoy aquí en el bar casi las 16 horas... también para desconectarme un poco, para tener un poco de mí vida porque aquí no tienes tu vida, vives la vida para los demás –en sentido laboral- pero es eso, el proyecto que lanzó Angelita, que es la bibliotecaria y no sé si este proyecto lo hacen en otros sitios pero Angelita que trabaja... lo hace muy bien y la gente que vamos estamos contentas. Hay gente que está más sensible porque claro yo por ejemplo no los conozco, no soy de Belchite, ahora hay dos personas que los conozco como clientes entonces hay una relación más afectiva, pero la gente que los conoce se les hace más duro, pero bien.”*

- ¿Cuánto tiempo le dedicas a tu tarea del voluntariado?

*“Mira es una vez cada dos meses, somos muchas y nos turnamos, ojalá fuera cada semana pero es que somos bastantes, hay grupos rotativos, a mí me toca el mes que viene, eso sí si falla una compañera pues no hay problema, se llama y se sule. A mí me gustaría ir todos los días pero no, es que hay bastante gente, al principio fue una cosa pequeña y ha ido llegando y lo hacen muy gustosamente, y si fuera de niños tampoco me importaría cuidar niños o lo que sea, porque es necesario.*

*Y luego a parte que, muchas veces aquí en los pueblos, mucha gente mayor no sabe leer, entonces se basan en historias que van de boca en boca y entonces yo creo que les lees cuentos o novelas y el periódico y es una cosa gratificante también para ellos al no leer... porque verás, aparte de que son gente muy mayor, hay pocos que cogen el periódico y leen, yo creo que está bien. Pero, a ver, la gente que es voluntaria es hacer una cosa que le gusta y que tiene un fin bueno para la gente, tanto individual como colectivo, ahora otra cosa es que se utiliza el voluntariado para no poner puestos de trabajo, que esto no va al caso pero bueno, yo sí que estoy en contra, eso hay que dejarlo claro, si una es misionera va a una misión y es misionera y ya está pero, si es una organización que va a cobrar sueldo pues se le paga y si no, no se va, o sea, no va uno por la cara para el beneficio de otros, pero esto no tiene nada que ver con eso, es un voluntariado para dedicar dos horas de tu vida, dos horas para una persona más y está muy bien.*

*Además, ahora se está perdiendo la relación de lo que era el abuelo, la experiencia adquirida, toda la trayectoria familiar concentrada en el abuelo o la abuela, eso se está perdiendo, hay un desgarramiento en la familia, que yo no soy defensora de la familia, pero esa unión natural del padre, la madre, los hermanos, los tíos, la tía y el tío se está perdiendo mucho y las residencias están muy bien, cuando uno no tiene hijos pero teniendo hijos o nietos, eso se ha ido perdiendo, es una cosa muy dura, hay mucha gente mayor abandonada. Cuando vas ahí y ves que a mucha gente se le ha ido la cabeza, con demencia senil o Alzheimer, te cogen con una desesperación la mano, y luego veo a los hijos que están por aquí... pero bueno que le vamos a hacer, yo es que me he quedado sorprendida aquí en el pueblo.*

- A parte de leer, ¿haces algo más en la residencia?

*“Pues el día de reyes, o el día de después, nos vestimos de reinas magas, fuimos cuatro y mi hijo que iba de paje y fuimos y se quedaron sorprendidos, fuimos por la mañana a llevarles bizcochos, chokolatinas y regalitos y empezamos a cantar villancicos y a contarles la historia de dónde venían los reyes magos y entonces les contamos la historia de las reinas magas de la Gloria Fuertes y se lo pasaron muy bien, luego hicieron algo de barro... pero generalmente es la lectura, pero luego hicieron una exposición de fotos sobre todas las actividades que hacían toda la gente voluntaria de Belchite.”*

- ¿Cómo son las relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

*“Pues somos todos de la misma edad, hasta algunas más mayores de 70 años... pero jovencitas no hay, bueno no sé si alguna tiene 40 años... la Paquita pero está en la Cruz Roja y da clases de matemáticas, pero en la lectura creo que chicas jóvenes que no hay.”*

- ¿Todas sois mujeres?

*“Había dos hombres y uno hizo mucha campana, o sea, hoy no puedo no sé qué y al final lo dejo, y el otro creo que también lo dejó, son más vergonzosos, les da más corte.”*

- ¿Crees que te ha cambiado la calidad de vida?

*“No, cambiarme no me la ha cambiado, bueno es una vía de escape, sí que te da momentos de más de perspectiva de cómo está la gente mayor y también pues también te ves tú en el futuro, te ves y dices: la próxima soy yo, y vas conociendo como se va desarrollando esa vejez y duele, a mí me duele llevar a la vejez y estar ahí...pero también por una parte te alegra de que dures, pero bien, y vas adquiriendo conocimientos también, ya te digo que hay una mujer de 80 años que tiene una vitalidad que dices jo, yo tengo 57 y estoy trabajando y no es lo mismo, ero es igual, las ves con mucha vitalidad... y no, cambiarme no me ha cambiado pero esa hora sí, esa hora es como una para mí y para ellos, es una cosa especial y como me gusta leer y disfruto leyendo... y a mi hijo le estoy introduciendo también a la lectura y también ha venido a leerle a los abuelicos.”*

- ¿Por qué escogió la fundación Rey Ardid?

*“Porque la residencia es de Rey Ardid y está bastante bien, está casi llena, tiene 75 personas o más eh, está bastante bien porque está en el centro del pueblo, tiene un parquecito con pinos, tiene para pasear bien, tiene una estancia para salir a tomar el sol... está bien. La Fundación Rey Ardid tiene muchas cosas, sobre todo en Zaragoza pero, yo por ejemplo, me envió cartas el director para trabajar en la residencia y nos apuntaron, y aun estoy esperando a que me llamen para trabajar de cocinera, ha entrado mucha gente del este, muchas rumanas y ucranianas, pero bueno, ahora esta dirección que existe ya lleva bastante tiempo, me parece que los últimos 5 años y está trabajando ahí la gente. Pero las que son mejores son las del gobierno, las privadas no, han tenido un montón de denuncias y las cierran. Residencias que tienen a abuelos encadenados en las camas, en las sillas de ruedas... y las condiciones laborables nada que ver, son mejores las estatales. Si algún día, cuando me haga abuela que no me metan en la privada, que me dejen mejor en mi casita y que me venga alguien a ayudar, aunque es también muy caras...”*

- ¿Qué te ha aportado pues el voluntariado?

