

## ¿SEGURO QUE NO PUEDES SER VOLUNTARIO?

El día a día nos ata a la rutina. Ante nuestros ojos aparecen necesidades que llaman a nuestra conciencia. Un anciano solitario, una persona con una discapacidad frente a una barrera social, la ribera del río destruida por la contaminación, una niña con dificultades escolares porque no conoce el idioma, una persona enferma sin acompañamiento...

Ves una de estas situaciones y durante un instante una idea aparece en tu mente. Sientes que puedes y quieres hacer algo por ellos. Es un instante de creencia firme que la rutina se encarga de apagar: "No puedo. No tengo tiempo."

¿Estás seguro?

El reloj corre pausado y las horas se disfrutan más cuando ayudamos a otras personas. No es una sensación, es la realidad que saborean muchos voluntarios y voluntarias que un día estuvieron a un segundo de anclarse en el "No puedo porque..."

Abandona a los acomodados y únete a nuestra comunidad solidaria. Es más fácil de lo que imaginas. Simplemente... ¡deja volar tu corazón!

## TE ESTÁN ESPERANDO

POBLACIÓN EN GENERAL / INFANCIA, ADOLESCENCIA Y JUVENTUD / PERSONAS INMIGRANTES Y REFUGIADAS / FAMILIAS / PERSONAS MAYORES / PERSONAS ENFERMAS / PERSONAS ADICTAS / PERSONAS DE ETNIA GITANA / PERSONAS SIN HOGAR / PERSONAS CON UNA DISCAPACIDAD (FÍSICA, INTELECTUAL O SENSORIAL) / PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL / ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE / RECLUSIÓN / ACCIONES DE SOCORRO Y EMERGENCIAS / ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE / PROSTITUCIÓN / COOPERACIÓN INTERNACIONAL

En 1995, diferentes organizaciones (ONG) de La Rioja decidieron unirse para trabajar de forma coordinada en la promoción y la difusión de la acción voluntaria.

Así nació la Federación Riojana de Voluntariado Social. Si deseas saber cómo colaborar con alguna de sus entidades sociales, cuenta con ella:

Federación Riojana de Voluntariado Social

[www.voluntariadosocialrioja.org](http://www.voluntariadosocialrioja.org)

Tfno.: 941 26 29 53

C/Muro de la Mata, nº 8, 3ªC, dcha. (Logroño)

@FRVSocial

[www.facebook.com/frvsocial](http://www.facebook.com/frvsocial)

Subvenciona:



Coordina:



## LISTADO DE ENTIDADES DE LA FEDERACIÓN RIOJANA DE VOLUNTARIADO SOCIAL

Más información: [www.voluntariadosocialrioja.org](http://www.voluntariadosocialrioja.org)

