



PLAN DE VOLUNTARIADO 2023

ADANER GRANADA

(Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia
Nerviosa y Bulimia de Granada)

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN DE LA ASOCIACIÓN	3
1.1 NATURALEZA	4
1.2 MARCO INSTITUCIONAL	5
1.3 FINES Y OBJETIVOS	6
2. PLAN DE VOLUNTARIADO ADANER GRANADA	8
2.1 CARACTERISTICAS DEL VOLUNTARIO/A DE ADANER GRANADA	8
2.2 DERECHOS DEL VOLUNTARIO/A	8
2.3 DEBERES DEL VOLUNTARIO/A	9
2.4 ACTIVIDADES DEL PLAN ACTUAL DE VOLUNTARIADO	9
3. GESTIÓN DEL PLAN DE VOLUNTARIADO	10
3.1 PERFIL DEL VOLUNTARIO/A EN ADANER GRANADA	10
3.2 PROCESO DE INCORPORACIÓN Y SALIDA DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS	11
4. ANEXO	17

1. PRESENTACIÓN DE LA ASOCIACIÓN

NOMBRE: ADANER (Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y Bulimia de Granada).

JUNTA DIRECTIVA

La Junta Directiva de nuestra asociación está compuesta por las siguientes personas:

- **PRESIDENCIA:** M^a Nazaret Álvarez Santiago
- **VICEPRESIDENCIA:** Pilar Antelo Lorenzo
- **SECRETARÍA:** Eduardo Oblaré Pérez
- **TESORERÍA:** Adoración Molero Ontiveros
- **VOCAL:** Laura Díaz Rodríguez
- **VOCAL:** Nuria Gámez Martínez
- **VOCAL:** Iván Ramírez Pérez
- **VOCAL:** Alberto Villalba Recuerda

FECHA DE CREACIÓN: 1 de marzo de 2004

Nº DE REGISTRO: 5448 Sección Primera del Registro Asociaciones de Andalucía.

CIF: G-18696674

DOMICILIO SOCIAL: C/Ricardo del Arco, N.º 4, 1ºB CP: 18005 (Granada)

1.1 NATURALEZA

Los **Trastornos de la conducta alimentaria** (TCA), son enfermedades mentales con serias consecuencias para la salud. Estas enfermedades producen una serie de consecuencias a nivel cognitivo, conductual y comportamental que pueden llegar a afectar gravemente la vida de aquellas personas que las padecen. Las más comunes suelen ser la Anorexia nerviosa y la Bulimia nerviosa aunque existen otras menos conocidas como son el Trastorno por atracón, la Vigorexia o la Ortorexia.

La **Anorexia nerviosa** es una enfermedad mental que consiste en la negación y rechazo a mantener el peso corporal igual o por encima del valor mínimo normal y un miedo intenso a ganar peso. Algunos de los síntomas y consecuencias físicas, psicológicas y sociales pueden ser: restricción voluntaria de alimentos, hiperactividad, pérdida de peso, relaciones conflictivas con la familia, aislamiento social, trastornos del sueño, distorsión de imagen corporal, ausencia de menstruación (Amenorrea), frialdad en manos y pies (Hipotermia), elevada auto exigencia y perfeccionismo, caída del cabello, fragilidad en las uñas, entre otros.

La **Bulimia nerviosa** es un trastorno mental que se caracteriza por la presencia de atracones, es decir, la ingesta de grandes cantidades de comida en un corto espacio de tiempo y con la sensación de pérdida de control. Asimismo se suceden conductas compensatorias como la inducción voluntaria del vómito, ejercicio físico en exceso, uso de laxantes o diuréticos, etc. Podemos identificar esta enfermedad a través de una serie de síntomas como: la inestabilidad emocional, alteraciones digestivas, problemas dentales, ansiedad, baja autoestima, impulsividad, arritmias cardíacas, alteraciones hormonales u óseas, entre otras.