*“Pues que es bueno, no te hace tan egoísta, conoces a gente, intercambias opiniones distintas, vas aprendiendo cosas y yo creo que la gente joven... sí que tienen conciencia pero hay que llamarles a la puerta para que actúen porque cada vez se está perdiendo más el contacto, el ayudar... no sé cómo decirte, por ejemplo, una persona que se cae en la calle y muchos aun tardan en reaccionar cuando tenían que ir corriendo a levantarla, se está volviendo la gente muy de piedra, muy dura, muy cruel y yo creo que la gente debería hacer voluntariado de unas horitas, que hay que ser solidarios, que una hora o dos horas de tu vida para otro o para los niños no es nada, en lo que sea, tendría que haber una colaboración mutua, eso e está perdiendo y eso hay que rescatarlo. Antes antiguamente dejabas el niño a la vecina mientras te vas a trabajar y muy bien, ahora eso... yo lo he notado en este pueblo, pero mujeres de 40 años, ¿pero qué entendéis por amistad? Y aun dicen: ¡Ay, somos mujeres y somos feministas! Y digo: ¿Pero tú que entiendes de eso? Si la colaboración entre nosotras las mujeres es una cosa que se debe palpar y no de llevar un traje lila. Es que se está perdiendo mucho, nos estamos volviendo individualistas y egoístas, muchísimo. Yo muchas veces he pensado: si tuviera perras montaría una guardería gratis, sin cobrar y que sea voluntario, que la gente de lo que quiera porque por ejemplo, yo conozco una chica que le ha pasado como a mí, que somos madres solteras y tiene que ir a trabajar y ha tenido que contratar una canguro, yo se lo dejaba a mis amigas o vecinas y muy bien... y eso que se está perdiendo mucho la colaboración, y ser una persona buena y ayudar, no desde una base cristiana pero no ser egoístas y colaborar, y si no nos unimos nos vencerán.”*

## Mujer de 71 años voluntaria en la Residencia de mayores de Belchite.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

*“Pues desde el año pasado, no había sido nunca voluntaria y el año pasado, a través de la biblioteca porque leo mucho, me dijo la bibliotecaria que iba a hacer un proyecto y que sí que quería subir a leer para los ancianos y digo pues como tengo tiempo y me gusta leer pues sí, pero este año ya no, ya no subo porque me pongo muy mala en la residencia, bajo muy desmoralizada, muy desanimada y eso que no tengo a nadie pero simplemente con ver lo que hay ahí...no lo puedo evitar, y como hay muchas personas, le dije a Angelita que como tenía mucha gente, porque nos tocaba ir cada mes y medio, imagínate tú las personas que había. Sin embargo, el otro día tenía un apuro porque otra voluntaria no podía subir y me llamó para pedirme que subiera porque a todas llamó y no podían ir y fui.”*

- ¿Cuáles fueron sus principales motivaciones?

*“Porque me gusta leer y porque pensé que también iba a entretener a esas personas y por hacer algo, para entretenerme. Sabía que lo iba a pasar mal, porque lo sabía, pero digo bueno a ver si subo y se me pasa esta fobia que tengo porque yo pienso que terminaré allí bueno, todos terminaremos ahí y por eso. Mis compañeras se lo montaron de otra manera o lo vieron de otra manera, yo que sé, pero yo desde el primer principio sabía que lo iba a pasar mal y me apunté más que nada por eso digo a ver si subiendo y estando se me va esta fobia que tengo a la residencia porque es una fobia lo que le tengo, y pensar que tengo que ir ahí... lo pienso muchas veces. ”*

- ¿Por qué escogiste el área de personas mayores?

*“Porque aquí no hay otra cosa y yo salir del pueblo para hacer un voluntariado pues no, ya soy un poco mayor y no, que tengo ya 71 años.”*

- ¿Has aplicado tu experiencia laboral a tu tarea del voluntariado?

*“No, últimamente no trabajaba, bueno trabajé de joven y no tiene nada que ver lo que yo trabajaba para el voluntariado que he hecho. Si hubiera sido un voluntariado de niños hubiera sabido porque los niños me gustan mucho pero como no había otra cosa digo... y como no era salir del pueblo pues también, si hubiera sido algo para salir del pueblo hubiera dicho que no, digo si estoy yo en edad para que me lean a mí ya, pero lo que te digo, si hubiera algo para hacer voluntariado con los niños iría sin pensarlo, dos horas, una hora, lo que fuera, los niños me gustan mucho y tengo paciencia con ellos también, que yo no soy de tener mucha paciencia pero con los niños sí...”*

- ¿Cuánto tiempo le dedica a la tarea del voluntariado?

*“Pues estábamos aproximadamente de tres cuartos de hora a una hora porque también ellos se cansaban, había muchos días que te ponías a leer y llevabas 10 minutos leyendo y estaban dormidos (ríe) y eso que subíamos a las 11:30 de la mañana, que tampoco era una hora... pero ya sabes, los abuelos... y había muchos que cuando llegabas ya estaban dormidos o sea que... dicen: no te sientas mal por esto; y es más el primer día que subí fui con unos nervios desesperantes porque digo...ya veras, pero estuvieron muy amables los que escucharon me aplaudieron y todo, eso me hizo sentir muy bien, el que las personas mayores, bueno mayores yo también soy mayor ya pero en fin más mayores que yo, pues lo agradecieran y me aplaudieran*

*y me decían ¡lo has hecho muy bien! Pero la mayoría, entre que se van un poco de la cabeza y... no que para mí es muy desagradable.”*

- ¿Cuál es su grado de satisfacción personal siendo voluntario?

