

***El mundo que te rodea puede cambiarse,  
solo tienes que proponértelo.  
¡Comienza el reto!***

Caminas por la calle y ves situaciones que te gustaría cambiar. Lees los periódicos, oyes la radio y ves la tele y algunas noticias te remueven por dentro. Y sabes que hay muchas cosas a tu alcance que podrían mejorar el mundo en el que vives. Porque los grandes avances comienzan por los pequeños pasos, desde nuestro hogar y nuestro barrio. Pero tú solo no sabes por dónde empezar...

Por suerte, no estás solo. Muchas personas ya han dado el paso. Ahora es tu turno. Y si nos los permites, tenemos una guía para que comiences a mejorar tu entorno.

- 1. Abre los ojos.** ¿Qué colectivos te preocupan?
- 2. Contacta con las entidades sociales.** ¿Cómo? En la Federación Riojana de Voluntariado Social te orientarán.
- 3. Cuando te surjan las dudas, no temas. Todo el mundo puede aportar algo al voluntariado.** Además, se te formará para ello.

Ahora el reto está en tu mano. **¿Te atreves a cambiar el mundo que te rodea?**

***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](https://www.facebook.com/frvsocial)

Financia:



Coordina:



***Si no te gusta  
el mundo  
que ves,  
Cámbialo***

**Hazte voluntario**

Tu entorno está lleno de retos.  
Abre los ojos y actúa.  
Juntos podemos mejorarlo.



# 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)	Felipe IV, 1 - Alfaro	941 182 194	asociacionalzheimer@hotmail.com	www.adaalfaro.blogspot.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.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@aradrioja.org	www.aradrioja.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)	Gustavo Adolfo Bécquer, 2 bajo. Logroño	941 545 734	arepak@hotmail.es	www.arepak.esy.es
ARPANIH (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 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@aspace-rioja.com	www.aspace-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 Diocesana de 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@dyalarioja.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@menoresconcancer.org	www.menoresconcancer.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	Plaza Alférez Provisional, 1. Logroño	695 533 613	larioja@fundacioncafranc.org	www.fundacioncanfranc.org
Fundación Cáritas Chavicar	Gonzalo de Berceo, 17. Logroño	941 204 178	info@chavicar.es	www.chavicar.es
Fundación Pioneros	Marqués de Vallejo, 11 - 1º Izq. 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
KAIPACHA INTI	C/ González Gallarza, 54 - 2º. Lardero	941 448 803	kaipachainti@hotmail.com	www.kaipachainti.com
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@proyectohombrelarioja.es	www.proyectohombrelarioja.es
Sociedad San Vicente de Paul	Sagasta, 11 - 1º. Logroño	941 260 434	ssvplr@gmail.com	www.ssvp.es/larioja.html
Teléfono de la Esperanza (Asociación Internacional)	Duquesa de la Victoria, 12 - 2º. Logroño	941 490 606	larioja@telefonodelaesperanza.org	www.telefonodelaesperanza.org
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