

# impulsblau

Voluntaris de "la Caixa"



CaixaBank  
Obra Social "la Caixa"  
Voluntaris "la Caixa"

# Índex

03—

El cos humà

## Benvinguda

---

04—

El cervell

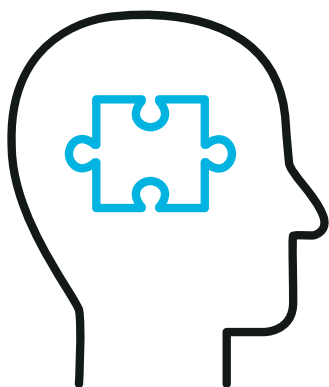
## Estructura

---

06—

Sistema sanguini

## Evolució positiva



08—

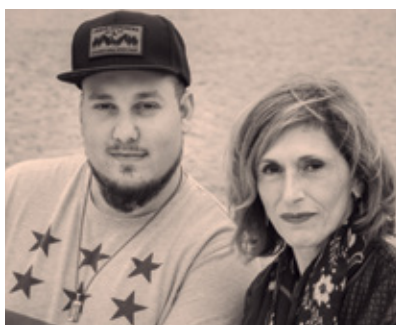
Sistema nerviós

## Impacte

20—

Els cinc sentits

## Històries de vida



10—

L'esquelet

## Trobades



11—

El múscul

## Activitats



18—

El cor

## “El voluntariat et fa valorar més la teva vida”

---

22—

La pell

## Fa 50 anys...



Benvinguda—

## El cos humà



Benvinguts, companys voluntaris de "la Caixa", a *Impuls Blau*, una nova publicació que recull tot el que s'esdevé a l'entorn de la nostra família de voluntaris, en la qual un cervell ho organitza tot, un cor ho posa en marxa, un múscul ho mou, un esquelet ho sustenta... En definitiva, **som com un cos humà que treballa de manera altruista per als que ho necessiten més.**

Us vull expressar tota la meva gratitud i orgull per tot allò que aporteu amb les vostres accions als valors fonamentals de "la Caixa": la qualitat, la confiança, l'esforç i, sobretot, el compromís social que ens distingeix de la resta de les entitats. Parlant de valors, m'agradaria comentar-ne també un que no hem tractat mai: el de compartir. Penso que tenim el deure de compartir tot el que tenim i portem dins.

Tothom mereix una segona oportunitat, i malgrat això massa persones del nostre entorn no n'han tingut ni tan sols la primera. Amb la participació de tots els que formem

aquesta associació, continuarem demostrant que podem millorar la vida quotidiana de persones de tota condició.

I també demostrarem que pertanyem i representem una gran empresa com és ara "la Caixa". Pertanyem a la Fundació Bancària "la Caixa" i a CaixaBank per la seva gran ajuda i suport: sense ells, no hauríem arribat on som ni arribaríem on arribarem.

L'enhorabona a tota aquesta gran família que formem els voluntaris de "la Caixa": empleats, jubilats, familiars, clients, accionistes, amics... Estic segur que el 2018 serà un any de creixement, de millora i d'impuls en la consolidació del nostre projecte de voluntariat.

L'enhorabona i, altra vegada, moltes gràcies.

**Lluís Romeu**

President de la Junta de Voluntariat de "la Caixa"

## El cervell—

Part central del sistema nerviós que s'ocupa de les funcions cognitives i emotives, com també del control d'activitats vitals com ara els moviments, el son, la gana, etc.

# Estructura de l'Associació de Voluntaris de "la Caixa"

Cofundada per la Fundació Bancària "la Caixa", CaixaBank i la Fundació de l'Esperança, l'Associació de Voluntaris de "la Caixa" té més de 10.000 voluntaris a 39 delegacions per tot el territori. Els voluntaris són empleats, clients i jubilats del Grup "la Caixa", i també els seus amics i familiars. L'Associació de Voluntaris de "la Caixa" disposa de diferents òrgans de decisió i participació, i així permet la màxima implicació dels voluntaris.

Aquesta n'és l'estructura i les línies d'acció:



Junta del Voluntariat. Barcelona, 19 de març de 2018, oficina DayOne.

## Estructura

**Consell de Govern**

**Junta del Voluntariat**

Delegacions territorials de voluntaris

“

L'Associació de Voluntaris és l'essència de la nostra entitat; representa més de cent anys d'història d'un compromís ferm amb la societat. La Fundació Bancària "la Caixa" continuarà impulsant la seva missió, la de construir una societat millor i més justa que doni més oportunitats a les persones que les necessiten més, tot promovent activament el voluntariat. Som i serem una entitat socialment compromesa i l'Associació de Voluntaris, l'exemple de la nostra vocació per l'interès general.

”

**Rafael Chueca,**

vicepresident de l'Associació de Voluntaris de "la Caixa"  
i director corporatiu de Territori i Centres de la Fundació  
Bancària "la Caixa"

## Línies d'activitat

Quatre són les línies d'activitat principals de l'associació, a més de l'acció local dirigida a les necessitats de cada territori: la pobresa infantil per a la inclusió social de la infància en situació de vulnerabilitat, l'ocupabilitat i la inserció laboral de persones en risc d'exclusió social, l'educació financera per proporcionar coneixement bàsic a la població i, per últim, la salut focalitzada en els àmbits de la discapacitat, la salut mental i el benestar de la gent gran.

**Pobresa infantil**



**Ocupabilitat**



**Educació financera**



**Salut i gent gran**



“

En el Pla director de RSC de CaixaBank està prevista una línia d'actuació adreçada a l'acció social i el voluntariat. En particular, el programa de voluntariat s'inclou dins del conjunt de programes principals d'aquesta línia d'actuació.

Es demostra, amb això, el gran interès de CaixaBank pel desenvolupament i la promoció de les activitats de voluntariat. El vehicle més idoni per fer-ho és l'Associació de Voluntaris de "la Caixa", de la qual CaixaBank és soci i, alhora, actiu promotor.