Los TCA afectan en su gran mayoría a mujeres (9 de cada 10) en edad adolescente (entre 15 y 30 años); aunque cada vez son más los hombres que se ven afectados por estos trastornos y a población cada vez más joven, llegándose a detectar en niños/as de hasta 12 años. Por lo tanto, la población en edad adolescente y las mujeres son consideradas como población de riesgo para sufrir estas enfermedades.

1.2 MARCO INSTITUCIONAL

En julio de 1.993 un grupo de familiares de afectados/as por Trastornos de la conducta alimentaria, personas que habían superado la enfermedad y profesionales deciden promover la delegación de ADANER en Granada. Estas personas de manera altruista y voluntaria crearon esta asociación, la cual daría cabida a la atención de personas afectadas y familiares de éstas que hasta la fecha habían carecido de un recurso cercano, accesible y cualificado que solventara sus dudas, calmara sus temores y les prestara la atención que requerían. Durante los cinco primeros años, la sede de la asociación se mantuvo en el domicilio particular del Presidente, también voluntario. A la misma acudían personas de toda la comunidad autónoma andaluza, para asesorarse y buscar ayuda y apoyo para hacer frente a estos trastornos poco conocidos y estigmatizados.

En 1.998 fue declarada de Utilidad Pública en abril, presentándose como una organización no gubernamental soberana, sin ánimo de lucro e inscrita en el registro de asociaciones con el número 5448.

El 1 de marzo de 2.004, se redefine como una entidad autónoma e independiente de ADANER Madrid, de naturaleza asociativa y sin ánimo de lucro, al amparo de lo dispuesto en el artículo 22 de la Constitución Española, La Ley Orgánica 1/2002, de 2 de Marzo, reguladora del Derecho de Asociación, y demás disposiciones normativas concordantes.

Como actividades principales que realiza la asociación se destacan:

- Información y asesoramiento.
- Investigación y formación.
- Prevención y divulgación.
- Biblioteca especializada sobre TCA.
- Grupos de autoayuda para afectadas/os.
- Grupos de autoayuda para padres y familiares
- Charlas y talleres de prevención en centros escolares.
- Escuela Terapéutica para padres y familiares.
- Campamentos terapéuticos.

- Talleres terapéuticos para personas afectadas.
- Celebración del Día Internacional de los TCA y del Día Mundial de Lucha contra los TCA.
- Coordinación y colaboración con instituciones públicas, entidades privadas y otras asociaciones.

1.3 FINES Y OBJETIVOS

En relación a los fines de la asociación, están:

- Contribuir a la ayuda física, psíquica, moral, social y educativa de las personas afectadas y familia por la Anorexia, Bulimia y demás trastornos asociados con la conducta alimentaria, así como a toda la población de riesgo.
- Fomentar la prevención y lucha contra los TCA, mediante el desarrollo de todas las actividades necesarias tanto sanitarias como sociales.

En cuanto a los objetivos, podemos definir los siguientes:

1. Estudiar y proporcionar a las personas afectadas por la Anorexia Nerviosa o la Bulimia y a sus familiares la adecuada información y asesoramiento en relación con la problemática sanitaria, social, laboral, asistencial, familiar, etc...
2. Promover la rehabilitación integral del afectado (psicológica, social, laboral, familiar, etc).
3. Promover el conocimiento sobre la Anorexia Nerviosa y Bulimia en la sociedad y tratar de concienciarla de su problemática.
4. Establecer redes de apoyo entre afectados, familiares, amigos y personas en general interesadas en esta afección.
5. La promoción y difusión de todo tipo de actividades encaminadas a la educación y superación, como grupos de autoayuda y ayuda mutua, etc.
6. Promover el estudio de la Anorexia Nerviosa y la Bulimia en el terreno de la investigación experimental, clínica, y de su tratamiento, colaborando en la detección precoz, así como en la elaboración de informes y proyectos sobre la misma.
7. Procurar un adecuado tratamiento médico-clínico de los afectados, y a tal fin inducir a la constitución de instalaciones públicas hospitalarias y extra

hospitalarias adecuadas y suficientes y a la formación específica del personal sanitario.