*“Pues... era más lo mal que lo pasaba que la satisfacción que podía tener ¿entiendes? Entonces pues claro, le dije a Angelita que se buscara a otra que yo no, yo no porque lo paso mal, luego estaba dos días mala, lo pasé muy mal. Tuve a la madre de una amiga que mientras estuvo en casa todos los días iba, todas las tardes porque la hija trabajaba para que no estuviera la mujer tantas horas sola. Iba todos los días y estaba a lo mejor 3 o 4 horas con ella, pero cuando la metieron en la residencia ya me lo dijo ella: ya sé que no me vas a venir a ver. Y cuando fui porque ya esperaban que se muriera me dijo su hija: si te quieres despedir de mi madre que mi madre se muere, pues subí y la mujer estaba bien, porque cuando me vio se alegró y eso y me dijo: que poco me queda, y a los dos días estaba muerto o sea que imagínate... Y lo paso mal aunque no conozca a nadie, solo de ver el ambiente que hay allí, uno en silla de ruedas, otro que se cae, a otro se le cae la baba... que lo paso muy mal de verdad, y yo sabía que lo iba a pasar mal pero dije va me voy a sacrificar a ver... pero no después le dije a Angelita que cuando se terminase el curso no contara conmigo porque además hay mucho personal que si dijeras que hay poco pues me aguanto y voy.”*

- ¿Cuál es su grado de implicación como voluntario?

*“Pues solo leía porque un día intenté hablar con ellos y nadie hablaba, digo: queréis que hablemos hoy en vez de leerlos hablamos, nadie dijo nada pues cogí el libro y me puse a leer, porque sí que hay gente que se vale, gente que está bien, pero la mayoría están muy mal, la mayoría en silla de ruedas y mal, muchos que tienen Alzheimer.... A las residencias van cuando ya no los puedes tener en casa... la vida es así, yo les digo a las chicas que trabajaban ahí me: me dais envidia, envidia sana de que estáis aquí.... Yo no podría hacer esto, pero bueno de todo hay en el mundo, a unas les gusta el rojo y a otros les gusta el verde, si no todos serías iguales, pero yo no, otra cosa cualquiera sí pero...”*

- ¿Cómo son sus relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

*“Pues es la primera vez en mi vida que he hecho voluntariado entonces, si te he de ser sincera, prácticamente con todas las que subíamos me he visto en alguna reunión pero nunca estábamos todas, estábamos a lo mejor 3 o 4 de 12 o 14, en fin, que no he tenido relación.”*

- ¿Te ha cambiado un poco la calidad de vida al hacer voluntariado?

*“No, la calidad de vida es la misma de antes de ir que después de dejarlo, lo único que no paso esos ratos tan malos, la verdad es que lo paso muy mal, no te lo puedes imaginar, bajo hasta con depresión de ver aquello y el año que estuve como me había ofrecido no iba a decir a media jornada oye que me voy a mi casa que esto no va conmigo, no, no me pareció bien, y digo pues prefiero pasarlo mal y por lo menos que se acabe el curso y cuando se acabe pues a otra cosa, y ya te digo que me apunté y sabía que lo iba a pasar mal, porque lo sabía pero digo a ver si se me va esta fobia... pero no se me fue, pero yo fui una cobarde y cada día bajaba peor y si me llama otro día subiré, me aguantaré mi fobia y subiré porque por una parte subía encantada pero por otro lado bajaba escacharrada, así iba la cosa. ”*

Mujer de 68 años, voluntaria en la Residencia de Mayores Belchite.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

A ver cuando nos lo dijeron... creo que llevamos dos años y este es el tercero, me temo que sí, me bailan los años.

- ¿Por qué tomaste la decisión de hacerte voluntaria?

*“A ver me lo propusieron, entonces tampoco no me lo pensé mucho puesto que ahora estoy jubilada, entonces nos enseñaron la residencia en una fiesta que hubo y nos propusieron ser voluntarias y bueno, si viviera en Zaragoza seguramente estaría por el refugio dando comidas, creo que sí, o sacar a personas que van en sillas de ruedas, como mi sobrino que lo hace que lleva los días de fiesta a estas personas que no pueden caminar. Entonces veo que es una cosa interesante que porque pierdas una hora de tu tiempo aunque sea a la semana tampoco es mucho, me parece interesante hacer algún trabajo que puedas ayudar a la gente y luego, efectivamente de todos los que vienen a escuchar la lectura que indudablemente traen digamos a los elegidos y dentro de los que vienen un tercio se duermen, otro tercio dice que se van a tender la ropa y cosas así y bueno, pero 6, 8 ó 10 que sabes que, bueno, de alguna manera se distraen, noto que les interesa o se distraen un poco de estar ahí todo el día, hacen algo nuevo porque yo entiendo que algunos que tienen la mente bien pues yo creo que es un poco duro estar ahí. Indudablemente tienes que pensar que llega una edad que no puedes estar con la familia porque trabajan o porque no sé qué entonces, ¿dónde puedes estar? Pues en una residencia, es una forma de pensar que cuando hablas con la gente te dice: yo jamás iría; pero... ¿y si no te queda otra alternativa? No sé, tú ahora como eres muy joven este tema igual lo ves muy lejos, pero no te queda otra alternativa porque si tienes un piso pequeño o tienes que ir a trabajar, tienes que contratar a un mozo o una moza que esté con esa persona, entonces creo que hay otras alternativas pero es difícil. Entonces yo, por supuestísimo procuro no leer muy deprisa, hacer muchas pausas para llamarles un poco la atención, es un poco difícil motivarlos a que te escuchen. Yo como vengo de la experiencia de mi madre que tuvo Alzheimer, entonces sí que es duro pero bueno, ahí están, no puedes olvidarte de que están ahí y bueno pues es duro pero cuando mi madre murió en el 2000 entonces tampoco se sabía muy bien cómo tratarlos, el medico al final no te dan medicinas ni nada.”*

-¿Cuáles fueron sus principales motivaciones?

*“Simplemente creo que es por si les puedes pasar tres cuartos de hora diferentes al resto del día, francamente me gusta pensar a ver si les va a gustar, si van a estar atentos, si se van a aburrir... eso siempre lo pienso siempre que voy a leerles, entonces ten en cuenta de que yo he sido maestra de niños pequeños y me gustaba mucho contarles cuentos y cuando los tienes así que les cuesta mucho que estén quietos, estoy hablando de 6 y 7 años, y cuando están quietos entonces les metes el cuento y ya los tienes ahí tranquilos. Bueno pues la gente mayor es diferente pero de alguna manera basta que 3, 4 o 5 hayan pasado un rato agradable pues ya me quedo bien. Hay una moza que me quita 3 años pero hemos ido juntas al cole, está consciente pero tiene una enfermedad de huesos y claro cuando voy me tengo que reprimir el llorar porque la veo así... además debe ser una cosa que va a mas... porque si fuera una persona de 80 o 90 años dices bueno, pero esta moza tiene 71 y cuando el hijo soltero se decidió a ponerla en la residencia es que ya no puede. Este caso me afecta porque la he conocido pero de cualquier manera, si hablas con ella 10 minutos y le dices una tontería y se ríe ya ha valido la pena, para serte franca, hombre yo prefiero irme a dar una vuelta por el pueblo pero yo mientras pueda lo voy a seguir haciendo, espero.”*

- Entonces como me has dicho, ¿has puesto en práctica los conocimientos de tu experiencia laboral en tu actuación?