”

**Pere Huguet,**

vicepresident de l'Associació de Voluntaris de "la Caixa"  
i director corporatiu de la Secretaria Tècnica de Negoci  
de CaixaBank



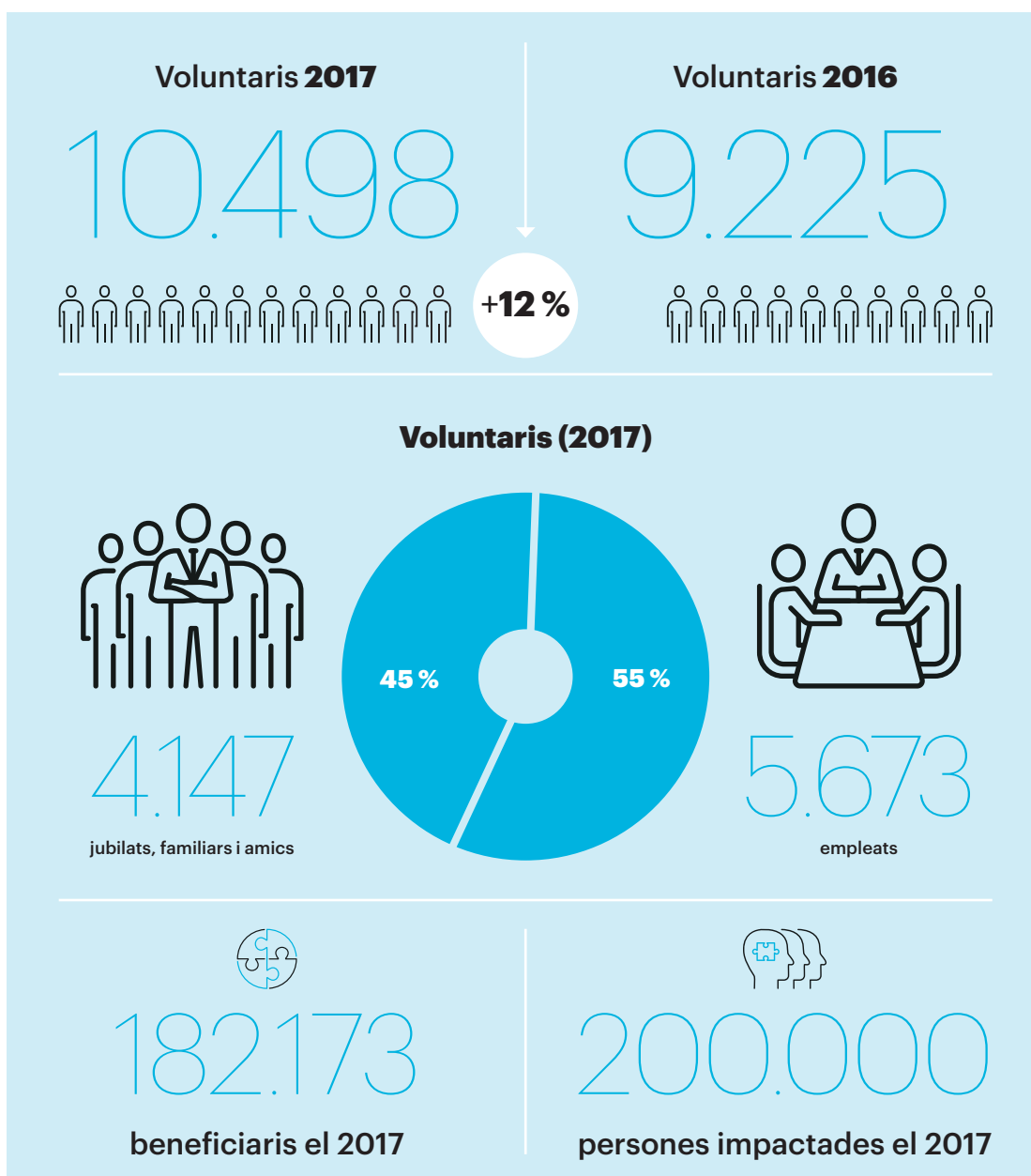
**39** delegacions de l'Associació de  
Voluntaris de "la Caixa"

## Sistema sanguini—

Per aquest sistema transiten tots els nutrients que ens calen per viure. A més, ens protegeix i ens manté a la temperatura exacta.

# Evolució positiva

Des dels seus inicis i fins a l'actualitat, el voluntariat de "la Caixa" ha anat creixent de manera gradual i constant, i avui ja té més de 10.000 voluntaris i ha impactat en més d'un milió de persones. El 2017, la tasca dels voluntaris ha suposat més de 80.000 hores de dedicació en col·laboració amb entitats socials que van impactar en 200.000 persones. Especialment els últims anys, l'Associació de Voluntaris de "la Caixa" ha fet un salt exponencial, ja que ha augmentat en més del 80 % les participacions entre els anys 2016 i 2017.