8. Gestionar y colaborar con las Administraciones Publicas en sus distintos niveles para la prevención y tratamiento de la Anorexia Nerviosa y Bulimia, conociendo y aportando sugerencias a cuantas Leyes y Decretos se proyecten promulgar, referidos a los afectados, y conseguir las ayudas necesarias para el propio desarrollo de la asociación, a fin de poder dotar de una mayor calidad de vida y atención a los afectados.
9. Recopilar y divulgar, mediante comunicaciones, publicaciones, congresos, seminarios, conferencias, mesas redondas, etc. Los avances científicos, clínicos y técnicos en el tratamiento de la Anorexia Nerviosa y Bulimia, así como colaborar activamente en aquellas publicaciones o Asociaciones relacionadas con el colectivo.
10. Establecer relaciones con todas las Asociaciones de Anorexia Nerviosa y Bulimia y similares, independientemente de su ámbito de actuación y generar todas aquellas actividades que contribuyan al logro de los fines mencionados y que sirvan de ayuda a las personas afectadas.
11. Gestionar ante cualquier Institución, Entidad, Empresa o persona física los medios que puedan aportar para el máximo desarrollo de los fines de la Asociación.
12. Organización de actividades encaminadas con carácter prioritario y habitual a la defensa y desarrollo de las mujeres.
13. La creación de secciones juveniles encaminadas a la organización de actividades dirigidas a la promoción de la salud entre los jóvenes, así como cualquier actividad de cualquier índole encaminada al desarrollo y defensa de la juventud.

2. PLAN DE VOLUNTARIADO ADANER GRANADA

2.1 CARACTERISTICAS DEL VOLUNTARIO/A DE ADANER GRANADA

- Se compromete libremente, no siendo coaccionado por otro factor que no sea el de su firme decisión y compromiso social.
- Colabora de manera altruista, no buscando compensaciones de ningún tipo. Parte de una decisión propia, de sus motivaciones y de sus valores como persona, entre ellos el de la solidaridad.
- Colabora con otras personas. Su actividad y eficacia parte de la formación de un grupo de acción capaz de asumir obligaciones y reivindicaciones ante los diferentes estamentos de la sociedad, siendo esto posible a través de nuestra Asociación.
- Su función es la de ayudar a los demás con fines sociales. Los destinatarios de su acción son personas, grupos o colectivos y la sociedad en general. Su acción, por tanto, debe enmarcarse dentro del respeto al otro y a la diversidad.

2.2 DERECHOS DEL VOLUNTARIO/A

1. Recibir, tanto con carácter inicial como permanente, la información, orientación, apoyo y, en su caso, medios materiales necesarios para los ejercicios de las funciones que se les asignen.
2. Ser tratados sin discriminación, respetando su libertad, dignidad, intimidad y creencias.
3. Participar activamente en la organización en que se inserten, colaborando en la elaboración, diseño, ejecución y evaluación de los programas, de acuerdo con sus estatutos o normas de aplicación.
4. Ser asegurados contra los riesgos de accidente y enfermedad derivados directamente del ejercicio de la actividad voluntaria, con las características y por los capitales asegurados que se establezcan reglamentariamente.
5. Ser reembolsados por los gastos realizados en el desempeño de sus actividades.
6. Disponer de una acreditación identificativa de su condición de voluntario.

7. Realizar su actividad en las debidas condiciones de seguridad e higiene en función de las características de aquella.
8. Obtener el respeto y reconocimiento por el valor social de su contribución.

2.3 DEBERES DEL VOLUNTARIO/A

1. Cumplir los compromisos adquiridos con las organizaciones en las que se integren, respetando los fines y la normativa de las mismas.
2. Guardar, cuando proceda, confidencialidad de la información recibida y conocida en el desarrollo de su actividad voluntaria.
3. Rechazar cualquier contraprestación material que pudieran recibir bien del beneficiario o de otras personas relacionadas con su acción.
4. Respetar los derechos de los beneficiarios de su actividad voluntaria.
5. Actuar de forma diligente y solidaria.
6. Participar en las tareas formativas previstas por la organización de modo concreto para las actividades y funciones confiadas, así como las que con carácter permanente se precisen para mantener la calidad de los servicios que presten.
7. Seguir las instrucciones adecuadas a los fines que se impartan en el desarrollo de las actividades encomendadas.
8. Utilizar debidamente la acreditación y distintivos de la organización.
9. Respetar y cuidar los recursos materiales que pongan a su disposición las organizaciones.

