

CATÁLOGO DE PUESTOS DE ACCIÓN VOLUNTARIA

**CURSO
2025-
2026**

**EN COLABORACIÓN
CON**



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Vicepresidència Primera y
Conselleria de Serveis Socials,
Igualtat i Vivenda



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Vicepresidència y Conselleria
de Igualtat i polítiques Inclusives



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

Cada persona voluntaria formará parte de uno de los grupos de ocio compuesto por 12-14 personas aproximadamente. Las funciones son:

- **Acompañamiento Activo en Salidas y Actividades:** acompañar de forma atenta y proactiva, asegurando la seguridad y el bienestar de las personas participantes en cada momento y colaborar en los desplazamientos.
- **Fomento de la Autonomía y Autodeterminación:** empoderar a cada persona, animándoles a tomar decisiones y expresar sus preferencias.
- **Impulso de las Relaciones Sociales e Inclusión:** favorecer la interacción y la cohesión dentro del grupo, prestando atención a quienes puedan sentirse más aislados, facilitando su participación y colaborar en la gestión de posibles conflictos dentro del grupo.
- **Creación de un Clima Motivador y de Diversión.**

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona extrovertida, dinámica y empática de edad similar al grupo de ocio.
- La puntualidad es fundamental.

¿DÓNDE?

Por toda la ciudad de Valencia según actividad.
Requiere desplazarse hasta el punto de encuentro.

HORARIO:

Viernes de 18.00 a 20.30
Una salida de 21.00 a 1.00 al mes (grupos + 18 años)

DISPONIBILIDAD:

Al menos dos viernes al mes

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO PROGRAMA DEPORTIVO ÁREA DEPORTE



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Acompañamiento y Adaptación en la Actividad Física:** apoyo en la realización de actividades físicas y deportivas diversas, como **baloncesto, natación y/o baile**, colaborando en la adaptación de los ejercicios a las capacidades individuales de cada persona.
- **Empatía, Comprensión y Facilitación:** ayudar y facilitar la comprensión y ejecución de los ejercicios, fomentando el desarrollo de hábitos de vida saludables.
- **Motivación y Refuerzo Positivo:** Animar a las personas participantes a través del refuerzo positivo, colaborando en la creación de un ambiente lúdico y de confianza, fomentando la educación en valores como el trabajo en equipo, el respeto y la superación personal.

PERFIL VOLUNTARIO/A: Persona activa y dinámica que le guste el deporte.

Actividad física: Pabellón Fuensanta. L y X de 10.00-11.00 y L,M,X y J 12.00-14.00

¿DÓNDE? Baloncesto: Pabellón Fuensanta. L y X de 16.00-17.00

Baile: Pabellón Fuensanta. L y X de 16.00-17.00

Natación: Piscina Mislata. M y J de 16.00-17.00

HORARIO: Lunes y miércoles de 10.00-11.00
De lunes a jueves de 12.00 a 14.00 y de 16.00-17.00

DISPONIBILIDAD: Al menos una hora a la semana para la participación en alguna de las clases

COMPETENCIAS



Flexibilidad e
innovación



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- Apoyo en Talleres curriculares: colaboración en sesiones de **estimulación cognitiva**, fomentando el aprendizaje y la concentración; actividades de **desarrollo físico**, promoviendo la actividad y el bienestar; talleres de **inteligencia emocional y habilidades sociales**, ayudando a mejorar la comunicación y la expresión de sentimientos; dinámicas de fomento de la **autonomía**, apoyando a los participantes en sus rutinas diarias y en el desarrollo de su independencia.
- Apoyo en **actividades complementarias**: participación en talleres conversacionales, deporte, musicoterapia, etc.

En los meses de mayo-julio se cambia la dinámica y es más orientada al ocio.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

Persona proactiva que quiera aportar sus conocimientos en alguna de nuestras áreas de trabajo (cognitiva, física, emocional o autonomía).

¿DÓNDE?

Centro de Atención Psicosocial

HORARIO:

De Lunes a Jueves de 9:00 a 13:30. Sobre todo se necesita apoyo para los meses de septiembre/octubre y mayo/ junio/ julio.

