

MI EXPERIENCIA DE VOLUNTARIADO: STEPHANNY FERREIRA

Stephanny ha terminado su grado en Estudios Internacionales en nuestra universidad e inició su proyecto CES en el mes de septiembre de 2019.



Fotos: © Stephanny
extenderlo.

Su experiencia dentro del [Cuerpo Europeo de Solidaridad](#) en **Bucarest, Rumanía**. Su organización de acogida fue A.C.T.O.R. (Asociația Culturală pentru Teatru și Origami din România / Cultural Association for Theater and Origami in Romania).

Comenzó el día 1 de septiembre de 2019 y volverá a España a principios de septiembre de este año. Es decir, su proyecto tuvo una **duración total de 12 meses**. En principio tenía una duración total de 8 meses, pero debido a la crisis del Covid-19 decidió

Su proyecto consistió en el desarrollo de métodos de educación no formal con niños y adolescentes en colegios, guarderías y bachilleros de la red pública y privada en Bucarest y en los alrededores. Algunos de los centros estaban dedicados a niños y adolescentes con necesidades especiales. Además, también visitaban el ala infantil de hospitales de la ciudad para realizar “animación clínica” a los niños ahí presentes.

Una típica semana del voluntariado consistía en clases en los centros educativos a lo largo de las mañanas, casi todos los días. Las clases duraban una media de 30 a 50 minutos por sesión (depende si eran en guarderías o colegios) y normalmente la voluntaria las realizaba de manera independiente, aunque ciertas sesiones se podían realizar con otros voluntarios. Por las tardes, dos veces a la semana, se visitaban hospitales de la capital (2h por visita) con un grupo de voluntarios. Además, de manera esporádica la asociación realizaba talleres sobre educación no formal, técnicas artísticas (como por ejemplo origami, pintura o teatro), etc. Al final de cada semana el grupo de voluntarios se reunía a realizar una evaluación semanal, para entender qué había ido bien o mal a lo largo de la semana, qué se podría mejorar, etc. Los fines de semana teníamos tiempo para explorar Bucarest y Rumanía.

Esto es lo que nos cuenta en relación con sus **vivencias** en el extranjero:

¿Por qué decidí hacer un voluntariado en Europa? Decidí hacer un voluntariado en el Este europeo porque era una región que nunca había tenido mucho contacto y me despertaba mucho interés por su historia, cultura, etc. Bucarest era perfecto para ello, porque es una ciudad de muchos contrastes y en constante cambio. Además, justo me había graduado y no me sentía preparada para empezar un máster, así que preferí tomarme un año sabático en el que sin embargo seguía cultivando nuevos aprendizajes y experiencias de valor tanto para mi como para mi futura carrera profesional.

El principal aprendizaje hasta ahora ha sido: El programa del Cuerpo Europeo de Solidaridad es una herramienta que posibilita a personas de todos los tipos de antecedentes económicos, sociales y culturales a vivir el entorno internacional y multicultural en otros países. Pone en contacto a personas que aprenden no solo de la experiencia del voluntariado como tal, pero también del contacto con aquellos muy diferentes a sí mismos, en términos prácticos, como por ejemplo en el aprendizaje de lenguas, como también en términos personales. Es una plataforma que, en cierta medida, palia las diferencias

económicas dado a que todos los participantes, independientemente de su clase social, reciben las mismas oportunidades.

La mayor contribución que he hecho a la comunidad en la que estoy es: Creo que, aunque de manera muy mínima, he podido presentar una diferente perspectiva de ver el mundo y la vida, en relación con el entorno internacional, y en relación a temas como el feminismo, igualdad, etc. Siempre he intentado ir más allá de las perspectivas nacionales en las que he nacido y he sido creada. He intentado traducir este tipo de visión a lo largo de mis clases en los centros educativos y a través de las actividades que realizaba, pero sobre todo entre el grupo de voluntarios con el que trabajaba en el día a día.