Activitats **2017**

3.225

+46 %

Activitats **2016**

2.215

8,8

activitats/dia



56

persones beneficiades/activitat



Participacions **2017**

26.053



+81 %

Participacions **2016**

14.365



Hores el **2017**

87.143

+16 %

Hores el **2016**

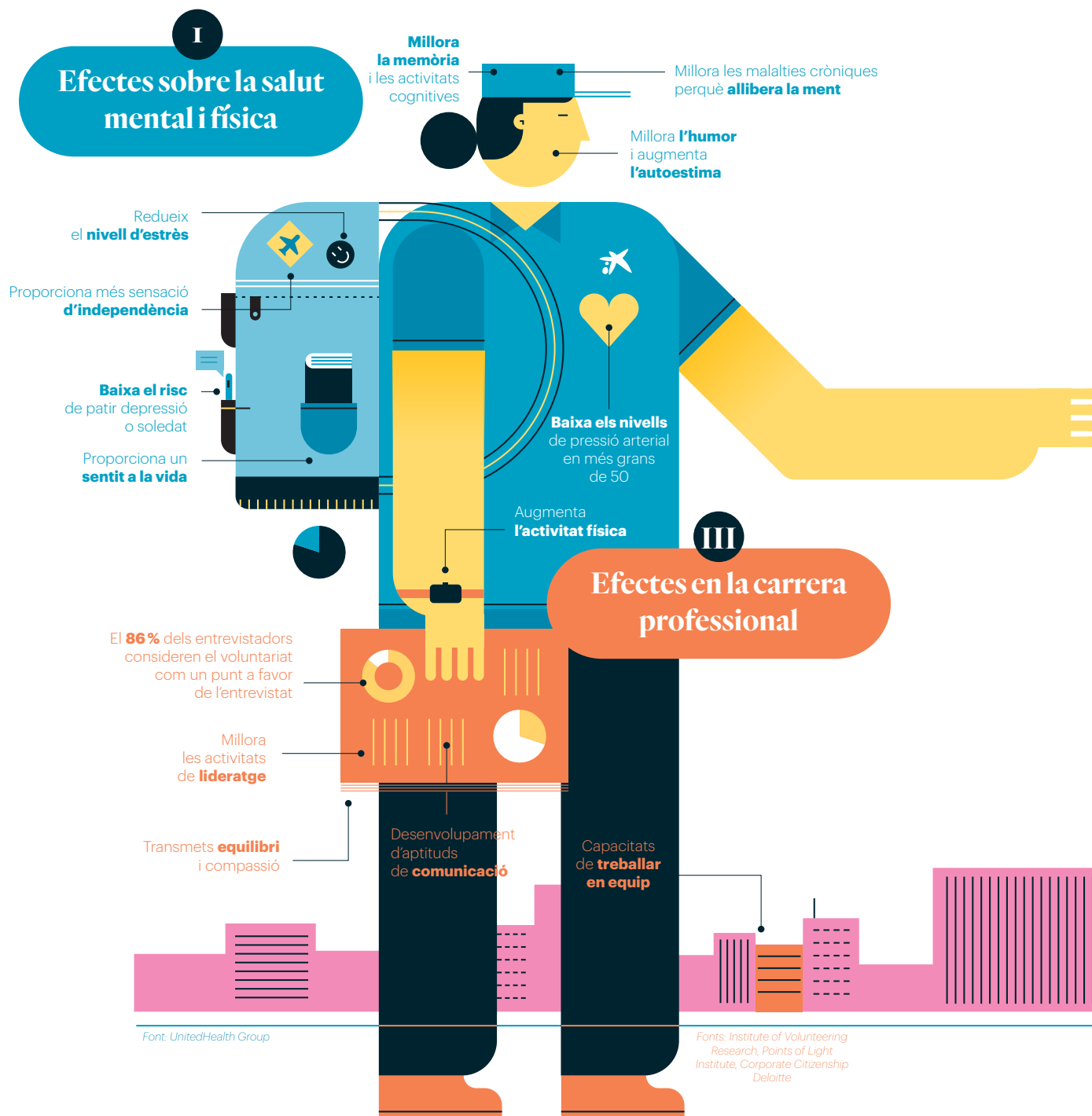
75.235

## Sistema nerviós—

Conjunt de cèl·lules capaces de captar estímuls de l'entorn o senyals del mateix organisme, processar la informació i generar respostes diferents segons la situació.

# Impacte del voluntariat

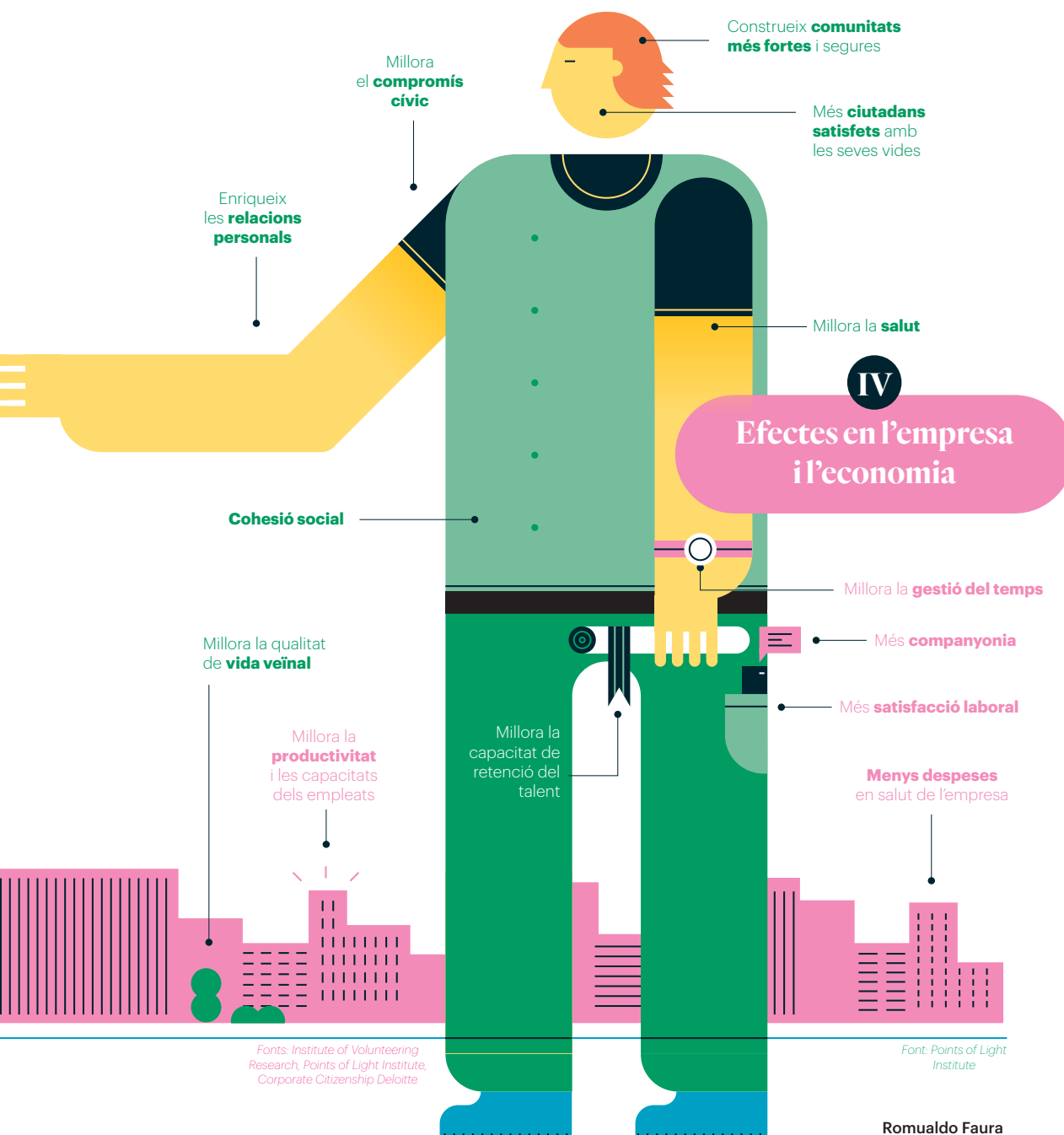
El voluntari és altruista per naturalesa. La seva única i millor recompensa és saber-se part de "la lluita" per una causa que considera justa. Tot i que ser voluntari també pot aportar un altre tipus de beneficis.