AFA-RIOJA (Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer)	Menendez Pelayo, 9 bajo. Logroño	941 231 994	afarioja@hotmail.com	www.afarioja.org
ADA Alfaro (Asociación para la Demencia de Alzheimer)	Avda. Burgo Viejo s/n. Alfaro	941 182 194	asociacionalzheimer@hotmail.com	
ADONAR (Asociación de Donantes de Sangre, Órganos y Tejidos de La Rioja)	Obispo Lepe s/n. Logroño	941 234 056	donantes@serdonante.com	www.serdonante.com
ADRA (Agencia Adventista para el Desarrollo y Recursos Asistenciales)	Ctra. Logroño s/n. Calahorra	699 315 476	calahorra@adra.es-org	www.adra-es.org
AECC (Asociación Española Contra el Cáncer)	García Morato, 17 - 1º. Logroño	941 244 412	larioja.aecc@aecc.es	www.aecc.es
APIR (Asociación Pro-Infancia Riojana)	Travesía de Palacio, 7 bajo. Logroño	941 230 725	apir@apir.es	www.apir.es
ARAD (Asociación Riojana para la atención a personas con problemas de drogas)	Madre de Dios, 3. Logroño	941 241 889	presidente@aradioja.org	www.aradioja.org
ARCOS (Asociación Riojana de Cultura y Ocio Solidario)	Paseo Francisco Sáenz Porres, 1. Logroño	678 997 462	info@asociacion-arcos.org	www.asociacion-arcos.org
ARDEM (Asociación Riojana de Esclerosis Múltiple)	Rey Pastor, 49-51 bajo. Logroño	941 214 658	ardem@ardem.es	www.ardem.es
AREPAK (Asociación Riojana de Enfermos de Parkinson)	Lope de Vega, 1- 6º G. Logroño	630 073 497	arepak@hotmail.es	
ARPAÑIH (Asociación Riojana de Padres de Niños Hiperactivos)	Avda. de La Rioja, 12 - 2º Puerta 2. Logroño	941 236 076	arpanih@arpanih.org	www.arpanih.org
ARSIDO (Asociación Riojana para el Síndrome de Down)	Plaza Martínez Flamarique, 8 - Local 1. Logroño	941 235 345	arsido@arsido.org	www.arsido.org
Asociación Internacional Teléfono de la Esperanza	Duquesa de la Victoria, 12 - 2º. Logroño	941 490 606	larioja@telefonodelaesperanza.org	www.telefonodelaesperanza.org
Asociación Osteoporosis Rioja		680 992 258		
Asociación Riojana de Amigos del Camino de Santiago	Ruavieja, 46 bajo. Logroño	941 260 234	info@asociacionriojanadelcamino.es	www.asociacionriojanadelcamino.es
Asociación Riojana de Víctimas del Terrorismo	Pamplona, 2 - 1º Dcha. Oficina 1. (Barrio de Yagüe) Logroño	649 834 339	arvt@arvt.org	www.arvt.org
ASPACE- RIOJA (Asociación de atención a las personas con parálisis cerebral)	Avda. Lobete, 13-15. Logroño	941 261 910	asociacion@space-rioja.com	www.space-rioja.com
ASUR (Ayuda Social Universitaria de La Rioja)	San José de Calasanz s/n. Edificio de Filologías. Logroño	941 299 216	asur@asoc.unirioja.es	www.asur.unirioja.es
Banco de Alimentos de La Rioja	Calahorra, 2 - Pabellón 9 (Barrio de Varea) Logroño	941 254 491	info@bancodealimentosdelarioja.org	www.bancodealimentosdelarioja.org
Cáritas La Rioja	Marqués de San Nicolás, 35. Logroño	941 247 529	info.cdrioja@caritas.es	www.caritaslarioja.org
Cocina Económica	Rodríguez Paterna, 21. Logroño	941 251 730	direccion@cocina-economica.com	www.cocina-economica.com
Cruz Roja	Beneficencia, 2. Logroño	941 225 212	larioja@cruzroja.es	www.cruzroja.es
DYA LA RIOJA (Asociación de Ayuda en Carretera)	Apartado de Correos 2024. Logroño	941 101 410	info@dylarioja.org	www.dya.org
FARO (Asociación Riojana de Familiares y amigos de niños con Cáncer)	San Antón, 6- 2º A. Logroño	941 253 707	faro@menoresconcaner.org	www.menoresconcaner.org
FEAFES- ARFES PRO SALUD MENTAL (Asociación Riojana de Familiares y Personas con Enfermedad Mental)	Cantabria, 33-35. Logroño	941 236 233	arfes@arfes.org	www.arfes.org
FEAPS-LA RIOJA (Federación Riojana de Organizaciones a favor de las Personas con Discapacidad Intelectual)	Cigüeña 27, bajo. Logroño	941 246 664	feapslarioja@feapslarioja.org	www.feaps.org
Federación de Asociaciones de Vecinos de La Rioja	San Pablo, 2 bajo. Logroño	941 250 364	federacion.aavv@knet.es	www.asociacionesvecinoslarioja.org
Fundación Canfranc Rioja	Ciudad de Vitoria, 7 -1º C. Logroño	629 384 897	larioja@fundacioncanfranc	www.fundacioncanfranc.org
Fundación Cáritas Chavicar	Gonzalo de Berceo, 17. Logroño	941 204 178	info@chavicar.es	www.chavicar.es
Fundación Pioneros	Capitán Gallarza, 10 - 2º D. Logroño	941 255 871	info@fundacionpioneros.org	www.fundacionpioneros.org
Fundación Promete	Piqueras, 31- 5º A. Logroño	941 512 885	privero@promete.org	www.promete.org
Hospital Imaginario	Hospital San Pedro, Planta de Pediatría C/ Piqueras, 98. Logroño	678 492 659	hospitalimaginario@yahoo.es	www.hospitalimaginario.org
Inter Europa	Canalejas, 2. Logroño	941 235 025	intereuropa@intereuroparioja.org	www.intereuroparioja.org
MEDULRIOJA (Asociación de Donantes de Médula Ósea)	Obispo Lepe s/n. Logroño	941 234 056	donantes@serdonante.com	www.serdonante.org
ONCE	Jorge Vigón, 19. Logroño	941 270 172	emme@once.es	www.once.es
Proyecto Hombre. Fundación "Centro Solidaridad de La Rioja"	Paseo del Prior, 6. Edificio Salvatorianos. Logroño	941 248 877	phrioja@proyctohombrelarioja.es	www.proyctohombrelarioja.es
Sociedad San Vicente de Paul	Sagasta, 11 - 1º. Logroño	941 260 434	ssvplr@gmail.com	www.ssvp.es/larioja.html
UDP (Asociación de Jubilados y Pensionistas de La Rioja)	Pío XII, 10 bajo. Logroño	941 236 292	udplarioja@udplarioja.es	www.udplarioja.es
YMCA	Plaza Martínez Flamarique, 12-13 bajo. Logroño	941 237 170	larioja@ymca.es	www.ymca.es