Mi primera impresión del centro donde desarrollo mi actividad fue: No conocía mucho sobre Rumanía, más allá de los incompletos y discriminatorios estereotipos que se suelen escuchar sobre el país y sobre su población. Vine sin ninguna expectativa concreta y estoy feliz en decir que desde el primer momento he sido sorprendida de manera positiva. Más concretamente en relación con el centro en el que estuve trabajando, flexibilidad sería la mejor palabra para describirlo. En muchos momentos, como a lo largo de la crisis del Covid-19, esta fue una característica muy positiva dado a que pudimos progresivamente reestructurar nuestras actividades y trabajo al entorno online. No obstante, en el día a día de la organización, hubo momentos en que una mayor estructuración y rigor en la hora de actuar y de lidiar con ciertos problemas hubiesen sido más útiles a corto y largo plazo. Una gran dosis de paciencia y capacidad comunicativa han sido clave para afrontar problemas.

Cosas sorprendentes/graciosas/llamativas sobre la cultura del país en el que estás

Rumanía es un país precioso. Ofrece de todo: playas, lagos, montañas, ciudades y el campo. Para aquellos a los que les encante la carne, hay varios platos típicos que vale la pena probar. Aunque, si eres vegetariano/a como yo, no te preocupes, también encontrarás cosas deliciosas para ti. Bucarest es una capital muy cosmopolita y tiene una escena alternativa muy vibrante (aunque hace falta saber dónde buscar). Para alguien de España por ejemplo, el nivel de vida y los precios suelen ser mucho más baratos.

Los rumanos, sobre todos los más jóvenes, tienen niveles de lenguas extranjeras muy alto. En casi toda Rumanía, pero sobre todo en Bucarest, es posible manejarse hablando inglés y a veces hasta español, francés y alemán. Nunca he tenido problemas comunicándome aquí. Las personas en general son muy amables con extranjeros.

Dado a ser uno de los últimos países a haberse unido a la Unión Europeo, la presencia de la organización se deja sentir muchísimo a lo largo de todo el país. Banderas, carteles y eslogan muestran (o intentan) con orgullo dicha pertenencia y el deseo de una Rumanía más "europea".

Una de las calles más bonitas del mundo se encuentra aquí, la Transfagarasan. También el edificio más pesado o el segundo más grande del mundo, el Parlamento en Bucarest. Uno puede ver el mamal más grande de Europa, el bison y también a osos salvajes. Hay muchos sitios del patrimonio de la UNESCO a los que visitar, así como increíbles sitios a los que tomarse un muy bueno café a lo largo de todo el país.

En definitiva, Rumanía es un país muy muy recomendable.



Mi experiencia CES en la UAM – Dominik Jordan

Dominik ha realizado su **Cuerpo Europeo de Solidaridad (CES)** en la **Universidad Autónoma de Madrid (UAM)**. Su organización de envío fue el “Bezirksjugendwerk der AWO Hessen-Süd e.V.” de Frankfurt en Alemania.

Empezó el día 1 de noviembre de 2019 y terminó su voluntariado el día 30 de junio de 2020. Es decir, su proyecto tuvo una **duración total de 8 meses**. Debido a la pandemia del Covid-19 decidió volver a Alemania en marzo. A partir del día 16 de marzo realizó el voluntariado online.



Autor: Dominik Jordan

Su proyecto en la Universidad Autónoma de Madrid consistió de tres partes:

- 1.) Colaboración en el **programa PROMENTOR** con estudiantes con discapacidad intelectual (título propio de la Universidad Autónoma de Madrid y de la Fundación Prodis).
- 2.) Voluntariado en **la residencia de personas mayores “Nuestra Señora del Carmen”**, situada en el campus de la UAM.
- 3.) Colaboración en la **Oficina de Acción Solidaria y Cooperación** de la UAM.