II

## Efectes en la societat



Romualdo Faura

## **Els cinc sentits—**

Són el mecanisme fisiològic pel qual som capaços de percebre, conèixer i relacionar-nos amb el nostre entorn, com també sentir determinats estats interns de l'organisme.

# **Històries de vida**



**Aurora  
González  
Rayón**

Coordinadora  
d'Ocupabilitat  
i Inserció Laboral.

## **“Tothom hauria de tenir les mateixes oportunitats”**

“Sempre vaig tenir clar que quan deixés de treballar, dedicaria part del temps, que aleshores seria meu, a contribuir a un món més just”, indica l'Aurora, que l'any passat es va jubilar després de trenta anys treballant per a “la Caixa”. De fet, l'Aurora va començar com a voluntària ja quan era a l'escola, i a “la Caixa” hi va continuar, col·laborant en nombroses accions, sempre que l'agenda laboral li ho permetia. Ara com a coordinadora, l'Aurora és responsable d'impulsar a tot el territori les estratègies i les accions d'ocupabilitat i inserció laboral, que van des de

participar en el disseny del projecte fins a la coordinació i l'execució del desenvolupament de les estratègies i el pla d'acció per fomentar la participació dels voluntaris. Una llarga llista de funcions que fan que se senti feliç d'aportar valor a la societat mitjançant un repte diari que és possible. “Crec que tothom hauria de tenir les mateixes oportunitats i que, els que hem nascut en un lloc privilegiat, tenim d'obligació de tornar una part d'aquests privilegis a la resta, sense esperar-ne res a canvi”, ens diu convençuda. Paraula de voluntària.



## **Cristina Prieto i Borja Salguero**

Voluntària  
i beneficiari  
d'Incorpora.

### **“Somio un món millor”**

“Tots dos assumim cada errada i cada èxit meu amb il·lusió i força”, ens explica en Borja. “Suposo que som les dues cares del voluntariat, tots dos amb desitjos de ser millors i d’aconseguir una societat plural de convivència pacífica. Estic orgullós de la meva raça gitana, dels meus orígens, tot i que sé la importància que té l’educació per a tot, per això vull aprovar els exàmens de l’ESO amb l’ajuda de la Cristina.” “Estic convençuda que aquest noi arribarà lluny”, ens diu la Cristina, orgullosíssima del seu alumne. “Soc voluntària de ”la Caixa” des de fa

tretze anys i, tot i que em vaig prejubil·lar el 2014, tenia ben clar que volia contribuir a fer d’aquest món un lloc millor. Jo, que ho he tingut tot, una infantesa feliç, oportunitats per estudiar a la universitat, viatjar, treballar, formar una família..., almenys he trobat la manera de tornar amb gratitud el que m’ha donat la vida.”

## L'esquelet—

És el conjunt d'ossos que proporciona al cos humà la seva estructura. Representa al voltant del 12% del pes total del cos i forma, juntament amb el sistema muscular, l'aparell locomotor.

# Trobades

## Trobada de Delegats

LA V TROBADA DE DELEGATS ES VA CELEBRAR A MALLORCA EL 2017



→ Va ser el CaixaForum de la ciutat de Palma el que va acollir el 25 de novembre de 2017 la V Trobada Anual de Delegats. L'esdeveniment va suposar una jornada de treball i posada en comú en la qual van participar totes les delegacions de l'Associació de Voluntaris de "la Caixa", els membres de la Junta del Voluntariat, l'equip d'Acció Social de CaixaBank i el Departament de Voluntariat de la Fundació Bancària "la Caixa". Durant la trobada es va poder constatar la consolidació de la magnífica tasca feta durant aquests dotze anys pels voluntaris, que han atès més d'un milió de persones en situació de vulnerabilitat. S'hi va presentar el Pla director 2017-2019 de voluntariat i es va treballar sobre els reptes de futur i els objectius de l'associació.

## Trobada del Voluntariat

EL 2017 ES VA CELEBRAR LA TROBADA DEL VOLUNTARIAT

→ Altruisme, treball en equip, empatia, tolerància, compromís, generositat... Són només alguns dels valors que caracteritzen els voluntaris. Com a reconeixement a aquests valors i a la tasca que duen a terme, es va celebrar de manera simultània a dotze ciutats espanyoles la Trobada del Voluntariat, que va tenir lloc el 10 de març de 2017. Durant l'acte a Barcelona, Juan Antonio Alcaraz, director general de Negoci de CaixaBank, va destacar l'"irrenunciable compromís social" de l'entitat i va subratllar que aquesta iniciativa ofereix l'oportunitat als empleats d'"implicar-se en el suport als més necessitats i fomentar així l'acció de voluntariat com un dels eixos clau del model bancari de l'entitat". "El voluntari és una persona activa, que actua amb generositat i que és solidari perquè té un alt grau d'empatia", segons l'opinió de Jaume Giró, director general de la Fundació Bancària "la Caixa". "És un honor homenatjar avui les persones que simbolitzen aquest esperit altruista i saber que formen part del dia a dia de "la Caixa"."





## Alacant— ‘Trekking’ social amb Projecte Home



→ Una vegada al mes, els voluntaris de “la Caixa” Alacant acompanyen en diverses sortides de senderisme els usuaris de Projecte Home. Per a Pablo Sandoval, un dels voluntaris, les sortides “són autèntiques experiències vitals en què ens ensenyen i ens motiven amb les ganes que tenen de superar les dificultats que els ha donat la vida”.

## Almeria— Muntatge de capses niu per a ratpenats



→ El ratpenat té un paper fonamental en la regulació de la població d'insectes i rosegadors. Per conscienciar els més joves sobre aquests animals, se'n va fer un taller el Dia Mundial del Medi Ambient. Els voluntaris van col·laborar tant en l'organització d'equips de treball com en la supervisió i la coordinació dels nois juntament amb els seus monitors de referència.