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día por semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO TALLERES ÁREA PSICOSOCIAL



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Diseño y Adaptación de Talleres:** diseñar y adaptar talleres prácticos y accesibles para personas con discapacidad intelectual. Se trata de enseñar aquellas habilidades que poseas como cocina, yoga, manualidades, etc. para que las personas usuarias disfruten de nuevas experiencias.
- **Facilitación de Sesiones:** guiar paso a paso las actividades, adaptando el ritmo y creando un ambiente motivador, participativo y seguro.
- **Promoción del Bienestar y Desarrollo Personal:** promover el bienestar emocional, la expresión creativa y el desarrollo de habilidades prácticas y sociales a través de talleres, ayudando a mejorar la calidad de vida de los participantes.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Actitud motivadora, cálida y feliz.
- Persona con conocimientos sobre el taller que se va a impartir.

¿DÓNDE? Centro de Atención Psicosocial

HORARIO: De lunes a viernes de 15:30 a 17:00

DISPONIBILIDAD: Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Liderazgo de
iniciativas



Comunicación
interpersonal



Planificación y
organización



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Acompañamiento:** ofrecer apoyo individualizado y seguridad, garantizando que cada participante se sienta seguro, respetado e incluido en todo momento en nuestras salidas en entornos naturales con fin terapéutico.
- **Mediación activa con el entorno:** guiar la exploración consciente del medio natural, facilitando y adaptando las actividades, desde la interacción sensorial con plantas y árboles, hasta la realización de tareas sencillas de contacto con la tierra (siembra, cuidado de plantas).
- **Fomento del respeto por el medio ambiente:** modelar un comportamiento de cuidado y aprecio hacia la naturaleza.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Actitud motivadora, cálida y feliz.
- Persona activa que disfrute de los entornos naturales

¿DÓNDE?

Centro de Atención Psicosocial (de ahí nos vamos en furgó)

HORARIO:

Miércoles de 9.00 a 13.00

DISPONIBILIDAD:

Miércoles

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO ACOMPAÑAMIENTO OCIO ÁREA PSICOSOCIAL



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Compañía y Apoyo:** brindar apoyo individualizado y fomentar la confianza de los/as participantes en cada actividad.
- **Fomento de la Participación e Inclusión:** fomentar la participación, creando un clima de diversión.
- **Promoción de la Autonomía y Habilidades Sociales:** fomentar su autonomía y desarrollo de habilidades sociales en un entorno natural y lúdico.
- **Colaboración y Seguridad:** facilitar el uso del transporte público y asegurar un entorno seguro.

PERFIL VOLUNTARIO/A: Persona extrovertida, dinámica y empática

¿DÓNDE? Salida desde Centro de Atención Psicosocial

HORARIO: Viernes de 9.00 a 13.30

DISPONIBILIDAD: Al menos 2 viernes al mes.

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO APOYO FISIOTERAPIA EN SALA ÁREA PSICOSOCIAL Y VIDA ADULTA



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Facilitar el desarrollo de las sesiones, la organización del espacio y el bienestar general de los participantes:** acompañar en los desplazamientos hasta la sala de fisio, modelar para la correcta ejecución de los ejercicios, colaborar en el orden de la sala.
- **Fomentar la participación y la motivación:** ofrecer ánimo y apoyo durante los ejercicios, creando un ambiente amigable y de confianza.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

Titulados o estudiantes de fisioterapia, TAFAD, grado en actividad física deportiva o magisterio educación física

¿DÓNDE?

Sala fisioterapia: Centro de Atención Psicosocial.

HORARIO:

De Lunes a jueves de 9.00 a 14.00

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Garantizar la seguridad y el bienestar de las personas participantes en el agua:** ofrecer asistencia en la entrada y salida de la piscina, ayudar con el material de flotación para asegurar la estabilidad, y estar atento a las necesidades individuales de cada persona.
- **Apoyo en vestuarios:** asistir en el cambio de ropa, tanto antes como después de la sesión, siempre respetando la intimidad y la autonomía de cada persona. Apoyar en el secado y aseo personal y en la organización de las pertenencias para evitar pérdidas o confusiones.
- **Fomentar la participación activa y el disfrute:** Motivar a realizar los ejercicios, manteniendo una comunicación cercana y positiva.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- No es necesario ninguna formación específica. Preferiblemente que sea Técnico en APSD.
- Preferible figura masculina.

¿DÓNDE?

Piscina: Polideportivo de Abastos.

HORARIO:

Lunes de 9.00 a 13.30

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO ACOMPAÑAMIENTO OCIO ÁREA VIDA ADULTA



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Compañía y Apoyo:** brindar apoyo individualizado y fomentar la confianza de los/as participantes en cada actividad.
- **Fomento de la Participación e Inclusión:** fomentar la participación, creando un clima de diversión.
- **Promoción de la Autonomía y Habilidades Sociales:** fomentar su autonomía y desarrollo de habilidades sociales en un entorno natural y lúdico.
- **Colaboración y Seguridad:** facilitar el uso del transporte público y asegurar un entorno seguro.