La mayor parte del voluntariado lo realizó en el programa PROMENTOR, ayudando a los profesores y a los estudiantes con discapacidad intelectual. Casi todos los días, entre 9h y 14h, participó en las clases de PROMENTOR, por ejemplo, en las asignaturas de Habilidades Emocionales, Refuerzo TIC, Cultura y Sociedad, Tecnología, inglés, etc. Dos días a la semana impartí las clases de inglés. En Prodis ayudó también a organizar excursiones y eventos, como la fiesta de navidad. Además, Dominik fue mediador de una alumna con síndrome de Down en sus prácticas en el Hospital de la Princesa. Durante la pandemia participó en las clases online y tuvo la oportunidad de llevar a cabo un proyecto de periodismo, creando un diario online con los estudiantes de PROMENTOR.

Todos los lunes y miércoles por la tarde (17h-19h) realizó actividades como juegos de mesa o actividades deportivas en la residencia de personas mayores “Nuestra Señora del Carmen”, junto con otros estudiantes de la UAM.

Una vez a la semana Dominik estuvo en la Oficina de Acción Solidaria de la UAM, donde escribió artículos para el blog de los voluntarios (www.evsmadrid.wordpress.com), elaboró el YouthPass y reflexionó sobre el proceso de aprendizaje en las tutorías.

Aparte de eso, participó en la formación a la llegada (On-Arrival-Training) de la Agencia Nacional Española, así como en formaciones en voluntariado en la UAM y en la Escuela de Voluntariado Madrid. Durante el segundo cuatrimestre realizó un curso de español en el Servicio de Idiomas de la UAM.

Esto es lo que nos cuenta en relación a su experiencia en el proyecto:

¿Por qué decidí hacer un voluntariado en Europa?

Decidí hacer un voluntariado europeo (CES) en España porque quería ampliar mi propio horizonte, adquirir nuevas perspectivas y salir de mi zona de confort. Quería hacer algo diferente después de terminar el Bachillerato y antes de empezar a estudiar en la universidad. Además, quería mejorar mi español. Por lo tanto, estuve buscando proyectos en España en la plataforma del CES. El proyecto de la UAM me llamó mucho la atención porque se caracteriza por su diversidad.

Mi primera impresión del proyecto:

Desde el principio, todos me recibieron con los brazos abiertos y me sentí muy feliz. Nunca voy a olvidar mi primer día en la UAM cuando me presentaron a mis compañeros de la oficina y a los estudiantes del programa PROMENTOR. Me he dado cuenta que la gente es muy abierta y te acepta tal y como eres. Sobre todo PROMENTOR y Prodis son como una pequeña familia y desde el primer día me he sentido parte de ella.

¿Qué me ha aportado la experiencia del CES en la UAM?

El CES en la UAM me ha aportado un aprendizaje enorme. No sólo he conseguido mejorar mi español, sino también he podido crecer como persona. Gracias al proyecto he podido conocer a personas que nunca hubiera conocido antes. Sobre todo, el trabajo con el alumnado con discapacidad intelectual me hizo mucha ilusión. Quiero destacar sobre todo la clase de Habilidades Emocionales, una clase plenamente inclusiva en la que participan tanto los alumnos del programa PROMENTOR como estudiantes de Magisterio, así como otros voluntarios. La clase es como una comunidad emocional en la participamos todos y en la que descubrimos las cosas que nos unen. En el proyecto he tenido la oportunidad de aportar mis ideas y de realizar muchas actividades en el programa PROMENTOR.

La vida en Madrid, el contacto con otros estudiantes y voluntarios de todo el mundo, que conocí en la formación a la llegada, así como la convivencia con un estudiante de Uruguay y una voluntaria italiana, hicieron que el voluntariado se convirtió en una experiencia única. Antes de la pandemia hice muchas excursiones y viajes con mis amigos y así he podido conocer muchas partes de España, probar comida típica, etc.

El voluntariado ha superado todas mis expectativas y ha cambiado mi perspectiva que tenía de Europa. Al hacer un voluntariado en un ambiente tan internacional ha provocado el sentimiento de ser europeo. Después de mi experiencia del CES valoro mucho más las oportunidades y beneficios que tenemos en Europa.