## Aragó— Sopars a El Refugio



→ Van començar sent dimecres alterns i al final s'han acabat convertint en tots els dimecres de març, juliol i agost. 41 voluntaris de “la Caixa” Aragó repartits en torns van preparar el menjar i van repartir el sopar a unes 55-60 persones sense llar o en situació de vulnerabilitat social. El que és fonamental per a ells és poder xerrar i interactuar amb un dels col·lectius més vulnerables.

## Astúries— Una tarda de futbol amb els veterans de l'Sporting de Gijón



→ Amb la col·laboració dels voluntaris de “la Caixa”, es va organitzar l'1 d'abril un partit de futbol entre l'Entitat Down Astúries i els veterans de l'Sporting. “Va ser una tarda estupenda en la qual es van potenciar valors de treball en equip, cooperació i respecte màxim entre tots”, n'explica Cristina Prieto, la delegada dels voluntaris de “la Caixa” a Astúries.

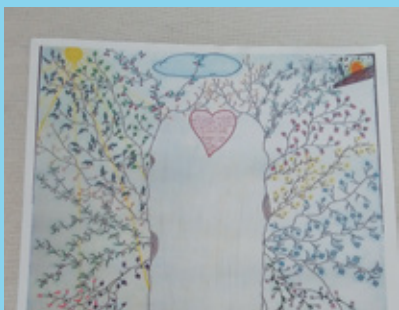


## Barcelona nord— 5a edició del festival ADFO a Torelló



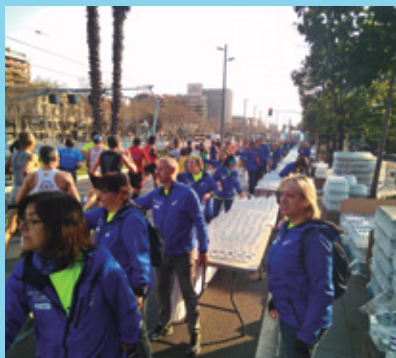
→ Coincidint amb el Dia Internacional de la Diversitat Funcional, el grup de Torelló de l'Associació de Disminuïts Físics d'Osona va celebrar la cinquena edició del festival ADFO. Van participar en diverses actuacions membres d'entitats que hi van col·laborar voluntàriament. A l'acte va assistir Jesús Calvo, delegat del voluntariat de Barcelona nord de l'Obra social "la Caixa".

## Barcelona sud— Dos projectes per acompanyar en la malaltia



→ Dos han estat els projectes més destacables d'aquesta delegació. Un va consistir en una visita amb els usuaris de la Fundació Privada Àuria d'Igualada a l'empresa El Pastoret de Sant Guim de Freixenet i a l'Aquàrium de Barcelona. D'altra banda, l'activitat L'Arbre de la Vida es desenvolupa a l'Hospital Comarcal del Garraf i consisteix a acompanyar els malalts terminals en el procés d'acceptació de la mort.

## Barcelonès i Vallès Occidental— Preparació de l'avituallament a la Zurich Marató de Barcelona



→ Vuitanta voluntaris d'aquesta delegació van col·laborar en la preparació de l'avituallament i el lliurament d'ampolles d'aigua i begudes energètiques als 20.000 participants de la 39a edició de la Zurich Marató de Barcelona.

## Burgos i Sòria— Recórrer el Camí de Sant Jaume amb presos de Burgos



→ No va poder ser el trajecte sencer, però almenys vuit presos del penal de Burgos van poder fer durant el 2016 i el 2017 les sis últimes etapes del Camí de Sant Jaume per fer i rebre l'abraçada del sant. Els van acompanyar voluntaris de "la Caixa" d'aquesta ciutat castellana.

## Cadis i Ceuta— Treballant amb els més joves



→ Cinc voluntaris de la delegació de Cadis van acompanyar 25 menors de les zones més desfavorides de Jerez de la Frontera en una activitat desenvolupada a Sierra Nevada el mes de juliol. La delegació de Ceuta va fer el mes de setembre, amb motiu de la celebració del Dia del Voluntariat, un taller de pintura amb joves discapacitats de l'entitat PROI Ceuta.

## Còrdova— CiberCaixa Hospitalària i teatre nadalenc



→ Els voluntaris d'aquesta delegació destaquen dues activitats: CiberCaixa Hospitalària, que consisteix a acompanyar diverses tardes els nois hospitalitzats i fer-los oblidar durant una estona la malaltia, i la funció teatral que van representar al Nadal per fomentar la inclusió social d'infants i adults amb discapacitat o en perill d'exclusió social.

## **Cantàbria— Buscant somriures**



→ En col·laboració amb l'Associació Buscando Sonrisas, els voluntaris de la delegació de Cantàbria van repartir joguines als nens malalts de càncer ingressats a l'Hospital Marqués de Valdecilla a Santander.

## **Castelló— Els Reis Mags van arribar a Castelló**



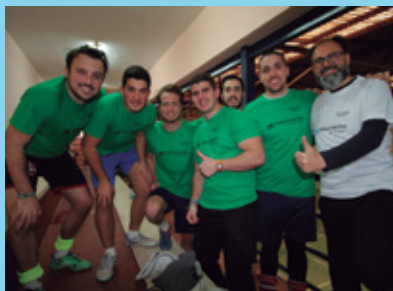
→ Com cada any, els voluntaris de la delegació de Castelló van fer de Reis Mags per portar regals al Centre d'Acollida de la Plana Baixa de Nules, a l'Escola d'Educació Especial Hortolans, el Centre d'Acollida de la Plana Alta i el Centre Especial Penyeta Roja de Castelló de la Plana.

## **Castella-la Manxa— Via verda per la integració**



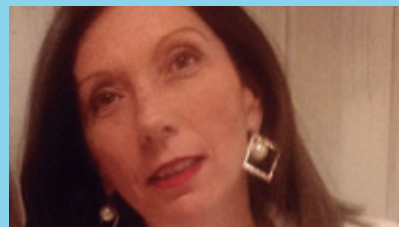
→ Voluntaris de Talavera de la Reina i el grup de Toledo van aconseguir implicar-hi més de 50 voluntaris de la província, i d'altres de limítrofes com Extremadura i Madrid, i més de 500 beneficiaris. L'activitat va consistir en un recorregut per la Via Verda de la Jara i la celebració de la festa de la integració al final de la ruta.