PERFIL VOLUNTARIO/A: Persona extrovertida, dinámica y empática

¿DÓNDE? Salida desde Centro de Vida Adulta y Envejecimiento Activo

HORARIO: Viernes de 9.00 a 13.30

DISPONIBILIDAD: Al menos 2 viernes al mes

COMPETENCIAS



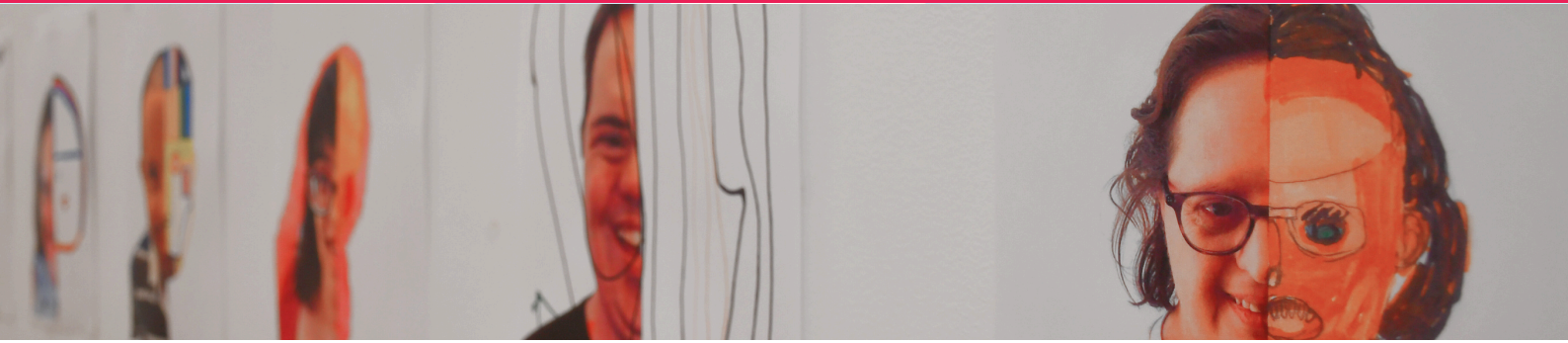
Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Diseño de Actividades para la Estimulación Cognitiva y Creativa:** diseñar y adaptar actividades de arteterapia que fomenten activamente la creatividad y la estimulación cognitiva, como ejercicios que impliquen reconocer formas y colores, seguir secuencias para crear una obra, resolver pequeños desafíos artísticos, o usar el arte para recordar y expresar emociones, utilizando materiales y técnicas variadas.
- **Impulsar la comunicación, la expresión y el bienestar emocional:** animar a las personas participantes a verbalizar sus ideas y procesos creativos, promoviendo el bienestar emocional, la reducción del estrés y el desarrollo de habilidades de comunicación y expresión a través del arte.
- **Integración con el Plan Formativo y Apoyo Continuo:** colaborar con el equipo del centro para mejorar la integración de la arteterapia en el currículo global.

PERFIL VOLUNTARIO/A: Persona con formación en arteterapia

¿DÓNDE? Centro de Vida Adulta y Envejecimiento Activo

HORARIO: Lunes de 16.00 a 19.00 o martes de 15.00 a 17.00

DISPONIBILIDAD: Al menos 1 vez al mes

COMPETENCIAS



Liderazgo de
iniciativas



Comunicación
interpersonal



Planificación y
organización

ASINDOWN

VOLUNTARIADO IMPULSA ÁREA VIDA ADULTA



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

El programa Impulsa tiene como objetivo ralentizar el deterioro cognitivo en personas con Síndrome de Down. Como voluntario/a participarás en los siguientes talleres:

- **Talleres de estimulación cognitiva:** implementación de actividades cognitivas, preparación de materiales, asistencia individualizada y fomento de la concentración en las actividades.
- **Talleres de Habilidades Sociales e Inteligencia Emocional:** dinamización de grupos, modelado de comportamientos positivos y apoyo en juegos de rol para mejorar la comunicación y la gestión emocional.
- **Talleres de Promoción de la Autonomía y Hábitos de Vida Saludable:** colaborar en actividades cotidianas que promuevan la autonomía personal, fomentar la actividad física adaptada y educar sobre hábitos saludables como la buena alimentación y la higiene.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

Titulados o estudiantes universitarios de la rama educativa o social.