Al final, decidí volver a Madrid para estudiar un Doble Grado de Estudios Hispano-Alemanes en la Universidad Complutense.

¿Cómo ha cambiado el voluntariado por la pandemia?

Cuando cancelaron las clases presenciales en la universidad y suspendieron el voluntariado en la residencia de personas mayores, decidí volver a Alemania el día 13 de marzo. Al principio, tenía previsto poder volver dentro de unas semanas, algo que finalmente no fue posible porque la pandemia ha cambiado la vida de todos. Tuve mucha suerte porque un día después de mi viaje a Alemania se anunció el confinamiento domiciliario en España. Por lo menos he podido estar con mi familia durante la cuarentena. En PROMENTOR nos tuvimos que adaptar a las nuevas circunstancias y empezamos a tener clases online, algo que fue nuevo para todos a principios de la pandemia. Me ha sorprendido que nos hemos acostumbrado a la nueva situación tan rápido. La pandemia ha convertido mi voluntariado en un “televoluntariado” y ha dado lugar en realizar nuevos proyectos. En PROMENTOR pude llevar a cabo un proyecto de un periódico digital y realizar muchas actividades en las clases.

El televoluntariado ha sido una experiencia muy interesante y no me arrepiento de haber seguido con el voluntariado online. He conocido muchas herramientas digitales que antes no conocía y he adquirido muchos conocimientos que ahora me sirven para mis estudios. Hacer voluntariado online es diferente, pero es una experiencia muy recomendable.

Como resumen, el proyecto en la UAM me ha encantado y lo puedo recomendar. Estoy agradecido por el apoyo que he recibido por todas las personas que conocí en el voluntariado. Ha sido una experiencia que me llevo para siempre.



Más impresiones de la experiencia CES en la UAM en el  de las y los voluntarios:

<https://evsmadrid.wordpress.com/>

y en el

Clase de Habilidades Emocionales

Autor: Dominik Jordan



<https://www.instagram.com/cesmadrid/>

My ESC experience – Dominik Jordan

Dominik realized his European Solidarity Corps at the **Autonomous University of Madrid (UAM)**. His sending organisation was the "Bezirksjugendwerk der AWO Hessen-Süd e.V." of Frankfurt in Germany. He started on November 1, 2019 and ended his volunteering on June 30, 2020. His project had a total **duration of 8 months**. Due to the Covid-19 pandemic, he decided to return to Germany in March, but continued his volunteer service online.

His project at the Autonomous University of Madrid consisted of three parts:

- 1.) Collaboration in the PROMENTOR program with students with intellectual disabilities (program of the Autonomous University of Madrid and the Prodis Foundation).
- 2.) Volunteering at the elderly residence "Nuestra Señora del Carmen", located on the UAM campus.
- 3.) Collaboration in the Office of Solidarity Action and Cooperation of the UAM.

Most of the time, he helped teachers and students with intellectual disabilities in the PROMENTOR program. Almost every day, between 9am and 2pm, he participated in PROMENTOR classes, for example in the subjects of Emotional Skills, Culture and Society, Technology, English, etc. Two days a week, he taught English classes. In Prodis he also helped to organize excursions and events, such as the Christmas party. In addition, Dominik mediated a student with Down syndrome in her internship at the Hospital "La Princesa". During the pandemic, he participated in online classes and had the opportunity to realize a journalism project, creating an online newspaper with PROMENTOR students.

Every Monday and Wednesday afternoon (5 pm – 7 pm), he realized activities such as board games or sports activities at the elderly residence "Nuestra Señora del Carmen", together with other UAM students.

Once a week, Dominik was at the UAM Office of Solidarity Action, where he wrote articles for the volunteers' blog (www.evsmadrid.wordpress.com), prepared the YouthPass and reflected on the learning process.

Apart from that, he participated in the On-Arrival-Training of the National Agency, as well as in volunteer training at the UAM and at the Madrid Volunteer School. During the second semester, he took a Spanish course at the UAM Language Service.