*“Un poquito si porque en el fondo son muy parecidos, además si no les gusta te lo dicen enseguida. Un chico de 6 años es muy espontaneo y si le gusta le gusta y si no le gusta te lo dice rápidamente, entonces siempre me ha gustado contar cuentos. Claro es difícil, veo que no es fácil, yo cuando hablo con la bibliotecaria me dice que hay personas que les cuesta y claro piensa que es difícil llegar adentro de una persona, buscar una lectura que les motive que les distraiga, que les siente bien, bueno se hace lo que se puede.”*

- ¿Por qué escogiste el área de personas mayores?

*“Me lo propuso la bibliotecaria que habló con la directora de la residencia, parece ser que esta actividad lo llevaba a cabo en otros sitios, entonces lo propuso a personas que más o menos esté libre porque claro si estás trabajando no puedes ir a las horas, claro si tienes un horario de trabajo esto no lo puedes hacer. Normalmente somos personas que estamos jubiladas o no trabajan fuera de casa y tampoco cuesta tanto y en un pueblo no se puede elegir qué actividad te gustaría más, tienes que ceñirte a esto, no hay otra cosa. Eso que te he dicho de repartir comidas, una persona del pueblo mientras estuvo en Zaragoza lo hacía pues debe de ser tremendo o mi sobrino que lleva a personas con silla de ruedas a pasear, eso está muy bien.”*

- Anteriormente, ¿has sido voluntaria en otra asociación?

*“A ver que haga memoria, porque son tantos años en tantas historias. Creo que no, creo que no he participado. Así de una forma sistemática no, alguna vez hemos intervenido con otros grupos escolares en hacer cosas, juegos y eso pero no, no he hecho nunca.”*

- ¿Cuál es su grado de implicación como voluntario?

*“Pues simplemente les leo y hablamos, voy, los saludo... algunas veces vienen los familiares, vienen un poquito y se van... y bueno cuando me voy hablamos un poco más con cada uno, no mucho porque hay algunos o algunas que se duermen enseguida”*

- ¿Cuál es tu grado de satisfacción?

*“Muy satisfecha, a ver, hay una chica que dice: no voy al cementerio porque me deprimó... yo sí que voy al cementerio, quiero decir ya sé que voy a una fiesta ni que voy a estar con mis nietos, creo que hay que saber qué es lo que te vas a encontrar, no me voy a encontrar con gente encantadora... casi todo el mundo está cabizbajo, algunos están un poquito más alegres...pero yo eso lo veo tan normal, quiero decir, que no me espero encontrar a la gente con los brazos abiertos diciéndome “qué linda eres”, que guapa, que tal... no me lo van a decir nunca, entonces es inútil pensar otra cosa. Yo quiero decirte que no es que esté muy orgullosa porque lo haga yo muy bien, no, simplemente es una cosa que me la propusieron y la hago, lo intento hacer lo mejor que sé pero es complicado llegar a todos y de lograr que estén un poco alegres y aunque sea complicado me llena personalmente. Creo que es una labor que dentro de esta poca cosa que hacemos aquí pues me siento bien, creo que es importante. Yo pienso que si no tienes algo de ganas o de vocación no sé si lo vas a poder hacer porque es difícil tratar con ellos.”*

- ¿Cómo son sus relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

*“No tengo problema con ello pero no tengo mucho contacto, mira una chica más joven que yo que me dijo si podía ir conmigo y yo le dije que encantada y la moza se animó y va a continuar. No tiene un trabajo fuera*

*de casa que está con su marido y su hijo, me dijo que so lo iba a pasar bien y que iba a empezar a venir siempre, y ya no he tenido contactos con gente más joven.*

- ¿Crees que te ha cambiado un poco la calidad de vida?

“Pues no me lo he planteado, vamos a ver, lo puedo llevar muy fácil y muy bien o sea que me divierte y por eso lo hago, me gustaría mucho ayudar a niños con discapacidad porque es difícil también... luego piensas pobres madres y padres, quiero decir que esto también te conmueve por dentro, si aquí hubiera un centro para ellos no me importaría ir cada 15 días, estar un ratillo con ellos, jugar... o hacer el tonto, porque si tu no haces algo por los demás... no esperes que alguien te ayude”

## Mujer de 65 años voluntaria del Banco de Alimentos.

- ¿Desde cuando eres voluntaria?

*“Pues llevo cosa de un año o año y pico y muy bien, a mí me ha enriquecido mucho venir aquí porque estaba un poco baja de moral porque habían fallecido mis padres en 8 meses los dos y entonces pues eso que te quedas un poco decaída que no saldría de casa, en fin, esas cosas y vi un anuncio de que necesitaban voluntarios y yo vivo aquí muy cerca de la Avenida Cataluña y entonces vine y me apunté por hacer alguna cosa por no estar en casa y estar dándole vueltas a lo mismo, necesitaba algo nuevo para distraerme. Entonces vine aquí y me junté luego con la otra compañera que más o menos también venía por lo mismo, quizá no tan agudizado el problema pero bueno congeniamos muy bien desde el primer día y me ha enriquecido muchísimo el voluntariado, la gente es encantadora, nuestros chicos son encantadores y son muy cariñosos con nosotros. Luego lo que estamos haciendo es una cosa buena, nos imaginamos que toda la gente que lo pide lo necesita entonces también es una valoración buena. La verdad es que estoy muy contenta, la verdad que luego hacen actividades como la risoterapia alguna cosa que vamos y nos juntamos y conocemos a más gente, no solo estamos aquí los que conocemos. El otro día tuvimos un par de horas de risoterapia que lo pasamos genial y luego nos fuimos a cenar, unos cuantos, pero muy bien, estoy muy contenta la verdad de haber hecho esto, de haber tenido la iniciativa y de seguir.”*

- ¿Cuáles fueron sus principales motivaciones?