## **Extremadura— VII Torneig de Futbol Sala al Centre Penitenciari de Badajoz**



→ Va tenir lloc el 25 de març i tenia com a finalitat fer passar als interns del centre penitenciari un matí diferent fent esport. El campionat va enfrontar interns del centre, voluntaris de la Creu Roja, alumnes de la Universitat d'Extremadura i voluntaris de "la Caixa".

## **Galícia— Organització d'un taller de cerca de feina per a presos**



→ Dins del Programa Incorpora de l'Obra Social "la Caixa", els voluntaris de la delegació de Galícia van organitzar el taller Reforç de la formació complementària per a la cerca de feina. L'activitat es va dur a terme el març al Centre d'Inserció Social de la Corunya en col·laboració amb la Fundació Érguete. Hi van participar 19 interns en tercer grau.

## **Girona— Gimcana infantil pel Barri Vell de Girona**



→ L'activitat es va desenvolupar el mes de maig i hi van participar 200 nens de Càritas. Es van organitzar jocs per equips en què havien d'anar descobrint pistes deixades en sis punts de control com el Museu del Cinema o a CaixaForum. En acabar, es va oferir als infants un àpat, jocs i una sessió de zumba.



## Granada— Concert solidari



→ El setembre, la delegació de Granada va organitzar un concert solidari adreçat a entitats socials que treballen en diferents àmbits: culturals, socials, ambientals... Va tenir la col·laboració de l'Orquestra Ciutat de Granada i l'objectiu era reconèixer la tasca desinteressada que fan cada dia aquestes organitzacions.

## Huelva— Dia del Voluntari



→ La delegació de Huelva va celebrar el Dia del Voluntari l'1 de novembre, en què va organitzar una ruta de senderisme fins a l'ermita del Rocío. Hi van participar 12 voluntaris i 30 beneficiaris de Projecte Home. En agraïment a la seva tasca, Projecte Home va obsequiar els voluntaris amb un dinar preparat pels seus interns.

## Eivissa i Formentera— Taller de cuina per a nens



→ L'activitat es va dur a terme l'abril i va consistir en l'organització d'un taller de cuina per a 15 infants de Càritas Eivissa. Cada nen hi havia de cuinar una coca de verdures. Els voluntaris van ajudar a preparar els estris i la massa, i van ajudar els nens a tallar els ingredients.

## Jaén— Treballant amb els infants i els joves



→ Dues activitats destaquen per sobre de la resta per a aquesta delegació andalusa. El novembre, els voluntaris van organitzar una visita als Banys Àrabs en la qual van exercir de guies per als joves de la Fundació Don Bosco i del Centre de Menors Las Languillas. El desembre, van fer una representació teatral per als nens ingressats a l'Hospital Materno Infantil de Jaén.

## La Rioja— Cap nen sense bigoti



→ Onze voluntaris de la Rioja van participar en la campanya de recollida de llet 'Cap nen sense bigoti', organitzada per CaixaBank, la Fundació Bancària "la Caixa" i la Federació de Banc d'Aliments. L'activitat va tenir lloc durant dues tardes del mes de juny en un supermercat, i van aconseguir recollir 3.227 litres de llet.

## Las Palmas— Assessorament nutricional per a un equip de la Fundació ADSIS



→ Els voluntaris de la delegació de Las Palmas van organitzar una sèrie d'activitats d'assessorament per a l'equip de professionals d'Infància i Família de la Fundació ADSIS. L'objectiu era instruir les famílies sobre com poden millorar els berenars i els sopars dels nens les llars dels quals han patit més la crisi econòmica.

## Lleó— Joguines per a tots a Mensajeros de la Paz



→ Amb motiu del Nadal, els voluntaris de la delegació de Lleó van repartir joguines a 40 nens, en col·laboració amb Mensajeros de la Paz. Els voluntaris es van convertir en mags que van repartir somriures, il·lusió i jocs. Al final de l'activitat es va oferir als menors un berenar.

## Lleida— Natura i esport per millorar el món



→ La delegació de Lleida destaca dues activitats. En col·laboració amb entitats municipals i veïns de la zona, van organitzar una plantada d'arbres i flors autòctons al parc urbà Mas Duran de Cervera. També van organitzar el V Torneig de Bàsquet Ciutat de Lleida per a persones amb discapacitat intel·lectual.

## Màlaga— Esport i valors



→ Trenta voluntaris d'aquesta delegació andalusa es van bolcar en l'organització de diversos tallers ubicats al centre de Màlaga i destinats a nens i joves en perill d'exclusió social. Es tractava, amb això, de reconèixer la tasca del voluntariat, promoure una trobada d'organitzacions socials i fomentar l'esport i les activitats lúdiques.

## Madrid— Art i homenatge a les dones



→ El mes d'abril, la delegació de Madrid va voler homenatjar les dones per exigir la igualtat d'oportunitats. I el maig, dins del programa de les festes de Sant Isidre, van organitzar la jornada "Un matí per canviar el món". Es pretenia, a través d'activitats artístiques relacionades amb quadres famosos, fomentar la convivència i el canvi social.

## Mallorca— Un menú especial de Nadal



→ El Nadal ha de ser especial per a tothom. Amb aquest objectiu, els voluntaris de la delegació de Mallorca van preparar un menú especial de Cap d'Any per a més de 200 usuaris del menjador social Zaqueo y Ebenezer Maranata. I tot, gràcies a la recollida de fons que es va fer durant el mes de desembre.

## Menorca— Sortida familiar al cinema



→ Els voluntaris menorquins van aconseguir fer passar una tarda de dissabte diferent per a 80 famílies de Càritas i la Creu Roja Menorca. Van aconseguir que la direcció del cinema els projectés la pel·lícula Coco en una sala reservada només per a ells. Els voluntaris també es van encarregar d'organitzar el transport per a les famílies.



## Múrcia— Cuidant el medi ambient



→ Contribuir a la millora del medi ambient va ser l'objectiu d'aquesta activitat organitzada per la delegació de Múrcia. Nou voluntaris van condicionar un bassal de la zona forestal del Sequén per recuperar la biodiversitat de l'indret i van col·laborar en la reforestació de la zona.