[More impressions of the ESC experience at the UAM on the volunteers' blog:](http://www.evsmadrid.wordpress.com)

<https://evsmadrid.wordpress.com/>

y en el  <https://www.instagram.com/cesmadrid/>

MI EXPERIENCIA DE VOLUNTARIADO: MILENA REICHEL

Milena ha terminado su proyecto dentro del [Cuerpo Europeo de Solidaridad](#) en Madrid. Su organización de acogida fue Universidad Autónoma de Madrid (UAM) y su organización de apoyo fue Evangelische Freiwilligendienste Diakonie Hessen (Alemania).

Comenzó el día 1 de diciembre de 2020 a través de televoluntariado desde su ciudad de origen y llegó a España a principios de 2021. Es decir, su proyecto tuvo una **duración total de 6 meses**. En principio, tenía una duración total de 9 meses, pero debido a la crisis de la Covid-19 ha tocado acortarlo.

Su proyecto consistió en apoyar a profesorxs de un título propio universitario para personas con discapacidad intelectual, realizar videollamadas con personas mayores que viven solas y participar en rutas por la ciudad compartiendo un caldo y hablando con personas sin hogar en las calles.

Una típica semana del voluntariado consistía en conectarse a las clases online del programa Promotor o ir a la universidad y corregir tareas y ayudar a lxs estudiantes por la mañana. Por la tarde preparaba tareas, realizaba la videollamada o preparaba contenido para las redes sociales de su proyecto. Hacer la llamada acompañamiento a la persona mayor y algunas noches salid a brindar algo caliente a personas sin hogar. Los fines de semana tenía(mos) tiempo para quedar con amigxs, descubrir la ciudad y salir a tomar algo.

Esto es lo que nos cuenta en relación con sus **vivencias** en el extranjero:

¿Por qué decidí hacer un voluntariado en Europa?

Decidí solicitar un proyecto del CES porque lo considero muy importante promover la solidaridad e igualdad en Europa. Me interesó mucho España por la lengua y la cultura y me encantó el proyecto tan diverso e interesante de la UAM.

I wanted to participate in the ESC because I consider it really important to promote solidarity and equality in Europe. I chose Spain because of its beautiful language and interesting culture and applied for the project at the UAM since it gives us volunteers the chance to learn a lot about inclusion while contributing our own knowledge and culture.

El principal aprendizaje hasta ahora ha sido:

Valorar la diversidad y los talentos de cada persona. La inclusión y participación facilita la empatía y convierte Europa en un lugar más digno para vivir.

To appreciate diversity and everyone's special talents and abilities. Inclusion and social participation enable empathy and convert Europe

into a place more liveable. ©Milena Reichel

La mayor contribución que he hecho a la comunidad en la que estoy es:

Compartir mis opiniones e ideas tanto como escuchar y entender las opiniones de lxs otrxs. Me ha encantado dedicar mi tiempo a apoyar a lxs estudiantes o hablar con las personas mayores y las personas sin hogar.

To share my opinions and ideas such as to listen to and understand other people's opinions. I really enjoyed to dedicate my time to help and accompany the students or to talk to the elderly and the homeless people.



Mi primera impresión del centro donde desarrollo mi actividad fue:

Alucinante porque tuvimos contacto con tantas personas inspiradoras y la posibilidad de contribuir mucho desde el principio. Me ha encantado formar parte de la familia de Promentor y trabajar en la oficina.

Really impressive because we met so many inspiring people and were able to contribute a lot from the beginning on. I really enjoyed and appreciated being part of the Promentor family and working in the office.

Cosas sorprendentes/graciosas/llamativas sobre la cultura del país en el que estás

A pesar de la pandemia disfrutamos mucho de la mentalidad abierta y alegre de los españoles. Me parece genial que se salga y comparta tanto la vida con lxs amigxs.

Despite of the pandemic, we enjoyed a lot the Spanish people's open and happy nature. I love that they go out and share their lives that much with their friends on a daily basis.