*“Mi motivación fue por mi tristeza, digamos, porque me encontraba muy baja de moral, un poco depresiva, pero fue por eso, porque digo voy a buscar algo y entonces coincidió que vimos un papel que necesitaban voluntarias y llamé y fijate que estoy aquí mismo. Me hicieron unas preguntas, me dijeron las condiciones... y me ha servido muchísimo, compartir el tiempo con estas personas y estoy deseando que llegue el jueves para poder estar aquí un ratito. Yo vine por eso, porque necesitaba llenar mi vida con algo, aparte de lo que tenía que tengo dos hijos encantadores y mi marido, o sea, problemas no tengo ninguno, ni económico ni nada, pero el fallecimiento de mis padres que yo había estado toda la vida con ellos...fue tremendo, en 8 meses personas dependientes dos o tres años... y mi fui al pueblo para cuidarlos, yo y mi hermano porque mi marido estaba aquí con mis hijos. Mi padre en agosto y mi madre en abril del siguiente año, y siempre me quedo pensando que les podría haber dado más besos, más abrazos... siempre busco algo, pero bueno poco a poco ya se irá pasando, con un poco de ayuda... y yo me entiendo que salir me beneficia, esto me ha beneficiado mucho aunque sea un día a la semana, luego el café, luego la charrada... y te vas nueva a casa.*

- ¿Cuánto tiempo le dedica a la tarea del voluntariado?

*“Vengo cada jueves de 9:30 hasta que terminamos, unos días terminamos a las 11...depende de la cantidad de cosas que hay, cuando hay así poca cosa y como estamos 3, que nos llevamos muy bien también, nos repartimos bien el trabajo, un poco a nuestro criterio. Ahora nos han complicado un poco más porque están apretando las tuercas de apuntar lo que le das a cada persona, pero ya nos estamos acostumbrando.*

- ¿Por qué escogiste esta área de actuación?

*“Pues a ver, a mí me gustaba mucho estar con mayores pero de momento no puedo porque yo estoy integrada también en la parroquia y si puedo voy a ayudarles con la limpieza o lo que sea, pero ahora como voy y vengo del pueblo y nos quedaremos ahí todo el verano...pues si puedo participo y sino no. Entonces a mí me llamaba mucho la atención eso, ir a visitar a los enfermos a los hospitales y yo siempre decía que cuando pudiera me dedicaría a eso a hacer compañía a los enfermos a hablar con ellos un poco, a las*

*residencias...pero no puedo, no puedo aun. Mi madre ha hecho dos años que falleció pero no me encuentro yo...me da mucha pena y me recuerda...si veo a un abuelo por ahí y todos me recuerdan a mi padre, a veces la expresión de la cara, en fin, pero yo me encuentro que no estoy preparada aun para eso, pero si algún día estoy no me importaría dedicar algo de mi tiempo también a eso, a alegrarles la vida. Tampoco me importaría el voluntariado de críos o inmigrantes, en fin que hay varias cosas del voluntariado, pero como esto está aquí cerca de casa pues bueno y me encontrado a esto...pero segunda opción para dedicar mi tiempo sería eso, a niños o abuelos, los niños me encantan y los abuelos también desde que he padecido con mis padres eso pues me llama mucho la atención, pero ahora emocionalmente no puedo.”*

- Anteriormente, ¿ha sido voluntario en otra Asociación Fundación y Organización Social?

*“No, no he sido voluntaria nunca. Yo era peluquera, trabajé en una peluquería aquí y cuando nacieron mis hijos lo dejé y en el pueblo tenía una peluquería pequeña y como íbamos todos los días de semana pues bueno, subían las abuelas porque es un pueblo muy envejecido, típico pueblo de 100 habitantes. Pero cuando mis padres empezaron a ser dependientes lo dejé lo de la peluquería, me dio mucha pena pero bueno.”*

- ¿Cuál es su grado de implicación como voluntaria?

*“Pues solo nos dedicamos a darles alimentos a familias, unas veces a 16 otras veintitantas y otras cuarenta y pico, a personas individuales no lo repartimos, solo familias, luego lo repartimos equitativamente, un poco a criterio nuestro y jugamos con lo que tenemos (aceite, pasta, arroz...), nosotros lo hacemos pensando que estamos haciendo bien para que tengan comida pero bueno en eso nos centramos más que nada, en las familias.”*

- ¿Cuál es su grado de satisfacción personal siendo voluntario?

*“Mucho, un 10. Me ha ayudado muchísimo, no sé si es porque tenía necesidad...pero mucho, mucho.”*

- ¿Crees que te ha cambiado la calidad de vida?

*“Sí, a mejor. Los días que estas en casa siempre tienes subidas y bajadas pero las 4 horas que estas aquí con los compañeros y los chicos y eso pues no piensas en nada y en nadie, me distraigo un poco y no pienso tanto...si un poco me ha cambiado la vida en ese aspecto de estar mejor y mi familia lo ha notado porque son un apoyo y están ahí cuando tienes una cara así más triste...sobre todo mi marido, tengo suerte la verdad.”*

- ¿Ha puesto en práctica los conocimientos de su experiencia laboral en su actuación?

*“No, trabajé unos años, en el pueblo también...y luego ya lo dejé, eso ya está aparcado, lo uso para los míos, con los hijos que tengo que están todas las semanas dando el tostón.”*

- ¿Cómo son sus relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

*“Pues muy buenas, bueno María José creo que tiene un año menos que yo pero hay una chica joven que es voluntaria también y es encantadora, es majísima, activa... hemos hecho una piña muy maja muy bien. Ahora ha entrado gente nueva más joven y muy bien también.”*

- ¿Recomendarías el voluntariado a personas más o menos de tu edad?

*“Si, si, a todas las personas, no precisamente que estén en un momento así pero si tienen tiempo que lo dedicaran a esto. Mi experiencia es buena y ha sido a raíz de esto pero que hay personas que tendrán su tiempo libre y podrán dedicarse a esto perfectamente y luego como tampoco es obligatorio... en fin bien y yo no me puedo implicar más pero si pudiera.... Porque me encuentro muy bien.”*

### Mujer de 64 años voluntaria del Banco de Alimentos.

- ¿Desde cuándo es voluntaria?