¿DÓNDE?

Centro de Vida Adulta y Envejecimiento Activo

HORARIO:

Lunes y miércoles de 9.00 a 10.30
Lunes y miércoles de 17.00 a 19.00

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 sesión a la semana

COMPETENCIAS



Flexibilidad e
innovación



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



■ DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- Apoyar en el desarrollo de la comunicación tanto a nivel comprensivo como expresivo de personas con discapacidad intelectual mayores de 6 años.
- Participación en sesiones individuales de intervención miofuncional o en pequeños grupos dónde trabajamos las habilidades conversacionales.

■ PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona empática, sensible y paciente.
- Se requiere formación en logopedia o terapia ocupacional.

■ ¿DÓNDE?

Centro de Atención Temprana, Educativo y Formativo

■ HORARIO:

Sesiones de una hora de lunes a jueves de 15.30 a 18.30

■ DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 sesión a la semana

■ COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- Apoyo en las sesiones de intervención educativa con alumnado con Síndrome de Down o Discapacidad Intelectual.
- Apoyo en la elaboración de material adaptado para intervención curricular y fomento de autonomía.
- Seguimiento del desarrollo del alumnado.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

Titulados o estudiantes universitarios de la rama educativa o social.

¿DÓNDE?

Centro de Atención Temprana, Educativo y Formativo

HORARIO:

De lunes a jueves de 15:30 a 18:30 ó 19:30 (depende de disponibilidad de las sesiones)

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 sesión a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Apoyo en la Formación Teórica:** apoyo en la comprensión de conceptos y refuerzo de conocimientos relacionados con la organización de eventos, como la secuencia del servicio, los tipos de montaje de mesas o la disposición de los cubiertos.
- **Apoyo en la Formación Práctica:** ayudar al alumnado a seguir las instrucciones de los docentes; apoyar al alumnado en la recepción y acompañamiento de invitados/as; supervisar tareas de atención en sala y de orden y limpieza. Las prácticas se realizan en colaboración con las empresas Best way y Gourmet Catering.
- **Ser modelo de referencia:** Mostrar una buena imagen, actitud y presencia frente al grupo siendo un modelo y ejemplo.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Se valora experiencia como camareros/as o personal de azafatos/as y organización de eventos.
- Formación de la rama educativa o social.

¿DÓNDE?

Centro de Turismo
Palacio de Congresos.
Empresas ordinarias

HORARIO:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

DISPONIBILIDAD:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO LA MARE QUE VA ÁREA FORMACIÓN



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Apoyo en la Formación Teórica:** apoyo en la comprensión de conceptos y refuerzo de conocimientos sobre higiene alimentaria, manipulación de utensilios, tipos de ingredientes, protocolos de servicio, etc.
- **Apoyo en la Formación Práctica:** ayudar al alumnado a seguir las instrucciones de los docentes; supervisar el uso correcto de los equipos de cocina y sala, asegurando que se respeten las normas de seguridad e higiene y de limpieza y orden del espacio de trabajo. Incluye la participación en eventos en espacios exteriores o LMQV.
- **Ser modelo de referencia:** Mostrar una buena imagen, actitud y presencia frente al grupo siendo un modelo y ejemplo.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Se valora experiencia como camareros o personal de cocina y organización de eventos.
- Formación de la rama educativa o social.

¿DÓNDE?

La Mare Que Va

HORARIO:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Asesoramiento de Vestimenta Profesional:** guiar a las personas usuarias en la elección de atuendos adecuados para entrevistas y roles de atención al público, ofreciendo consejos prácticos sobre cómo llevar la ropa de forma correcta (planchada, limpia, bien combinada)
- **Guía de Higiene y Cuidado Personal:** informar sobre la importancia de una higiene personal impecable, cubriendo aspectos como el cuidado del cabello, la piel, las uñas, la depilación, el afeitado y el maquillaje.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Actitud positiva, activa y motivadora.
- Conocimientos sobre imagen personal y estética.

¿DÓNDE?

La Mare Que Va, CDT y Palacio de Congresos

HORARIO:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Liderazgo de
iniciativas



Comunicación
interpersonal



Planificación y
organización

ASINDOWN

VOLUNTARIADO TAREAS DOMÉSTICAS Y VIDA INDEPENDIENTE ÁREA FORMACIÓN



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Organización y Mantenimiento de Espacios de Trabajo:** guiar en cómo organizar y mantener limpios y ordenados los diferentes espacios de trabajo, como la cocina, el comedor, el almacén o los baños. Incluye enseñar a clasificar utensilios, colocar productos en su lugar y mantener despejadas las superficies.
- **Prácticas de Limpieza y Preparación:** proporcionar instrucciones sobre cómo realizar las tareas básicas de limpieza, como limpiar mesas, barrer, fregar suelos o planchar.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Actitud positiva, activa y motivadora.
- Conocimientos sobre limpieza.

