

# ¿Cómo puedes empezar?

Desde CONFEMAC hemos creado una plataforma que, una vez registrados, conecta a personas voluntarias con entidades que desarrollan una actividad voluntaria.



## ¿Quiénes somos?

CONFEMAC es una organización sin ánimo de lucro comprometida con la defensa de los derechos de las personas mayores, promoviendo su participación activa en la sociedad

# CUANDO DAR SE CONVIERTE EN RECIBIR



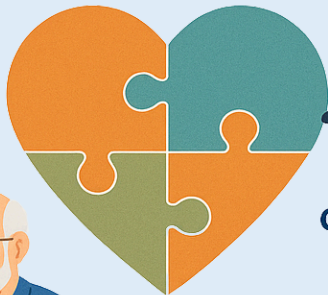
*“Más vidas para tu vida”*  
Promoción del voluntariado  
de Personas Mayores

# 5 BENEFICIOS DE HACER VOLUNTARIADO



Mejora la salud física y mental

Aporta un propósito de vida



Permite adquirir conocimientos y habilidades



Brinda compañía y amistad

Favorece el crecimiento personal



¿Por qué eres la persona ideal?

¿Te has parado a pensar todo lo que sabes?

Tu forma de ver la vida, tu tiempo, tu experiencia... pueden ser un regalo para otras personas.

Hacer voluntariado cuando eres mayor no es solo dar, es sentirte útil, activo y conectado con la sociedad. Te darás cuenta de que se recibe más de lo que uno imagina.

¿Lo mejor? tú decides cómo, dónde y cuánto dar. Lo importante es empezar.