*“Llevo como año y medio o así, es en el segundo curso que estoy, casi dos años... no dos años justos pero aproximadamente dos años.”*

- ¿Por qué tomó la decisión de hacerse voluntario? ¿Cuáles fueron sus principales motivaciones?

*“La decisión de hacerme voluntaria pues bueno, siempre he estado en grupos juveniles y siempre he estado en grupos de crecimiento de vida y cosas así, y cuando me jubilara yo tenía en mente implicarme en algo, si que es cierto que no estoy jubilada total sino parcial, entonces yo tengo que ir a trabajar algunas veces. Vi un anuncio de que se necesitaban voluntarios para el banco de alimentos y la verdad es que ha sido muy gratificante, por eso vine. Mi motivación era que tenía que hacer algo, tenía que hacer algo de cara a los demás, algo que me comprometiera en situaciones concretas, entonces fui a la panadería y vi un papel que ponía que necesitaban voluntarios y me interesé y llamé y aquí estoy y la verdad es que estoy muy contenta.”*

- ¿Cuáles son los motivos por los que se centró en esta área?

*“Pues era desconocido total, yo no lo conocía para nada, fue a través del anuncio que vi de la panadería que necesitaban gente, está cerca de mi casa, es poco compromiso entre comillas en cuanto a tiempo y demás, me viene bien y pues eso, no sé si de cara a una jubilación total me iré implicando más y en más cosas...cuando me jubile total y mientras pueda igual dedico más tiempo a la tarea, pero ahora cuando me prejubilé tampoco quería comprometerme mucho, llenar mi tiempo exageradamente y luego verme muy agobiada entonces poco a poco, pero vamos que estoy muy contenta aquí y no me importaría centrarme en otras áreas como niños que no me importaría nada, con chavales de tiempo libre...yo siempre tenía en mente hacer algo, con personas mayores...como mi madre falleció hace 4 años pues lo tengo muy presente y quiero descansar de esa fase, pero vamos que tampoco quiere decir que me cierre a la involucración de voluntariado de mayores, no estoy cerrada, a mí no me importaría ir con los abuelos a pasear alguna tarde, estar jugando... pero a mí me marcaría estar viendo dolor, y ahora mismo no me beneficiaría estar con las personas mayores, ahora hacer otro tipo de cosas como juegos, preparar meriendas... pues no me importaría.”*

- Anteriormente, ¿ha sido voluntario en otra Asociación Fundación y Organización Social?

*“Voluntaria...he estado en grupos con jóvenes pero eran grupos de catequesis de comunión, de confirmación, grupos de tiempo libre cuando no se exigía ningún tipo de título ni nada para aquello, entonces con jóvenes y tal eso sí que he vivido. Luego he tenido mi hija, he trabajado como supervisora en una contrata del ayuntamiento para la limpieza de colegios públicos y tenía a cargo mío a 500 personas, ahora ya...han cogido a dos chicos para asumir el cargo, pero como dice mi jefe: ven de voluntaria aquí anda. Entonces...bueno pues siempre he tenido claro que cuando me llegara el momento de tener tiempo pues un mínimo de mi tiempo dedicarlo a algo o a alguien.”*

- ¿Ha puesto en práctica los conocimientos de su experiencia laboral en su actuación?

*“Pues no, mi trabajo no tenía que ver con el voluntariado, si con la paciencia, con la escucha, con sacarte de las casillas a veces porque ya sabes que quinientos y pico...y con situaciones pues bueno, ahora*

*afortunadamente en el campo de la limpieza hay de todo, incluso gente universitaria pero ha sido un sector que ha estado un poco discriminado, ahora la verdad que tenemos gente muy maja, gente preparada...sí que hay gente necesitada, por supuesto porque por hobby no solemos trabajar ninguno pero ya no es tanto la etiqueta de que si no encuentras trabajo vas a limpiar. Entonces ahí lo único que he podido hacer ha sido escuchar, atender y sí que es verdad que a veces venían con problemas les dábamos una preferencia.*

- ¿Cuánto tiempo le dedica a la tarea del voluntariado?

*“Los jueves venimos a las nueve y media aproximadamente hasta que terminamos, si son las dos son las dos, si son la una hasta la una, si son las 12, las 12, según la tarea que tengamos.”*

- ¿Cuál es su grado de implicación como voluntario?

*“Pues preparamos, con el listado que nos dan hay de gente, los lotes de productos y los llenamos de los alimentos que nos han dado, estos alimentos nos vienen del banco europeo, luego tenemos productos secos y luego frutas y verduras, a veces vienen pañales, otras leches para bebés, chuches para los críos, galletas... y la pena es que no hay de todo para todos porque a veces tenemos que poner aceite para los que hay más, a otros les ponemos leche...vamos alternando según lo que tenemos.”*

- ¿Cuál es su grado de satisfacción personal siendo voluntario?

*“Vengo contentísima, la gente es encantadora...estoy muy contenta, yo creo que recibo más que doy. A veces digo podría comprometerme un poco más pero es lo que te digo que como también voy al trabajo y también tengo a mi nieto que lo quiero disfrutar porque está en edad de que lo disfrute con 9 años y nos queremos mucho, entonces digo con mi nieto me quedan dos telediarios con lo cual voy a disfrutarlo, entonces tengo 3 campos abiertos y la semana se pasa rápido sabes...”*

- ¿Crees que te ha cambiado la calidad de vida al hacer voluntariado?

*“Pues no sé si me ha cambiado...solo sé que vengo muy a gusto y yo creo que lo tenía ya en mente porque también hice un cursillo en el ayuntamiento para ver que quería hacer y tal, pero me llenó más esto, lo veo como más cercano, como más solidario, que en el ayuntamiento también hay voluntariado y hacen cosas muy importantes, pero yo quería algo más cercano, menos voluminoso, yo estoy muy contenta. Cambiarme la vida... bueno yo simplemente sé que estoy muy contenta, entonces el jueves por la mañana iba a trabajar y ahora los jueves por la mañana vengo aquí y bueno...sigo pensando que es poquito lo que hago pero por otra parte tampoco me quiero agobiar porque también me gusta mucho salir de viaje y si me comprometo me comprometo, sino no me comprometo entonces si ya durante el año hago un par de viajes y tengo que faltar dos jueves, cuando falto me siento mal y digo jo.*

- ¿Cómo son sus relaciones interpersonales con voluntarios de generación más joven?