©Milena Reichel

MI EXPERIENCIA DE VOLUNTARIADO: MAGDALENA MEUSBURGER

Magdalena ha terminado su proyecto dentro del [Cuerpo Europeo de Solidaridad](#) en Madrid. Su organización de acogida fue Universidad Autónoma de Madrid (UAM) y su organización de apoyo fue Aha – Jugendinformationszentrum Vorarlberg

Comenzó el día 1 de diciembre de 2020 y retorna a su país a principios de julio de 2021. Es decir, su proyecto tuvo una **duración total de 6 meses**. En principio tenía una duración de 9 meses, pero debido a la crisis de la Covid-19, ha tocado acortarlo.

Su proyecto consistió en apoyar a profesores de un título propio universitario para personas con discapacidad intelectual, realizar llamadas con personas mayores y participar en rutas por la ciudad de Madrid compartiendo una bebida caliente y hablando con personas sin hogar en las calles.

Una típica semana del voluntariado consistía en apoyar al alumnado con diversidad funcional, hacer llamadas a personas mayores y llevar algo caliente en las noches a personas sin hogar, durante los fines de semana teníamos tiempo para quedar con amigos, descubrir la ciudad y salir a tomar algo.



Esto es lo que nos cuenta en relación con sus **vivencias** en España:

Un día normal en Promontor durante la pandemia ©Magdela Meusbürger

¿Por qué decidí hacer un voluntariado en Europa?

Después de terminar mi bachillerato, no quería continuar inmediatamente con la universidad, sino quería tomarme un tiempo para mí misma y hacer algo útil en este año de pausa. También quería mejorar mis conocimientos del español e ir a vivir al extranjero para así independizarme. Un voluntariado europeo con el CES reúne todas esas cosas y por eso me parecía la mejor opción para mí y mi futuro.

After graduating from high school, I didn't want to immediately begin my studies at the university, but wanted to take some time for myself and do something useful in this gap year. I also wanted to improve my Spanish skills and live abroad to become more independent. A European volunteer service with the ESC combines all these things, that's why I thought it would be the best choice for me and my future.

El principal aprendizaje hasta ahora ha sido:

Que la plena inclusión de todas las personas en la sociedad es imprescindible para tener justicia social y una buena convivencia y que todavía nos falta mucho para alcanzar esa meta.

That the full inclusion of all people in society is crucial for achieving social justice and a peaceful coexistence and that we still have a long way to go in that respect.

La mayor contribución que he hecho a la comunidad en la que estoy es:

Siempre aportar toda mi motivación y atención a las actividades que estoy haciendo y siempre estar ahí cuando me necesitan los estudiantes para una explicación o simplemente para darles ánimo.

Always giving all my motivation and attention to the activities I'm doing and always being there for the students when they need me for an explanation or simply to encourage them.

Mi primera impresión del centro donde desarrollo mi actividad fue:

Genial porque me parecía que tiene un ambiente muy abierto y acogedor donde cada persona puede ser tal y como es. Estoy muy agradecida porque he podido formar parte de esa comunidad.

Amazing because it seemed to me that it had a very open and welcoming atmosphere where every person can be themselves. I'm very thankful that I could be part of this community.

Cosas sorprendentes/graciosas/llamativas sobre la cultura del país en el que estás

Que los bares siempre estén llenos, aunque sean las 10 de la mañana...

Que en muchos supermercados y bares haya jamones enteros colgados del techo (eso es una cosa que me parece muy desagradable aquí)

Que la gente aquí te llama cariño, cielo, guapa etc. aunque no te conozcan, por ejemplo la señora de la panadería me preguntó una vez "¿Qué quieres, cariño?"

That the bars are always full, even if it's 10 am...

That in a lot of the supermarkets and bars there are whole hams hanging from the ceiling (this is one thing I really don't like here)

That the people here call you pet names like darling, sweetie, beautiful even if they don't know you. For example, the lady from the bakery asked me one time "What do you want, darling?"



Una calle en Madrid el 2 de mayo

©Magdela Meusburger