2.4 ACTIVIDADES DEL PLAN ACTUAL DE VOLUNTARIADO

- **Campañas de sensibilización y captación de voluntarios/as:** Estas campañas se dirigen a colectivos concretos o a la población general y tratan de dar a conocer la Asociación ADANER Granada como recurso donde poder llevar a cabo las tareas de voluntariado.
- **Formación de voluntarios/as:** Dentro de nuestra política de profesionalización, consideramos fundamental la formación y reciclaje de las personas voluntarias que colaboran con nosotros. Por este motivo, cada año ofrecemos una alternativa de

formación técnica y específica sobre los TCA o con alguno de los problemas que vienen asociados a este trastorno para aquellos voluntarios que llevan más tiempo con nosotros.

Para aquellos que deciden conocernos más en profundidad antes de comenzar su voluntariado con nosotros, cada año se realizan cursos de formación tanto teórica como práctica, con la finalidad de darnos a conocer y que conozcan la labor que llevamos a cabo y el tipo de actividades en las que podrán colaborar, siendo casi en su totalidad el número de asistentes a este curso que luego se incorporan como voluntarios y nos ayudan en nuestra labor.

- **Seguimiento y coordinación de voluntarios/as:** Dentro de las tareas que nos planteamos con las personas voluntarias, está una buena coordinación que permita darles los espacios de participación, en donde puedan estar informados y tenidos en cuenta. Acoger a los voluntarios, acompañarlos, formarlos en las tareas a llevar a cabo, no sería suficiente por sí mismo. Entendemos que además de todo ello y debido a la gravedad de las situaciones emocionales que a veces vivimos en esta realidad, es necesario ofrecer un soporte emocional que podrá llevarse a cabo tanto a nivel individual como grupal.

3. GESTIÓN DEL PLAN DE VOLUNTARIADO

3.1 PERFIL DEL VOLUNTARIO/A EN ADANER GRANADA

El personal voluntario de ADANER suele comprender diferentes perfiles, siendo en la mayoría de los casos mujeres, de edades comprendidas entre los 18 y 25 años, que están llevando a cabo sus estudios universitarios en la provincia de Granada y que no tienen trabajo remunerado; en el caso de que tengan trabajo suele tratarse de empleos por cuenta ajena eventuales de fin de semana, dados o no de alta en la Seguridad Social. Otro de los perfiles de nuestro voluntariado suele ser familiares de personas afectadas o ex afectadas que han sido tratadas a través de nuestra Asociación y desean colaborar con nosotros.

3.2 PROCESO DE INCORPORACIÓN Y SALIDA DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

Se distinguen distintas fases:

1. Captación

Principalmente a través de campañas de captación y sensibilización en nuestras Redes Sociales, jornadas de estudiantes, dentro de las universidades, a través de nuestro curso anual de Formación del voluntariado o de cualquier acto o evento que llevemos a cabo desde la Asociación.

2. Selección

Realizamos una primera entrevista, donde damos al voluntario/a una perspectiva de nuestra misión, funcionamiento, actividades que ejecutamos, así como los horarios de las mismas. Consideramos sus inquietudes y perfil y concretamos su colaboración en función de las actividades que haya disponibles y donde mejor creemos que pueden funcionar.

3. Formación

Para ser voluntario de ADANER es requisito imprescindible haber sido formado previamente, formación llevada a cabo por Psicólogos/as, Nutricionistas, Médico de Atención Primaria, familiares de personas afectadas ... todos ellos voluntarios de la asociación y que realizan una serie de funciones como información, asesoramiento, impartición de la materia...