Aquí hasta hoy que han venido estas mozas solo estábamos Teresa, Guillermina y yo y Guillermina si que es más joven que nosotras y es encantadora, yo cuando la vi trabajar y como trabajaba tan bien y les dije a mis compañeros que qué les parecía que trabajara con nosotros y ella está encantada, digo mira esto es lo que te ha aportado el voluntariado sino no nos hubiéramos conocido.

- ¿Recomendarías el voluntariado a personas que se van a jubilar?

*“Si, sin lugar a duda. A todo el mundo se lo recomendaría, es más, hablo de mi satisfacción personal del rato que vengo aquí, de la mañana de los jueves yo es que me siento muy a gusto y muy bien. Luego también es cierto que la gente es encantadora.”*

#### Entrevista a la Coordinadora del Voluntariado de Rey Ardid.

- ¿Qué requisitos hay que tener para ser voluntario?

*“Simplemente es que se tenga ganas de ayudar, que se tenga un poco de tiempo en el sentido de que puedas tener una autonomía. Siempre hay un profesional pero claro estamos trabajando con personas que necesitan una ayuda, entonces simplemente buscamos que esa persona esté capacitada para que el equilibrio de nuestro usuario siga siendo el mismo. Muchas veces vienen voluntarios pues igual de salud mental que quieren ser voluntarios y ayudar, entonces lo que nosotros hacemos es buscar una actividad adecuada para ese voluntario, pero el requisito simplemente es que tengas ganas de ayudar y que tengas tiempo.”*

- ¿Cómo funciona el voluntariado en la Fundación Rey Ardid?

*“Nosotros lo que hacemos es la ficha del voluntario donde ponen un poco su opinión, las sensaciones, las cosas que quieren saber, las motivaciones... para así conocer al voluntario, tanto para saber en qué actividad va a encajar mejor, en cual se va a sentir más a gusto y siempre que existan proyectos nuevos poderle explicar el proyecto por si quiere modificar. Luego tenemos también la hoja de consentimiento, todos los voluntarios entran en un seguro, entran en nuestra base de datos y entran en un seguro donde cubre los accidentes, siempre hay un seguro y luego que sepan que pertenecen a la base de datos del voluntariado sin ningún aporte económico ¿Vale? Entonces tendrían que acudir a mí, primero está la responsable de voluntariado que lo que hacemos es un poco toda la parte administrativa, yo suelo explicar un poco lo que es la Fundación, los diferentes aspectos en los que trabajamos, nos conocemos un poco para ver porque igual tú tienes una idea... por ejemplo Miguel tenía una idea, empezó con mayores pero yo le dije que probara otra cosa porque por lo que me explicaba yo veía que mayores no era su centro y me escribió diciendo que no se sentía a gusto y en el banco de alimentos con la entrega de lotes a personas que están en exclusión social es está mucho más cómodo. Luego pasan, dependiendo del centro que hayan elegido, al gestor que es el que hace el seguimiento semanal, diario, en fin, es un seguimiento más abierto pero siempre teniendo contacto conmigo sin ningún problema. Luego yo lo que voy avisando también cuando hay alguna necesidad especial, algún proyecto, cosas, cursos que salen mucho más baratos por pertenecer al voluntariado de Rey Ardid.”*

- ¿Usáis algún método de captación de personas voluntarias?

*“Nosotros formamos parte de la Coordinadora Aragonesa de Voluntariado que una vez al mes da una charla en el Joaquín Roncal sobre lo que es el voluntariado, los derechos y deberes del voluntariado y ahí promociona las actividades que necesita cada entidad que forma parte. Lo que nosotros hacemos es reportarle mensualmente las necesidades que tenemos, los voluntarios, el horario, la actividad que se va a hacer, entonces ellos lo explican, luego tenemos nuestro Facebook que también lo explicamos ahí, la página web y a veces en el Cipaj, pero sobre todo es Coordinadora Aragonesa de Voluntariado y el boca-boca, hay muchos voluntarios que vienen porque conocen a otros voluntarios...”*

- ¿Las personas voluntarias reciben cierta formación?

*“Sí, hay una formación inicial que suele ser trimestral. Bueno primero es en la entrevista donde nosotros les explicamos todo lo que es la fundación, los usuarios con los que trabajamos para ver si ellos se ven capaces, si les apetece porque muchas veces no quieren. Luego antes de entrar tienen una formación inicial, en esa formación inicial se les explican todos los aspectos o sea se les explica que es ser voluntario, que derechos tienen como voluntarios, se les explica como funcionamos desde Rey Ardid, como coordinamos el voluntariado y luego hablamos de salud mental donde se les explica qué es la salud mental, qué es el trastorno grave de salud mental que es con lo que nosotros trabajamos, como actuar con ellos y un poco eso. También con mayores, pues un poco el explicarles cómo tratar a una persona con Alzheimer o con alguna demencia, como llevar las sillas las ruedas, cosas básicas como decir que si tiene Alzheimer y se le ha olvidado las cosas y nos lo repite 20 veces no decir: ya me lo has dicho, no, es que no se acuerda, entonces hay que retomar la conversación para modificarla. También se da en formación y empleo porque trabajamos con personas en exclusión social, banco de alimentos e instituciones penitenciarias o sea, se les da la formación digamos inicial que necesitan para entrar a cualquier centro, ¿por qué se da toda? Por si luego se quiere ir moviendo, muchas veces empiezan en salud mental pero luego quieren mayores o, sin embargo, quieren más documentación porque psicológicamente en ese momento no se encuentran bien y prefieren hacer una documentación. Luego se le da dos formaciones anuales especializadas en lo que es su centro; si esa persona está en salud mental pues hablamos de la esquizofrenia y se da un par de horitas y luego hablamos de cómo hacer movilización en piscina, es decir, siempre hay una formación específica, esa formación depende de lo que nos diga el gestor o de lo que los voluntarios nos digan en los cuestionarios anuales o con el contacto directo con los voluntarios. Pero sobre todo formación y la anual centrada en el centro que han escogido.”*

- ¿Existe un número mayor de integrantes voluntarios jóvenes que de mayores o viceversa?