## Navarra— Visita al Planetari per a persones amb discapacitat visual



→ Per conèixer l'univers no n'hi ha prou amb la vista. També es pot sentir, parlar i escoltar. Amb aquesta idea, els voluntaris de Navarra van organitzar una visita al Planetari per a 65 persones amb discapacitat visual de l'ONCE i AMMA Mutilva.

## País Basc— Representació de la 'Passió vivent de Jesús'



→ Poc abans de la Setmana Santa, la delegació del País Basc va organitzar, juntament amb la Fundació Miranda, diverses representacions relacionades amb la passió i la mort de Jesús. La representació va tenir lloc als jardins de la fundació i el públic va ser la gent gran resident.

## Salamanca, Àvila i Zamora— Festival de Nadal al Centro Materno Infantil Ave María



→ Des de ja fa uns quants anys, els voluntaris de la delegació de Salamanca celebren Nadal al costat de les mares adolescents al Centro Materno Infantil Ave María de Santa Marta de Tormes (Salamanca). Conversen amb les joves, les acompanyen i lliuren els regals de Reis als més petits.

## Sevilla— Concurs Encerta-la i guanya



→ Per motivar en l'estudi els interns del Centre Penitenciari Sevilla I, es va desenvolupar durant el curs escolar un concurs basat en preguntes amb tres possibles respostes per a diferents nivells culturals. Es va organitzar en 16 sessions i va tenir una assistència mitjana de 120 beneficiaris en cadascuna.

## Tarragona— Jornada mediambiental a Mas de Forès d'Alcover



→ Es tracta d'una acció local en benefici de la Fundació Ginac i ambientada en plena natura. Deu voluntaris de la delegació de Tarragona van fer una neteja forestal de la zona de Mas de Forès, a Alcover, i moltes activitats més per a nous voluntaris i els nois de la Fundació Ginac.

## **Tenerife— Vull ser Rei Mag**



→ Voluntaris de la delegació de Tenerife van apadrinar el novembre i el desembre 299 infants en situació de vulnerabilitat social a Santa Cruz de Tenerife. El 6 de gener, aquests menuts van rebre regals i els voluntaris van aconseguir que els pares dels nens tornessin a veure un somriure a les cares dels seus fills.

## **Terres de l'Ebre— Promovent l'envelliment actiu**



→ Amb la col·laboració de l'Ajuntament de Tortosa, els voluntaris de la delegació de les Terres de l'Ebre organitzen un seguit d'activitats adreçades a la gent gran que pertany a organitzacions com la Creu Roja, Càritas o l'Associació de Familiars de Malalts d'Alzheimer. Consisteixen en diversos recorreguts per Tortosa, tenint en compte les dificultats per caminar que presenten aquestes persones.

## **València— Berenar intergeneracional d'estiu**



→ Es tracta d'una trobada amb la gent gran que participa en programes d'acompanyament socioafectiu contra la soledat de la Fundació Amics de la Gent Major. Vuit voluntaris de la delegació valenciana van participar en la recepció, l'acollida i el control d'assistència de la gent gran que va participar a la trobada.

## **Valladolid, Palència i Segòvia—**

## **Marxa pel camí Castellano- Lebaniego**



→ Coincidint amb l'Any Jubilar Lebaniego, voluntaris d'aquesta delegació van acompanyar persones amb discapacitat intel·lectual de la Fundació San Cebrián a fer una jornada de senderisme de 19 quilòmetres pel camí Castellano-Lebaniego.



## El cor—

Es tracta d'un múscul buit que funciona com una bomba que impulsa la sang a través de les artèries per distribuir-la per tot el cos. És l'òrgan principal de l'aparell circulatori.

**"El voluntariat et fa valorar més la teva vida"**

### **Valentín del Barrio Jiménez**

Aquest empleat de CaixaBank treballa com a voluntari des de fa set anys.



Feia més de vint anys que era empleat de CaixaBank i sempre havia tingut el cuquet del voluntariat ficat a dins. Però no va ser fins que la seva filla petita va haver de ser ingressada a l'hospital per un problema respiratori que Valentín del Barrio va tenir clar que seria voluntari. L'ingrés de la petita es va veure alleujat quan va assistir a la ciberaula de l'hospital. "Poder sortir de l'habitació i normalitzar una estona la vida de la meva filla amb joguines, contes... Veure-la lluny de sèrums, gomes i, sobretot, somrient" va suposar per a la família "un alliberament".

Va ser aleshores quan va decidir fer el pas i convertir-se en voluntari de "la Caixa". D'això, ja en fa set anys i, avui dia, l'activitat que més vegades fa en la tasca com a voluntari és la cura de la ciberaula de l'Hospital de Móstoles. "Més o menys una vegada al mes obro l'aula, i durant dues hores faig que els nens ingressats, els seus familiars i amics se sentin com jo em sentia ja fa molts anys."

No és l'única activitat en la qual en Valentín ha participat i col·laborat. Algunes vegades ho ha fet sol, però moltes altres hi ha implicat també la seva família. "Tinc dues filles, de set i deu anys. Miro d'involucrar-les en moltes activitats que duc a terme", explica. "Les vull educar en valors. Que siguin tolerants, que respectin el diferent i que siguin solidàries. Els transmeto que som uns privilegiats i que és bo ajudar els altres."

Són diverses les fundacions i els organismes amb què en Valentín ha col·laborat. Una ha estat la Fundació Manantial, dedicada a persones amb trastorn mental. També ha col·laborat amb la Fundació Juan XXIII, entitat que treballa amb persones amb discapacitat intel·lectual, Atenció Temprana de Leganés (infants amb autisme, hiperactivitat i minusvalideses físiques i psíquiques), organitzacions que ajuden el poble sahrauí...

El seu objectiu, com el del voluntariat en general, sempre ha estat que aquestes persones aconseguixin oblidar, encara que sigui ni tan sols per una estona, els seus problemes diaris, que puguin normalitzar les seves vides i tenir moments de lleure. Per aquesta raó, ell i altres vo-

luntaris gaudeixen al costat d'aquestes persones acompanyant-les en sortides al camp, a boleres, al cinema... I participen i organitzen amb ells activitats dels centres respectius, com ara tallers i festes escolars.

"Veient any rere any l'evolució d'aquestes persones i el que els seus monitors ens fan arribar després de cada activitat, és suficient per continuar interactuant-hi", assegura explicant l'experiència.

