

# Nas periferias de Galicia

Tere Martínez, profesional xubilada de Vigo, leva varios anos axudando a moitas persoas que pasan dificultades por soidade, enfermidade, escasez de recursos, estudos ou exclusión social, en diversas cidades de Galicia. Comprobou que tamén no mundo desenvolto, moi cerca de nós, hai persoas con necesidades importantes que entre todos podemos resolver. Así naceu Asdegal, onde hoxe colaboran máis de 400 voluntarios.

25-07-2015

Tiña moito entusiasmo y vía ademais que moitas persoas necesitaban axuda , porque viven soas, están enfermas, ou pasan dificultades de integración social, educativa, etc. Á miña iniciativa uníronse pouco a pouco máis persoas que tamén querían axudar ofrecendo parte do seu tempo libre, como voluntarias. Así naceu Asdegal, Acción solidaria de Galicia, no ano 2009, en Vigo.

Éramos catro persoas con moitas ganas de axudar á sociedade, pero con pouca experiencia na organización de actividades de voluntariado e ás veces pouco tempo. Non sabíamos como funcionaba unha ONG, e comezamos como pudimos... Reuniamonos nunha pequena cafetería de Vigo xa que tiñamos grandes proxectos pero

poucos recursos. E no ano 2010 comezamos as nosas actividades. Actualmente contamos con máis de 400 voluntarios, en cinco cidades galegas: Vigo, Santiago de Compostela, A Coruña, Pontevedra e Redondela.

## **Necesidades urxentes en moitos lugares**

Vimos que unha das tarefas prioritarias era a asistencia domiciliaria a persoas maiores, discapacitadas ou convalecentes, facéndolles pequenos servizos: paseos, acompañamento na casa, visitas médicas, xestións puntuais, etc.

Tamén nos pareceu que sería útil acompañar a persoas maiores que viven en residencias, para escoitalas, facilitarlles algún paseo, axudalas a interesarse polos talleres e actividades do centro, romper a súa rutina, etc. Os voluntarios van a estas

residencias e axudan a estas persoas a sentirse mellor, pasar un bo rato e afrontar con máis esperanza a súa vida.

Outros voluntarios acompañan os enfermos na súa estancia en hospitais, facilitando así un respiro ás súas familias. Tamén colaboran outros voluntarios acompañándoos ás visitas médicas, que son máis que frecuentes.

En ocasións, os usuarios de Asdegal non son persoas maiores ou enfermas, pero como non teñen familia nin recursos económicos, os voluntarios acompañanos en centros de acollemento especiais, procurando reintegralos socialmente.

Algúns voluntarios encárganse das clases de apoio a menores en risco de exclusión social, que se imparten en centros de acollemento, parroquias ou asociacións veciñais. Tamén se

imparten clases aos adultos, algúns deles inmigrantes, para obter o título de educación primaria ou secundaria, que lles permita acceder a un traballo.

## **Os voluntarios son a clave**

Actualmente axudamos aproximadamente a mil usuarios grazas ao labor desinteresado dos nosos voluntarios, que son a peza clave da nosa entidade. Pare eles temos algunhas actividades especiais, que permiten que se coñezan e se transmitan experiencias: clases de formación, senderismo, comidas, un boletín con todas as actividades que se levan a cabo, etc. Din con frecuencia que facendo voluntariado reciben moito máis do que dan... Nas rutas de senderismo poden participar usuarios, voluntarios, familiares e amigos. Realmente somos unha gran familia.

## **Por que te complicas a vida se estás xubilada?**

Algunhas persoas pregúntanme isto cando me ven con tanto traballo, logo de tantos anos. A verdade é que sinto unha inmensa alegría ao axudar a tante xente, e vexo que todos compartimos este sentimento. Por outra banda, ao longo de toda a miña vida procurei actuar con coherencia, de acordo cos meus valores cristiáns, e esta última etapa tiña que aprobeitala ben! Ás veces venme á memoria unha frase de san Josemaría Escrivá, fundador do Opus Dei, que sempre me ten axudado moito: “Un home ou unha sociedade que non reaccione ante as tribulacións ou as inxustizas, e que non se esforce por alivialas, non son un home ou unha sociedade á medida do amor do Corazón de Cristo. Os cristiáns –conservando sempre a máis ampla liberdade á hora de estudar e de levar á práctica

as diversas solucións e, polo tanto, cun lóxico pluralismo- han de coincidir no idéntico afán de servir á humanidade”.

O Papa Francisco suxírenos ir ás periferias... Tamén nos países desenvoltoos hai moitas periferias. Creo que basta con abrir os ollos e ter ganas de axudar a xente.

---

pdf | document generated  
automatically from [https://  
dev.opusdei.org/gl-es/article/nas-  
periferias-de-galicia/](https://dev.opusdei.org/gl-es/article/nas-periferias-de-galicia/) (13-08-2025)