La duración de estos cursos es de 2 horas (como mínimo) para cada módulo, llegando a un cómputo total de unas 8 horas aproximadamente.

La formación está compuesta de 4 módulos:

- Atención en la sede
- Acompañamiento
- Atención en grupos de autoayuda
- Asistencia a los campamentos

Este año, debido a la pandemia ocasionada por la Covid-19, la formación y la atención en grupos de autoayuda se están realizando de manera telemática, mientras que los campamentos del pasado 2020 y este 2021 han tenido que cancelarse por la situación actual en la que nos encontramos. Como alternativa hemos previsto la realización de un Campamento Urbano en diferentes ubicaciones de la provincia de Granada, donde contaremos con la colaboración de personas voluntarias.

4. Incorporación y compromiso

Se les realiza el contrato del voluntariado después de varios meses de implicación, para evaluar su compromiso y continuidad en la asociación. Este período es de aproximadamente tres meses. En este momento se le dará una copia de la Ley del voluntariado 4/2001 del 19 de junio de la C.V.

5. Actividades en las que participan las personas voluntarias

➤ Talleres de prevención

El grupo de población al que van dirigidas son a adolescentes y jóvenes en edad escolar, principalmente en los niveles de Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato. Estos talleres tienen la finalidad de prevenir la aparición de Trastornos de conducta alimentaria. Su objetivo principal es dar información sobre estos trastornos para facilitar su detección, además de solventar todas las posibles dudas sobre esta temática.

Las personas encargadas de llevarlas a cabo son integrantes y voluntarios de ADANER Granada que previamente han sido formados, entre los que se incluyen: psicólogos/as, nutricionistas, familiares de personas afectadas y familiares de personas ex-afectadas. Estas personas desarrollan esta actividad de manera altruista y desinteresada. La duración media es de 3 horas y se realizan a petición de los centros escolares que lo solicitan.

➤ **Grupos de autoayuda para personas afectadas**

Se trata de grupos terapéuticos formados por las personas afectadas por trastornos de conducta alimentaria.

El objetivo es facilitar el intercambio emocional y, la ayuda mutua entre ellas y ellos. Su duración es de dos horas semanales y son dirigidos por un psicólogo. Las diferentes sesiones tratan temas en los que se cuenta con la ayuda y colaboración de diferentes profesionales (psicólogos/as, nutricionistas, trabajadora social, monitora formadora, pedagogo,...). Se llevan a cabo de forma telemática a través de la plataforma ZOOM todos los martes por la tarde de 18:30h a 20:00h. En cuanto a las funciones de las personas voluntarias son el asesoramiento e información respecto de los horarios y la forma de realización, labores administrativas, difusión de la actividad en redes sociales, intervención en algunas sesiones, entre otras.

➤ **Grupos de autoayuda para familiares de las personas afectadas**

Estos grupos funcionan del mismo modo que los grupos formados por personas afectadas. Ambos grupos son adecuados como complemento a un tratamiento, y se efectúan también de manera telemática a través de la plataforma ZOOM todos los miércoles de 18:30h a 20:00h. Su duración es de una hora y media y son dirigidos por un psicólogo. Las diferentes sesiones tratan temas en los que se cuenta con la ayuda de diferentes profesionales (psicólogos/as, nutricionistas, trabajadora social, monitora formadora, pedagogo), así como algunos miembros de la Asociación y familiares de personas ex afectadas. En cuanto a las funciones de las personas voluntarias son entre otras, asesoramiento e información respecto de los horarios y la forma de celebración, labores administrativas, difusión de la actividad en redes sociales, intervención en algunas sesiones, entre otras.

➤ **Atención telefónica en la Sede**

El voluntariado de ADANER podrá llevar a cabo junto al personal propio de la Asociación, la atención confidencial de llamadas telefónicas a la Sede sobre consultas de familiares y, personas afectadas en trastornos de conducta alimentaria. Además, se informarán y asesorarán acerca de los servicios prestados por ADANER, así como su ubicación, horario, entre otras cuestiones.