¿DÓNDE?

La Mare Que Va, CDT y Palacio de Congresos

HORARIO:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Liderazgo de
iniciativas



Comunicación
interpersonal



Planificación y
organización



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Alfabetización digital:** apoyo en aula en actividades y prácticas relacionadas con la alfabetización digital, nivel muy básico de manejo de correo electrónico, word, internet, etc.
- **Competencias sociolaborales:** apoyo en aula en habilidades básicas sobre aspectos de socialización y enfocado a las exigencias laborales.
- **Destrezas básicas, expresión y comunicación:** apoyo en aula en actividades relacionadas con el área de matemáticas funcionales y lectoescritura (comprensión y expresión oral)
- **Talleres transversales:** apoyo en aula en actividades relacionadas con talleres y acompañamiento en salidas: excursiones, días especiales, efemérides.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona responsable y empática.
- Actitud positiva, activa y motivadora.
- Formación de la rama social o educación.

¿DÓNDE?

Centro de Atención Temprana, Educativo y Formativo

HORARIO:

De lunes a viernes de 9.00 a 14.30

DISPONIBILIDAD:

Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Acompañamiento y seguridad:** ayudar a familiarizarse con el entorno de trabajo, las distintas secciones y las rutinas diarias, explicando las normas de seguridad.
- **Apoyo en tareas de reposición específicas:** ayudar a identificar productos, leer códigos de barras, colocar artículos en las estanterías, etc. fomentando su autonomía.
- **Refuerzo de habilidades Sociales Laborales:** saludar, pedir ayuda, informar de incidencias y mantener una actitud profesional.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona responsable y empática.
- Actitud positiva, activa y motivadora.
- Formación de la rama social o educación.

¿DÓNDE?

Carrefour del Centro Comercial del Saler

HORARIO:

De 9:00 a 14:00 un día a la semana (aún por determinar)

DISPONIBILIDAD:

Al menos 2 días al mes

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO FORMACIÓN DUAL ÁREA FORMACIÓN



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

- **Acompañamiento y seguridad:** acompañamiento en sesiones tanto teóricas como prácticas del perfil de reposición en Hipermercado IKEA; ayudar a familiarizarse con el entorno de trabajo, las distintas secciones y las rutinas diarias, explicando las normas de seguridad.
- **Apoyo en tareas de reposición específicas:** ayudar a identificar productos, leer códigos de barras, colocar artículos en las estanterías, etc. fomentando su autonomía.
- **Refuerzo de habilidades Sociales Laborales:** saludar, pedir ayuda, informar de incidencias y mantener una actitud profesional.
- **Ser modelo de referencia:** Mostrar una buena imagen, actitud y presencia frente al grupo siendo un modelo y ejemplo.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona responsable y empática.
- Actitud positiva, activa y motivadora.
- Formación de la rama social o educación.

¿DÓNDE? IKEA

HORARIO: Lunes y/o Viernes de 09.00 a 13.30

DISPONIBILIDAD: Al menos 1 día a la semana

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

VOLUNTARIADO ACCIÓN SOCIAL ÁREA MARKETING SOCIAL & EVENTOS



DESCRIPCIÓN DEL PUESTO

Apoyo puntual en diversas acciones sociales, tales como:

- Distribución de calendarios benéficos para promover causas sociales.
- Organización y coordinación de Olimpiadas inclusivas, fomentando la inclusión.
- Asistencia en la realización de ciertas actividades y eventos solidarios, contribuyendo al éxito de iniciativas comunitarias. Por ejemplo: reparto de las pulseras en la feria de Valencia para la Media Maratón.

PERFIL VOLUNTARIO/A:

- Persona extrovertida, proactiva y empática.
- Actitud positiva, enérgica y motivadora.
- Puntualidad como requisito indispensable.

¿DÓNDE?

Según actividad.

HORARIO:

Horario variable según actividad.

DISPONIBILIDAD:

Cuando se realice la acción

COMPETENCIAS



Iniciativa y
Autonomía



Comunicación
interpersonal



Trabajo en
equipo

ASINDOWN

GENÉTICAMENTE REBELDES



www.asindown.org