*“Hay mucha persona joven estudiante que está en psicología, terapia ocupacional, trabajo social... que eso es un poco los que quieren conocer, saber un poco en qué carrera se han metido y luego hay un número grande de jubilados, jubilados o gente que ya está prejubilada o en paro por la crisis económica pero es gente mayor entonces ahí sí que hay. Hay mucho más gente joven pero se puede contar mucho más con la gente mayor, por disponibilidad de tiempo y por compromiso; ya eres mayor, ya sabes en qué te estas comprometiendo, sabes que hay gente que depende de ti, no profesionalmente porque nosotros hacemos todas las actividades iguales pero hay usuarios que te esperan, entonces esto la gente más mayor lo entiende más que la gente joven. Al final la gente joven cuando es época de exámenes, cuando es verano todo eso desaparece, que es normal, es voluntariado, pero cuando lo comparas con la gente más mayor se nota.”*

- ¿Cuáles son las principales motivaciones de las personas en edad de jubilación o ya jubiladas para involucrarse en el voluntariado?

*“La gente mayor, la gente jubilada el problema que tiene es que ha estado trabajando normalmente 40 horas semanales, más la casa, más la familia, y de repente se encuentra con que esas 40 horas semanales desaparecen y tienen mucho tiempo libre, se les cae la casa encima. Hay dos tipos: las personas que eran voluntarias antes y por trabajo lo tuvieron que dejar y quieren retomarlos, o personas que no saben qué hacer con su tiempo, se les cae la casa encima, no pueden hacer nada, no saben qué hacer y buscan voluntariado para hacer cosas. Entonces hay de esas dos: gente que ya lo conocía antes y quiere volver a retomarlos o gente que no sabe que es el compromiso del voluntariado pero al estar aquí es cuando aprenden a tenerlo, esas dos.”*

- ¿Qué área de actuación suelen solicitar las personas mayores voluntarias?

*“Se suelen centrar, dentro de nuestros programas, en personas mayores porque creo que tienen padres mayores, ya saben un poco como va la cosa, salud mental no tienen una formación normalmente porque yo no tengo ninguna persona jubilada que haya trabajado anteriormente en ello entonces muchas veces les da miedo, no saben cómo enfrentarse a ello y el área de salud mental se cohíben. Entonces es en mayores pero porque ellos ven la necesidad que hay porque ya la conocen o porque sienten que dentro de unos años ellos van a estar en esa situación o porque tienen padres que los necesitan y ya saben lo que es la soledad, el mundo de la residencia si no tienen familia... entonces ese o banco de alimentos, todo lo que es exclusión social, o empleo donde nosotros damos talleres de formación para que su adaptación a la vida laboral sea mucho más fácil: taller de informática, taller de búsqueda activa de empleo, cómo hacer un curriculum, alfabetización, todo lo que es formación se suelen ir hacia ello. Salud mental es lo que más les cuesta, a la gente joven les gusta porque la gente se quiere especializar en ello, entonces tienen curiosidad o muchas veces quiere saber si le gusta o no, pero si, formación, banco de alimentos y mayores”.*

- ¿Hacéis un seguimiento sobre la satisfacción de los voluntarios en su tarea?

*“Hacemos anualmente un cuestionario donde ellos nos dicen cómo se encuentran qué quieren mejorar y luego tanto gestores como yo tenemos contacto directo con los voluntarios, es decir, tenemos grupos de Whatsapp: tengo un grupo con los del banco de alimentos, con los de taller de informática, con los de búsqueda activa de empleo, o sea, ahora con las nuevas tecnologías es muy fácil. Sí que es verdad que a veces pasa un mes o dos meses que no los has visto pero siempre hay un contacto directo, y luego piensa que toda actividad se hace con un trabajador entonces tiene que haber un contacto directo porque tú semanalmente los estás viendo. Por parte del gestor es más sencillo porque los ve todas las veces que van pero yo he creado una red en la que ellos tengan la confianza suficiente para escribirme y decirme que algo falla, que no están a gusto..., es decir, contacto directo para saber cómo están ellos y para saber cómo va la actividad y luego contacto directo yo con los gestores. Yo mensualmente hago una revisión de todas las actividades donde hay voluntarios para saber cómo ha ido o si algún voluntario falla, fallan en sentido de que no tienen una formación necesaria, entonces vamos a buscarle una formación. Al final es contacto directo”*

-¿Crees que les ha cambiado la calidad de vida a las personas jubiladas voluntarias al hacer voluntariado?

*“Si, solo hay que verlas cuando hablas con ellas. Yo creo que las personas estamos acostumbradas a tener todo el día cosas que hacer, estamos acostumbrados a estar con agenda 100%, yo no sé vivir sin agenda, entonces cuando de repente por una enfermedad dejas de trabajar o por jubilación... te encuentras con que no sabes que hacer. Entonces, por una parte, su calidad de vida mejora en el sentido de que no sienten ese vacío que notamos cuando no tenemos nada de hacer, por otra parte, calidad de vida en el sentido de que estas ayudando. Muchas veces ellos cuando entran dicen quiero ayudar, quiero hacer algo por los demás y cuando tú al tiempo hablas con ellos y haces una entrevista para ver como están y tal te dicen: me ayudan más ellos a mí que yo a ellos, gano más, es que te lo dicen todos, te dicen: gano yo mucho más y me quiero organizar porque quiero seguir viniendo, suena mal pero dicen: quiero venir por mí. Ellos vienen contentos y eso significa que la calidad de vida ha mejorado.”*

- ¿Qué les dirías a las personas en edad de jubilación para que se animen a hacer voluntariado?

*“Bueno, les diría que no cuesta nada, que te hace sentir mucho mejor cuando sales de allí y sobre todo estas ayudando a gente que lo necesita. Al fin y al cabo puedes ayudar, no pedimos una formación, no pedimos un tiempo determinado, nos adaptamos, simplemente es ayudar una horita u horita y media semanal a alguien que de verdad lo necesita, ya con eso yo creo que te hace pensar, y luego además tu calidad de la persona mejora pero eso ya es cada uno, pero simplemente es ayudar. Tienes la oportunidad de ayudar a alguien simplemente estando con él y eso creo que vale la pena.”*