➤ **Atención personal en la Sede**

Las personas voluntarias podrán recibir y atender junto al personal propio de la Asociación, a cualquier persona que acuda a la sede solicitando información o ayuda, ya sean las propias personas afectadas o familiares y amigos/as de las mismas.

El objeto es dar información y asesoramiento sobre los TCA, facilitándoles material informativo y asesoramiento sobre las opciones terapéuticas a las personas colaboradoras de ADANER.

➤ **Jornadas y Congresos**

ADANER ha realizado tres congresos desde sus comienzos hasta el momento presente. El I Congreso Nacional sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria surge en 1998, como una actividad pionera en toda España y consiguiendo una gran aceptación y asistencia por parte de personas y profesionales procedentes de toda España. En 2002, y como actividad pionera en Andalucía se realiza el I Congreso Andaluz sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria. Tras el éxito cosechado por este Congreso y por petición de diversos profesionales, ADANER lleva a cabo en 2004 el II Congreso Andaluz sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria. En estos Congresos se trata la enfermedad desde todos sus aspectos: psicológico, nutricional, social, y se cuenta con importantes profesionales de este campo.

En el año 2019 desde ADANER Granada se llevaron a cabo las I Jornadas Andaluzas sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria, donde nuestro voluntariado tuvo la oportunidad de participar junto con grandes profesionales de diversos sectores relacionado con los TCA.

➤ **Escuela de Padres y Familiares**

El papel desempeñado por el voluntariado juvenil en esta actividad es fundamental para la formación y enriquecimiento de los mismos.

Las personas voluntarias serán las encargadas del asesoramiento y apoyo en las labores y todas las actividades desarrolladas en el transcurso de los dos días de duración de dicha Escuela de Padres.

Entre las personas voluntarias, siempre hay psicólogos/as, nutricionistas, un psiquiatra, una trabajadora social, una monitora formadora, un educador terapéutico, un pedagogo, un médico de atención primaria y un coordinador. También contamos con la colaboración de una persona que ha superado la enfermedad junto con algún familiar suyo, normalmente suele ser su madre, que exponen sus testimonios de manera voluntaria.

Todos/as tratan de alcanzar la consecución del objetivo último: conseguir que los padres madres y otros familiares o amigos/as de personas afectadas, aprendan a afrontar la enfermedad de sus allegados/as y sirvan como pilar fundamental en el tratamiento del paciente.

Para ello, se les entrena en habilidades sociales, nutrición, conocimiento de la enfermedad (síntomas, efectos a corto y largo plazo, factores de riesgo, factores precipitantes, factores de mantenimiento, etc.) y, por último y no por ello menos importante, sirve como una manera de descargar tensión.

En 2023, llevaremos a cabo la XVII Edición de Escuela de Padres y Familiares, concretamente los días 14, 15 y 16 de febrero, en horario de 18:30h a 20:30h y se realizará de manera telemática a través de la plataforma ZOOM.

➤ **Campamentos terapéuticos**

Los Campamentos Terapéuticos destinados a personas con TCA son una actividad pionera en España, iniciada por ADANER Granada en el año 1999. Son muchos los beneficios que aporta esta actividad sobre las personas afectadas de TCA, constituyéndose como un complemento a su tratamiento psicológico y nutricional.

La finalidad de estos campamentos es servir como complemento al tratamiento de las personas afectadas por TCA, además de contribuir a la mejora de su calidad de vida de las mismas. Consideramos que la realización de los mismos es de especial relevancia para nuestro colectivo debido a su proximidad con el medioambiente, las diversas actividades lúdicas y de ocio que se ejecutan, así como la interacción social y el entrenamiento de las habilidades sociales que supone. Estas condiciones crean un espacio idóneo para que las personas afectadas por TCA pueden pasar una semana fuera de su entorno y desconectar de su rutina, lo que provoca un avance y un gran beneficio en sus tratamientos. Así pues, no sólo supone la posibilidad de introducir en la vida de los/as

pacientes elementos de distracción y ocio, sino que por su labor terapéutica, puede constituirse como una parte más del tratamiento multidisciplinar de los TCA.