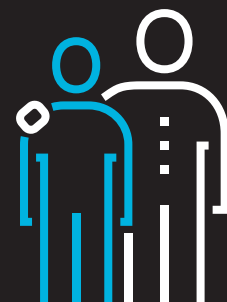
"Una activitat que vaig fer completament diferent i que tornaria a repetir va ser anar a una projecció filmogràfica per a persones sordes", explica en Valentín. "Els vam preparar a l'entrada del cinema un *photocall*, i ens anaven ensenyant als voluntaris paraules amb el llenguatge de signes. Va ser una activitat molt enriquidora i vaig aprofitar per dur-hi una familiar que volia participar com a voluntària, i que va repetir."

Acompanyat de la dona i les filles, el gener d'aquest any, per exemple, la família sencera va col·laborar empaquetant aliments i joguines per al poble sahrauí. "Vam passar un matí emplenant caixes amb aliments i joguines donats per grans supermercats i particulars. Va ser una activitat bonica, per la seva finalitat, i molt enriquidora per a les meves filles", explica satisfet.

En altres activitats, com la recollida de llet i el Dia del Voluntari, en Valentín és el primer a aportar-hi el seu granet de sorra. D'aquesta manera, li és més fàcil animar els amics i els familiars a col·laborar també en aquestes causes. "Crec que la finalitat està més que justificada, i entre tots podem arribar a moltes persones que no tenen la nostra sort."

El que en Valentín té clar és que els que gaudeixen més amb aquestes iniciatives són els voluntaris mateixos. "El Dia del Voluntari, encara que és un dia dedicat a infants en risc d'exclusió social, al final crec que som tots els que gaudim com si fóssim nens, veient aquelles carones d'il·lusió i diversió", assegura.

A l'última edició, en Valentín i la seva dona van acollir uns nens a Leganés i van començar a partir amb ells i les seves famílies un matí de tallers, música i esport.



## L'orgull de ser voluntari

A en Valentín, el voluntariat li ofereix "totes les motivacions del món". "Quan ja fa anys que dus a terme activitats, que coneixes diversos col·lectius que, per raons diferents, estan en risc d'exclusió social, això et fa valorar més la vida, donar a les coses la importància que tenen de debò", explica. "Et fa veure que donant una miqueta de tu, per a ells suposa, en molts casos, treure'ls un somriure, normalitzar la seva vida, fer-los sentir un més en aquesta societat."

Ser voluntari de "la Caixa" és un luxe per a en Valentín i un orgull. Així el fa sentir poder proposar i fer activitats diferents i sentir-se emparat per tot l'equip. "Fa poc vaig sentir dir que l'ideal serà el dia que no hi hagi voluntaris perquè sigui un fet que portem dins cadascú i ho fem per instint." Fins que no arribi aquest dia, segurament en Valentín i molts altres com ell continuaran aportant un granet de sorra i part del seu temps perquè altres aconseguixin millorar les seves vides.

"Per descomptat, vull que les meves filles creixin en un món que cada vegada sigui millor, i per fer-ho tots hi hem de posar de la nostra part", afirma. "Vull que participin en el voluntariat, que valorin el que tenen i que siguin generoses."



## La pell—

Actua com a barrera protectora que aïlla l'organisme del medi que l'envolta, de manera que el protegeix i contribueix a mantenir-ne íntegres les estructures, alhora que actua com a sistema de comunicació amb l'entorn.

# La solidesa dels valors en temps variables

A cada ciutat d'Espanya, voluntaris compromesos a construir una societat millor i més justa es posen el polo blau cada dia per ajudar les persones que ho necessiten més. Durant les últimes dècades, les necessitats i les problemàtiques socials han canviat profundament, lluny queden les que el 2005 focalitzaven els nostres esforços i sobre les quals vam obtenir grans

resultats. Tot i el pas del temps, l'essència de Francesc Moragas segueix viva en els voluntaris de "la Caixa". Tal com deia el nostre fundador, l'ambició de fer nostres les necessitats dels altres continua marcant el nostre rumb. Durant tot aquest temps hem fet valer la nostra millor fortalesa, la proximitat. Ell ens va ensenyar que el compromís amb el territori és vital



**Francesc Moragas** (fundador i primer director de "la Caixa")  
al seu despatx al final dels anys vint.

Les paraules  
del nostre  
fundador  
continuen  
vigents

”  
**La feina  
al cap  
i la gent  
al cor.**  
”

per construir un projecte diferenciador. A l'actual societat tecnològica, seguim afrontant la realitat aportant el nostre valor afegit, el contacte humà i la confiança en les persones per sobre de tot. Les paraules del nostre fundador continuen vigents: "La feina al cap i la gent al cor", i sota aquesta premissa encara treballem per i per a les persones.

Avui tenim una gran oportunitat per davant. Junts podem aconseguir que el futur sigui millor, més just i amb més oportunitats per a tothom.

---

**Marta Gil**

Directora de l'Associació  
de Voluntaris de "la Caixa"

Els voluntaris de l'Associació de Voluntaris de "la Caixa" han desenvolupat la seva tasca adaptant-se als canvis i les necessitats que la societat presentava i creixent any rere any en nombre, activitats i beneficiaris. Aquestes són les dades dels últims deu anys:

**Beneficiaris 2007**

32.791



**Beneficiaris 2017**

182.173

**Activitats 2007**

867



**Activitats 2017**

3.225

**Voluntaris 2007**

2.107



**Voluntaris 2017**

10.498

En total, des del 2007, més d'**1.400.000** beneficiaris han estat atesos en més de **18.300** activitats.

#### Mirant al futur

El creixent augment de les xifres amb prou feines en deu anys fa que es pugui ser optimista respecte del futur. A Espanya, l'impuls blau dels voluntaris de "la Caixa" compromesos a ajudar els que ho necessiten més continuarà creixent.



Alfons Sánchez

“  
Ens vas mostrar el camí,  
i sempre seguiràs entre nosaltres. Et dediquem  
aquesta publicació d'*Impuls Blau*”

”



Tots els voluntaris  
afirmen que reben més  
del que donen.

**Vols ser voluntari?**

[www.voluntarioslacaixa.org/ca](http://www.voluntarioslacaixa.org/ca)



CaixaBank  
Obra Social "la Caixa"  
Voluntaris "la Caixa"