Es importante destacar la especial relevancia de la participación de las personas voluntarias para el eficaz y correcto desarrollo de esta actividad. Gracias a la colaboración totalmente altruista de entre 20 y 25 personas voluntarias, entre las que se encuentran psicólogos/as, nutricionistas, una trabajadora social, una monitora formadora, un educador y un pedagogo, además de estudiantes de diferentes disciplinas como Psicología, Nutrición y Dietética, Trabajo Social, Integración Social, Psicopedagogía, entre otras.

Este año 2023, realizaremos la XXII Edición de estos campamentos en las instalaciones de Pinar de Armujo situado en Orcera (Jaén), durante la semana del 31 de julio al 6 de agosto. Durante estos siete días de duración se desarrollarán una serie de actividades para la consecución de los objetivos propuestos, dirigidas no solo para las personas afectadas sino también para nuestros voluntarios/as. Los objetivos serán:

- Fomentar la participación y la comunicación de experiencias.
- Servir de modelo de referencia para las personas con esta enfermedad.
- Transmitir hábitos alimentarios y de ejercicio físico saludables.
- Ayudar y asesorar en la preparación, organización y ejecución de las tareas.
- Promover el desarrollo de habilidades sociales.
- Aumentar la autoestima.
- Fomentar el aprendizaje de técnicas de relajación.

6. Seguimiento

Se realiza un seguimiento individualizado de las personas voluntarias, atendiendo sus necesidades y quejas, intentando que puedan realizar su labor lo mejor posible y en las mejores condiciones y que se sientan realizados y con ganas de seguir. Asimismo, se evalúa la actividad y la colaboración de los mismos, estudiando y revisando las desvinculaciones cuando se producen.

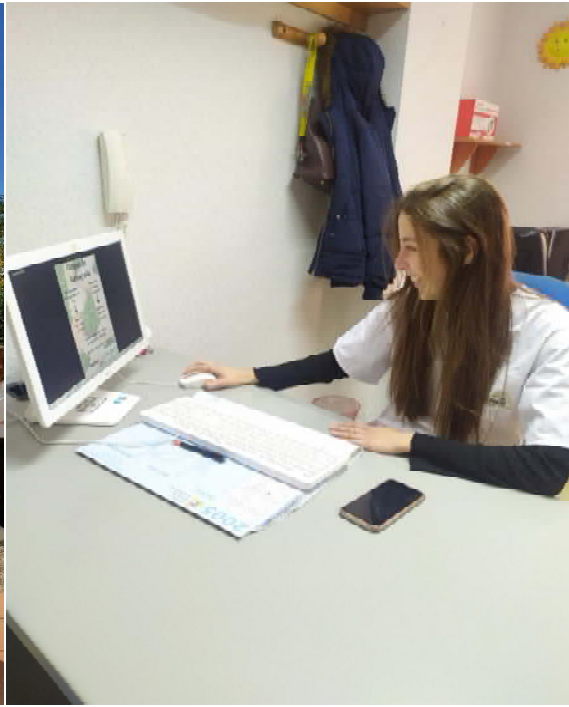
4. ANEXO

Para finalizar, en este apartado mostraremos algunas de las imágenes de nuestro voluntariado durante el año 2022:

Formación Teórica. Cursos Formativos para el Voluntariado



Formación práctica. Participación en diferentes actuaciones y actividades





Granada, a 16 de enero de 2023

Fdo.: M^a Nazaret Álvarez Santiago (Presidenta ADANER Granada)



The image shows a handwritten signature in blue ink on the left, which appears to be 'M. Nazaret Álvarez Santiago'. To the right of the signature is a circular official stamp in blue ink. The stamp contains the text 'ASOCIACION EN DEFENSA DE LA ATENCION A LA ANJUALIA SERVIDORA Y BULIMA' around the perimeter. In the center, it reads 'ADANER' in large letters, with 'TIENOR 501503' and 'GRANADA' below it. There is a small logo above the word 'ADANER'.